

CHIARASOLE

La storia di una donna che ha il sole dentro

In centro a Rimini, dietro un portoncino di legno, in una piccola corte, salgo lentamente dei gradini, circondata da fiori rampicanti. Mi colpisce un vaso di mugghetti, fiori che non vedo più da tanti anni. Alzo gli occhi e vedo ChiaraSole che mi apre la porta del suo centro con un sorriso che ti accoglie. L'abbraccio ti fa sentire a casa. Entrando a MondoSole le pareti ovviamente sono gialle, quel giallo sole che ti illumina e riscalda anche d'inverno. In una stanza trovo una parete coperta da soli di tutti i colori con occhi, naso e bocca.

Ci sediamo nel suo ufficio, mi trovo di fronte ad una donna che da subito illumina la stanza, una grande forza, una grande energia. *"Nomen omen"* dicevano i latini ed ancora una volta ne ho la conferma: Chiara è un sole.

Non è difficile entrare in sinergia con lei, è difficile invece condensare in poche righe scritte la vita di questa Donna con la D maiuscola.

ChiaraSole inizia da piccola, a soli 6 anni, a soffrire di disturbi dell'alimentazione e per molto tempo ne è schiava. Una schiavitù che mina non solo lei e la sua salute, ma anche la salute e la stabilità di chi le sta intorno. Non è *solo* la persona colpita dalla malattia, che porta il sintomo evidente, che va aiutata e curata, mi spiega, ma anche il nucleo circostante perché anche il nucleo è afflitto da disagi profondi, le dinamiche familiari stanno alla base dei disturbi alimentari quali bulimia, anoressia e binge eating (per chi non lo sapesse è il disturbo alimentare che provoca un impulso irrefrenabile ad assumere velocemente grandi quantità di cibo, indipendentemente dallo stimolo della fame: si tratta di abbuffate compulsive, senza emesi dopo): nessuno ne ha colpa e tutti devono essere supportati e aiutati.

Nell'adolescenza ChiaraSole passa dai 36 ai 90 chili, gira il mondo con i genitori per trovare una cura. Arriva a mangiare 20 chili di pasta al giorno e a vomitare 40 volte nello stesso giorno. Un vero e proprio calvario. Il tutto succede in un periodo storico in cui parlare di disturbi alimentari è quasi scandaloso, un fatto da occultare: si sa, ma non si dice; non si conosce e quindi si nega. Oscurantismo in pieno ventesimo secolo. Passano anni di cure, ricoveri e poi di analisi quotidiana per comprendere e rielaborare e sopportare.

La forza del sole che ha dentro e le cure finalmente trovate la portano ad un vero e stabile benessere. Nel 2001, dopo oltre 14 anni, Chiara esce dal tunnel e il suo nome diventa ChiaraSole, dal tatuaggio del sole che ha fatto sul polso a 18 anni.

Decide che il suo calvario e la conseguente rinascita



non devono essere sprecati e chiusi in un cassetto, ma vanno condivisi per aiutare altre persone in difficoltà. Utilizzando publisher scrive la sua storia online e, giorno dopo giorno, viene inondata da messaggi di persone che la leggono: hanno gli stessi problemi, ma non sanno a chi rivolgersi, né cosa fare. Nel 2002 si forma come operatore sociale e, successivamente, diventa docente di corsi di specializzazione post-universitari sui disturbi alimentari indirizzati a

medici, psicologi e operatori sanitari.

Incontra Matteo Mugnani, psicologo-psicoanalista, un pomeriggio. Era un Sabato di San Valentino. Mentre gli altri festeggiavano con cuori e cuoricini, loro due parlavano di malattia, decidevano passo dopo passo di creare MondoSole e siamo nel 2004. E' un centro privato dove ci si prende cura delle persone che soffrono di bulimia, anoressia e binge eating. Il centro è pieno di quadri di Matteo, di Chiara, del gruppo MondoSole, di campagne di sensibilizzazione. Nel frattempo nasce l'amore tra i due e si sposano. Sono anni pieni di lavoro soddisfazioni e gioia.

La vita però non è tutta rosa e fiori e la signora con la falce, sempre in agguato, porta via Matteo a ChiaraSole oltre un anno fa a causa di una forma grave e rara di leucemia. Glielo strappa dopo 3 anni di sofferenza, speranze, salite e ricadute, lasciando un vuoto indicibile. Chiara mi racconta: la malattia, la cura, la chemio, i video che diventano virali su youtube *"chemiojouer"*, il rinnovo delle promesse matrimoniali qualche giorno prima che Matteo si addormenti tra le braccia di Chiara.

Lei è forte e mi passa i fazzolettini perché io non trattengo le lacrime.



Sfogliando il suo profilo Instagram (@chiarasolems) trovo questa frase che è una fantastica dichiarazione d'amore che testimonia che i veri sentimenti sono oltre lo spazio e il tempo: *"Le persone con cui hai diviso tutto tutto tutto della vita all'amore, rimangono per sempre. Non "rimangono" nel cuore ma proprio ne fanno parte. È un grande privilegio"*.

