Marzo 2025

GERONIMO 75 MAGAZINE

Oltre ai segnali di fumo

Chiara Ciavatta

Alessia Valducci

—

Neni Rossini

—

Karen Venturini

—

Giovanna Giusto

—

Casa Blumen

Chiara Ciavatta

Un “sole” al Quirinale

di Maria Teresa Vasconi

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 mughetti, 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. “Omen nomen” 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 anni e anni, 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, binge eating: nessuno ne ha colpa e tutti devono essere supportati e aiutati.
Durante gli anni di malattia, ChiaraSole, passa dai 36 chili 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 dove, 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 se-

IL PRESIDENTE DELLA REPUBBLICA
CAPO DELL'ORDINE "AL MERITO DELLA REPVBBLICA ITALIANA"
HA CONFERITO
L'ONORIFICENZA DI
Cavaliere
Chiara Ciavatta
Mattarella
Meloni

colo. Passano anni di cure, ricoveri e poi di analisi quotidiana, per comprendere, rielaborare e tanto, tanto da digerire.

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 nero, e il suo nome diventa ChiaraSole, dal tatuaggio del sole che ha fatto sul polso a 18 anni.
Chiara continua la sua vita, ma si rende conto che di disturbi del comportamento alimentari se ne parla poco e, quelle poche volte che assiste a delle testimonianze, sono sempre di spalle o a viso coperto.
La cosa la infastidisce, perché è sua ferma convinzione che non ci si deve vergognare della sofferenza.

Nel **2001** 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, è diventata docente di corsi di specializzazione post-universitari sui disturbi alimentari, indirizzati a medici, psicologi e operatori sanitari.
Inoltre scrive un libro autobiografico **CHIARA SOLE - Anoressia e bulimia: un'esperienza di vita e di morte** (prefazione di Gianna Schelotto, edito da *Idealibri - Gruppo Rusconi*).

Chiara comincia svariate collaborazioni fino a quando viene contattata da un clinico che era rimasto molto colpito dal suo libro: il dott. Matteo Mugnani psicologo psicoanalista.

UN GIORNO CHIARA COMUNICÒ A MATTEO LA SUA INTENZIONE DI FONDARE UN'ASSOCIAZIONE E ANCHE IL SUO DESIDERIO DI ESSERE UNA SQUADRA A TUTTI GLI EFFETTI

Dopo aver conosciuto tante figure nel sociale, Matteo fu finalmente la persona che sperava di trovare.
I due parlavano la stessa lingua e condividevano le stesse idee.
Un giorno Chiara comunicò a Matteo la sua intenzione di fondare un'Associazione e anche il suo desiderio di essere una squadra a tutti gli effetti. Matteo non esitò neanche un secondo. La decisione era stata presa!

Passo dopo passo creano MondoSole e siamo nel **2004**.
MondoSole è un'Associazione e un Centro di cura, riabilitazione e reinserimento sociale privato dove ci si prende cura delle persone che soffrono di bulimia, anoressia e binge eating (per chi non lo sapesse il binge eating (BED) 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). Il centro è pieno di quadri, di foto. Pieno di storia 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 nel **febbraio** del **2018**, 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.
Lei è forte e mi passa i fazzolettini perché io non trattengo le lacrime.
In quel periodo, di malattia del marito, Chiara è impegnatissima divisa tra Matteo e l'associazione. Matteo se ne va, lei continua senza sosta la sua missione.
"Ho scelto la vita quando ero malata e ho riscelto la vita anche dopo la perdita della famiglia che mi ero costruita" mi dice.
E così continua imperterrita con MondoSole insieme ad uno staff clinico. Affiancata costantemente da una professionista molto preziosa, psicologa psicoterapeuta, specializzata in disturbi del comportamento alimentare, la Dott.ssa Fiorella Nikolla. Da anni Chiara è ospite di trasmissioni televisive e radiofoniche, scrive libri sull'argomento, fa incontri di gruppo. Quando ha occasione, va a parlare 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" per l'impegno svolto in questi anni nell'ambito dei sintomi alimentari.
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. Ma non ci si può fermare, bisogna continuare a fare di tutto per creare una coscienza collettiva e parlare di questo argomento che colpisce oltre tre milioni di persone in Italia, di ogni età, sesso, identità di genere, razza, etnia e gruppo socioeconomico.

Il **1° febbraio 2025** il Presidente della Repubblica, Sergio Mattarella, ha conferito, motu proprio, trentuno onorificenze al Merito della Repubblica Italiana a cittadine e cittadini che si sono distinti.
Chiara Ciavatta è nominata Cavaliere dell'Ordine al Merito della Repubblica Italiana (OMRI), *"Per l'aiuto offerto a persone e famiglie che vivono la difficilissima problematica dei disturbi alimentari"*.
Chiara, viste le numerose richieste di aiuto pervenute al suo blog sulla tematica dei disturbi alimentari, ha de-

IL PRESIDENTE DELLA REPUBBLICA

CAPO DELL'ORDINE AL MERITO DELLA REPUBBLICA ITALIANA

HA CONFERITO

L'ONORIFICENZA DI

Cavaliere

alla Sig.ra Chiara Ciavatta

LA BULIMIA, L'ANORESSIA E IL BINGE EATING SONO ANCORA OGGI MALATTIE POCO RICONOSCIUTE A LIVELLO SOCIALE: SI TRATTA DI UNA LOTTA QUOTIDIANA

ciso di dedicarsi quotidianamente tramite l'istituzione del Centro MondoSole, alle persone che vivono quotidianamente gli effetti di patologie derivanti da disturbi alimentari.
La Cerimonia di consegna è stata il **26 febbraio 2025** alle 11 presso il Palazzo del Quirinale.
Chiara mi racconta della sua immensa emozione e gratitudine.
È commossa mentre spiega che sente questo riconoscimento come un far luce su queste terribili malattie così poco considerate.
Un riconoscimento a tre milioni di persone e quindi di famiglie. Un riconoscimento a un mondo sommerso di persone invisibili che chiedono, urlando in silenzio, di essere viste.

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 i social di Chiara **@chiarasolems** e vi consiglio di visitare almeno per una volta il sito **www.chiarasole.com**.

Ciò che troverete e leggerete vi toccherà il cuore, lascerà un segno, o meglio un sole indelebile.