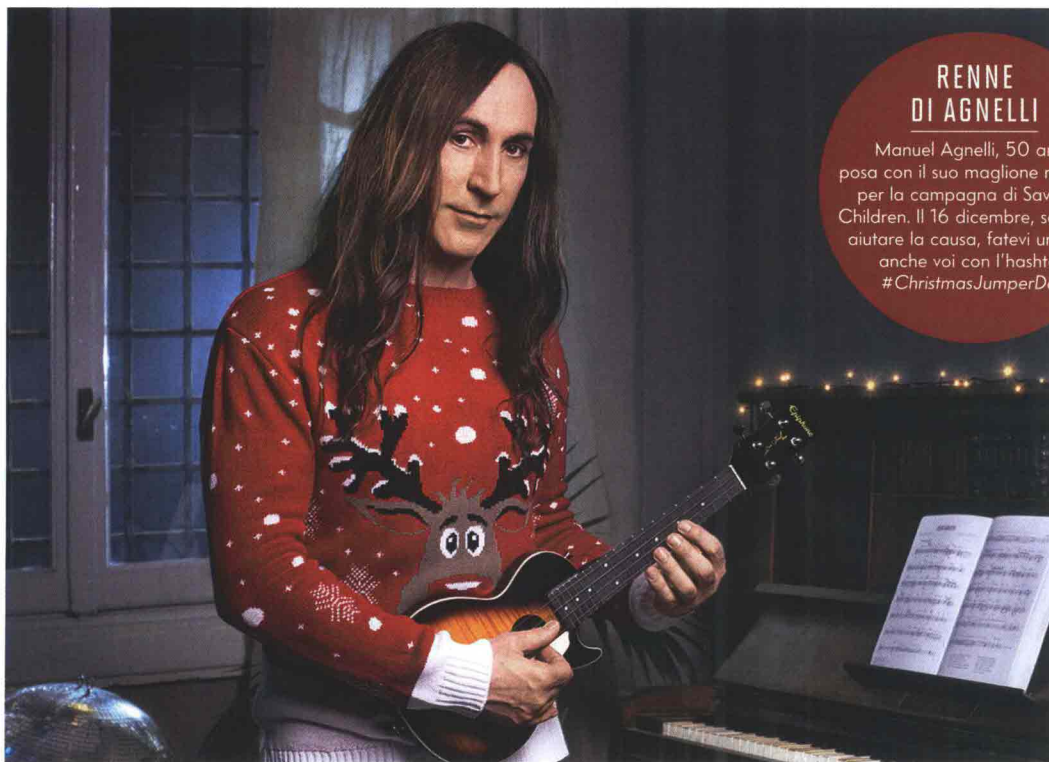


WEEK

ESSER BUONI NON COSTA NULLA

di IRENE SOAVE

Secondo una ricerca della Fondazione Lang, l'Italia è il terzo Paese europeo più generoso quanto a beneficenza; ma (fonte *Astra Ricerche*) il 36% degli italiani ha ridotto le somme che dona negli ultimi 3 anni, in un caso su due per «ristrettezze economiche». Eppure la giornata mondiale Onu della solidarietà umana, il 20 dicembre, serve a ricordarci che fare del bene non è un lusso. Ecco alcune piccole «buone cause» che sponsorizzare non costa nulla.



RENNE DI AGNELLI

Manuel Agnelli, 50 anni, posa con il suo maglione natalizio per la campagna di Save the Children. Il 16 dicembre, se volete aiutare la causa, fatevi un selfie anche voi con l'hashtag #ChristmasJumperDay.

1 METTERE IL MAGLIONE

...E poi condividerne la foto. Ai «Christmas jumper», i maglioni di Natale, è dedicata la giornata del 16 dicembre e anche **Save the Children** ha aderito con una campagna buffa, per rendere virali le battaglie dell'associazione (e, potendo, raccogliere fondi: tutte le istruzioni su christmasjumperday.it). Guadagna punti chi sul maglione ha le renne (ricordate quello di Mark Darcy in *Bridget Jones*? Ora ce l'ha Manuel Agnelli, ma anche Gennaro Gattuso, Valentina Lodovini, Isabella Ferrari...).

2 DIRE «CRIPTOLALIA»

O «abborracciato»; o «nottivaghi»: i redattori di Franco Cesati Editore hanno raccolto 2 mila **parole belle** (perché precisissime, o dal suono prezioso, o ricche di storia) nel loro

Dimenticatoio (pagg. 224, € 16). Con l'invito a usarle: «per non perderle, ma anche per arricchire il nostro lessico, senza snobismi». E con un sorriso sulle labbra – anzi: senza cipiglio.

3 DONARE IL SANGUE

L'occasione giusta per iniziare sono le celebrazioni del 90° compleanno dell'**Avis**: quando fu fondata, nel 1927, i donatori erano 17. Ora sono 1.300.000 circa, in 3.400 sedi in tutta Italia. E negli ultimi mesi lo hanno fatto in più di 2 milioni. Eppure, al ritmo di 8.600 trasfusioni al giorno (è la media italiana) non basta mai.


4 FARSI UN SELFIE

La campagna – lanciata da varie sezioni nazionali di **Croce Rossa**, fra cui quella italiana, e **Canon**, che ha donato all'organizzazione

un milione di euro – è semplice: fare una buona azione e postarne la foto, con l'hashtag #selfieless.

Che serve d'ispirazione, cercandolo, anche per chi è a corto di idee: la più «likata» è quella della piccola Debbie Heilker, che ha donato la sua lunga treccia alla parrucca di una donna in chemio.

5 CHIEDERSI: COME MI SENTO?

E lasciare affiorare le sensazioni positive. È un trucco per restare, o diventare, gentili. La battaglia di **Gentletude**, un'associazione italo svizzera fondata da un'ex consulente, Cristina Milani, è diffondere la gentilezza: dall'ufficio alla coda in posta. Il loro libretto *Siamo tutti migranti. L'incontro gentile fra loro e noi* (download gratuito, sul sito gentletude.com) spiega come si combatte il razzismo dentro di sé. Essendo, avete indovinato, gentili. 

FACEBOOK