

Le meditazioni di Papa Francesco

**Entrare nel mistero della Pasqua**

Significa capacità di stupore, di contemplazione; capacità di ascoltare il silenzio e sentire il sussurro di un filo di silenzio sonoro in cui Dio ci parla (cfr. 1 Re 19,12)

Notte di veglia è questa notte.

Non dorme il Signore, veglia il Custode del suo popolo (cfr. Sal 121,4), per farlo uscire dalla schiavitù e aprirgli la strada della libertà.

Il Signore veglia e con la potenza del suo amore fa passare il popolo attraverso il Mar Rosso; e fa passare Gesù attraverso l'abisso della morte e degli inferi.

Notte di veglia fu questa per i discepoli e le discepole di Gesù. Notte di dolore e di paura. Gli uomini rimasero chiusi nel cenacolo. Le donne, invece, all'alba del giorno dopo il sabato, andarono al sepolcro per ungerne il corpo di Gesù. Il loro cuore era pieno di commozione e si domandavano: "Come faremo ad entrare?, chi ci rotolerà la pietra del sepolcro?...". Ma ecco il primo segno dell'Evento: la grande pietra era già stata ribaltata e la tomba era aperta!

"Entrate nel sepolcro, videro un giovane, seduto sulla destra, vestito di una veste bianca..." (Mc 16,5). Le donne furono le prime a vedere questo grande segno: la tomba vuota; e furono le prime ad entrarvi...

"Entrate nel sepolcro". Ci fa bene, in questa notte di veglia, fermarci a riflettere sull'esperienza delle discepole di Gesù, che interpellano anche noi. Per questo, in effetti, siamo qui: per entrare, entrare nel Mistero che Dio ha compiuto con la sua veglia d'amore.

Non si può vivere la Pasqua senza entrare nel mistero. Non è un fatto intellettuale, non è solo conoscere, leggere... È di più, è molto di più!

"Entrare nel mistero" significa capacità di stupore, di

contemplazione; capacità di ascoltare il silenzio e sentire il sussurro di un filo di silenzio sonoro in cui Dio ci parla (cfr. 1 Re 19,12). Entrare nel mistero ci chiede di non avere paura della realtà: non chiudersi in sé stessi, non fuggire davanti a ciò che non comprendiamo, non chiudere gli occhi davanti ai problemi, non negarli, non eliminare gli interrogativi...

Entrare nel mistero significa andare oltre le proprie comode sicurezze, oltre la pigrizia e l'indifferenza che ci frenano, e mettersi alla ricerca della verità, della bellezza e dell'amore, cercare un senso non scontato, una risposta non banale alle domande che mettono in crisi la nostra fede, la nostra fedeltà e la nostra ragione.

Per entrare nel mistero ci vuole umiltà, l'umiltà di abbassarsi, di scendere dal piedestallo del nostro io tanto orgoglioso, della nostra presunzione; l'umiltà di ridimensionarsi, riconoscendo quello che effettivamente siamo: delle creature, con pregi e difetti, dei peccatori bisognosi di perdono. Per entrare nel mistero ci vuole questo abbassamento che è impotenza, svuotamento delle proprie idolatrie... adorazione. Senza adorare non si può entrare nel mistero.

Tutto questo ci insegnano



le donne discepole di Gesù. Esse vegliarono, quella notte, insieme con la Madre. E lei, la Vergine Madre, le aiutò a non perdere la fede e la speranza. Così non rimasero prigioniere della paura e del dolore, ma alle prime luci dell'alba uscirono, portando in mano i loro unguenti e con il cuore unto d'amore. Uscirono e trovarono il sepolcro aperto. Ed entrarono. Vegliarono, uscirono ed entrarono nel Mistero. Impariamo da loro a vegliare con Dio e con Maria, nostra Madre, per entrare nel Mistero che ci fa passare dalla morte alla vita.

**Veglia Pasquale 2015**  
**Omelia del SANTO**  
**PADRE FRANCESCO**

(segue da pag. 1)

**I riti della Pasqua Ortodossa**

carne, uova, latticini e bere alcool, per tutti i quarantotto giorni, intesi come purificazione assoluta del corpo e dello spirito. Alcuni scelgono quella che viene chiamata quaresima nera, che prevede un digiuno assoluto, senza cibo né acqua, da giovedì Santo fino a sabato notte, dopo la messa di risurrezione. L'ultima settimana di Quaresima si chiama "grande settimana", è anche caratterizzata da lutto, meditazione e sofferenza. Le messe che si svolgono nella Settimana Santa sono particolari: il giovedì Santo vengono letti dodici Vangeli, uno per ogni ora del giorno, mentre il venerdì Santo o venerdì nero, come lo chiamano i credenti, si celebra la messa del requiem "Prohodul", una messa funebre che include un momento particolarmente emozionante, in cui i fedeli circondano la chiesa, con le candele accese, ripercorrendo simbolicamente la Via Crucis, con le sue quattordici stazioni.