In quel periodo, di malattia del marito, Chiara è impegnatissima, divisa tra Matteo e l'associazione. Matteo se ne va e lei continua senza sosta la sua missione.

"Ho scelto la vita quando ero malata e ho riletto la vita anche dopo la perdita della famiglia che mi ero costruita", dice.

E così continua imperterrita con MondoSole insieme a due persone fantastiche: Fiorella Nikolla e Even Mattioli entrambi Psicologi-Psicoterapeutiche che con passione fanno parte dell'equipe MondoSole e sono sempre a fianco a lei: tutti e tre molto uniti.

Da anni Chiara è ospite di trasmissioni televisive e radiofoniche, scrive libri sull'argomento, (il primo si intitola *ChiaraSole: Anoressia e Bulimia: un'esperienza di vita e di morte* pubblicato nel 2003) fa incontri di gruppo. Quando ha occasione va a parlare pubblicamente di MondoSole e di cosa significhi essere afflitti da questi mali oscuri.

Il 20 Maggio 2008 riceve il premio Milanodonna 2008 per la categoria comunicazione sociale.

Chiara non lascia mai le persone che chiedono aiuto a lei e al Centro, è sempre disponibile e sempre con un sorriso. Ti senti piccola piccola di fronte a lei e a quanto ha fatto, sta facendo e intende fare. Mi ripete che si fa poco sull'argomento e che queste malattie sono ancora tenute molto nascoste perché ci si vergogna. Inoltre sono, ancora oggi, poco riconosciute a livello sociale: si tratta di una lotta quotidiana.

Il 15 marzo scorso al cinema Fulgor, pieno zeppo di persone rimaste anche in piedi, si è tenuto l'evento "QUANDO IL CIBO DIVENTA UNA MALATTIA" CONFERENZA DI SENSIBILIZZAZIONE E PREVENZIONE SUI DISTURBI ALIMENTARI, Fiocchetto Lilla. ChiaraSole, Fiorella Nikolla e Even Mattioli hanno parlato, insieme anche a Maurizio Cottone, di questi disturbi. Ci sono state anche importanti testimonianze di persone uscite dal tunnel. All'evento ha contribuito anche la mi-



tica "Luisa" che ha allestito una delle sue vetrine raccontando dell'evento e facendo sensibilizzazione sul complesso e feroce mondo dei disturbi alimentari. Di fronte alla Boutique Luisa, subito dopo la conferenza, il gruppo MondoSole ha donato una maglietta che simboleggia la lotta contro i DCA.

Ma non ci si può fermare, bisogna continuare a rendere popolare e parlare di questo argomento che colpisce oltre tre milioni e mezzo di persone in Italia, per lo più donne dai 3 ai 61 anni, ma sono sempre più in crescita anche gli uomini.

Vorrei scrivere molte cose in più su ChiaraSole, ma le parole non servono, non rendono, limitano, bisogna conoscerla di persona ed interagire

con lei e il suo progetto.

CREDERCI SEMPRE, ARRENDERSI MAI, AVANTI TUTTA il suo motto, cuore cuore e ancora cuore penso io. Perché di sicuro è l'averci messo il cuore che ha fatto, fa e farà sempre la differenza. Mi sento di promuovere il sito e i social per una volta, visitate www.chiarasole.com, e ciò che troverete e leggerete vi toccherà il cuore e lascerà un segno. O meglio, un sole.

MondoSole
Associazione e Centro di Cure per
anoressia, bulimia, binge eating
chiarasole.com
Si può guarire!

15 MARZO GIORNATA DEL FIOCCETTO LILLA CONTRO I DISTURBI DEL COMPORTAMENTO ALIMENTARE
VENERDÌ 15 MARZO 2019 A RIMINI DALLE 16:00 ALLE 18:00, SALA FEDERICO PRESSO IL

CINEMA FULGOR
Corso d'Augusto, 182

"QUANDO IL CIBO DIVENTA UNA MALATTIA"
conferenza di sensibilizzazione e prevenzione sui disturbi alimentari
INGRESSO GRATUITO (TUTTI INVITATI!)

RELATORI:
CHIARASOLE CIAVATTA
FONDATRICE MONDOSOLE
DOCT. EVEN MATTIOLI
PSICOLOGO PSICOTERAPEUTA CENTRO MONDOSOLE
DOCT.SSA FIORELLA NIKOLLA
PSICOLOGA PSICOTERAPEUTA CENTRO MONDOSOLE
DOCT. MAURIZIO COTTONE
FONDATORE E DIR. SCIENTIFICO ASSOCIAZIONE ITACA

NON MANCHERANNO TESTIMONIANZE DI PERSONE CHE HANNO VISSUTO SULLA PROPRIA PELLE QUESTE GRAVI MALATTIE.

LUISA SEVERI, PRESSO LUISA BOUTIQUE DONNA IN VIA GAMBALUNGA N. 28. DEDICHERÀ UNO SPAZIO PER ONORARE LA CAUSA CONCRETAMENTE.

#credercisempre #arrendersimai e #avantitutta perché da anoressia, bulimia, binge eating (DCA) #sipuoguarire

ITACA LUISA #