

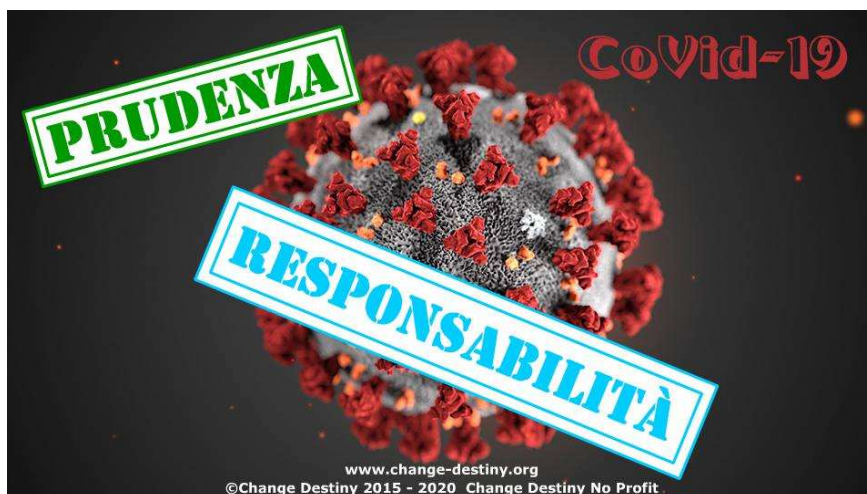


Change Destiny No Profit

E-mail Italia contatti@change-destiny.org

E-mail Mondo contact@change-destiny.org

Sito Web www.change-destiny.org



Con grande dispiacere dobbiamo comunicare che la Seconda Edizione dell'evento **"Il Profumo dell'Integrazione"** previsto per il prossimo 21 marzo è rinviato a data da destinarsi a causa dell'emergenza sanitaria dovuta al *Coronavirus*.

Ringraziamo le forze dell'ordine che si stavano attivando con tutte le procedure di sicurezza, i prestigiosi ospiti e tutti gli amici della Change Destiny che avevano accolto con gioia l'invito a prendervi parte.

È un momento difficile, in cui ognuno di noi è chiamato alla prudenza e alla responsabilità.

Mai come in questi giorni deve essere chiaro il concetto che non si può e non si deve agire in maniera egoistica ed individualista: ogni nostra azione è interconnessa con la salute e il benessere degli altri.

Ecco perchè, cogliamo l'occasione per raccomandare a tutti, di non farsi prendere dal panico, rimanere aggiornati sull'andamento della situazione e di assumere comportamenti responsabili, sia in termini di prevenzione che di eventuale contagio, come indicato dalle linee guida del Governo.

Dai dati finora diffusi, i nostri nonni sembrano essere i soggetti più a rischio, ma ognuno di noi, in presenza di patologie preesistenti deve essere ancor più cauto.

La paura non deve condizionare la nostra capacità di giudizio, ma non dobbiamo neanche rischiare di sottovalutare il *CoVid-19*.

È bene ricordare che il virus, di per sé non è una malattia, lo si può avere in corpo senza sintomi e senza conseguenze, ovvero le nostre naturali difese immunitarie ci permettono di contrastarlo.

Ancor più necessario e urgente dunque, cercare di adottare uno stile di vita che non indebolisca l'organismo, evitando di assumere farmaci se non prescritti dal proprio medico e adottare una dieta il più possibile a base vegetale (frutta e verdura fresche, legumi, semi e cereali), per evitare che gli antibiotici presenti nella carne e negli altri derivati animali possano indebolire le difese immunitarie, incrementando così l'apporto di vitamine e minerali essenziali alla nostra salute.

Dott.sa Angela E. M. Morabito

Antropologa

Presidente Change Destiny No Profit

Laudato Sì Animator GCCM