La messa della risurrezione inizia sabato a mezzanotte, quando nelle chiese si spengono le luci e il prete esce dall'altare portando la candela accesa e per tre volte invita i fedeli a prendere la luce dalla sua candela: "Venite a prendere la luce!". Questo invito ha un valore simbolico sia per la funzione liturgica, che prosegue poi anche fuori della chiesa, sia per i fedeli che si passano l'uno con l'altro la fiammella, un gesto che crea un avvicinamento spirituale tra le persone. Dopo il rituale iniziale il sacerdote si rivolge ai fedeli dicendo "Cri-

Seminario Maggiore della Diocesi Torinese

**"Mamma, papà... vado in Seminario"!**

Le famiglie di oggi sono restie ad accettare questa via, per i propri figli, perché spesso la considerano una strada difficile

Abbiamo incontrato Don Ferruccio Cera-  
gioli, direttore del Seminario Maggiore al quale abbiamo posto alcune domande riguardo le vocazioni sacerdotali.

Attualmente il Seminario ospita venti seminaristi della Diocesi di Torino, sei della Diocesi di Aosta ed uno della Diocesi di Susa.

Don Ferruccio ha aggiunto spiegato che il percorso di formazione alla missione di prete dura sette anni, un anno di cammino propedeutico più sei di Seminario Maggiore.

Nel 2000 è stato inserito nel cammino vocazionale l'anno Propedeutico per tutti i giovani che chiedono di fare il percorso del Seminario. Attualmente la propedeutica è frequentata da quattro giovani di Torino più altri otto di altre Diocesi del Piemonte.

In questo anno i giovani imparano a vivere in comunità, portando ai compagni la propria spiritualità e umanità, mentre inizia il percorso scolastico richiesto per la formazione in vista del Ministero Presbiterale.

Sotto la guida dei Formatori e dei Docenti della Facoltà Teologica i giovani apprendono i principi della vita spirituale, umana, intellettuale e pastorale che svilupperanno nei successivi anni di seminario.

Siccome il percorso formativo è specchio delle varie dinamiche della società e della Chiesa, ai giovani vengono presentate tematiche che riguardano la vita matrimoniale, e quella religiosa, intese come la molteplicità dei carismi che animano la Chiesa.

Alla formazione spirituale vengono riservati oltre ai momenti di preghiera personale e comunitaria come: la Liturgia delle Ore, la Santa Messa, l'Adorazione Eucaristica e la Lectio Divina, anche meditazioni e ritiri spirituali proposti da esperti.

I seminaristi sono seguiti da un padre spirituale con il quale spesso si confrontano sulle domande e i dubbi che possono insorgere durante il corso degli anni di studio.

Alla formazione umana partecipano cop-

pie di sposi, negli incontri con i seminaristi illustrano con la loro testimonianza le dinamiche di coppia, le bellezze e le fatiche della vita a due prima e poi con i figli.

In questo ambito si riflette e ci si confronta sulla affettività e sessualità intesa come molteplicità di emozioni e desideri.

Su questa materia l'apposita Congregazione Vaticana sui Seminari ha emesso diversi documenti che indicano i criteri per il Discernimento Vocazionale demandato alle persone deputate alla scelta dei seminaristi. Tra questi il documento del 4/11/2005 riguardante la sessualità dei candidati.

Un'altro filone importante per la crescita dei giovani è l'avvicinamento al mondo ospedaliero, con i suoi risvolti del dolore umano come collegamento a quello di Cristo Crocifisso.

Abbiamo chiesto al Direttore le cause del calo vocazionale, lui ha risposto: "una delle cause sulla quale si porta poco l'attenzione è il calo demografico italiano che fa sì che le famiglie abbiano spesso un solo figlio e così il numero dei bambini, dei ragazzi, dei giovani in Italia tende sempre più a diminuire ed è quindi logico che siano diminuiti anche i giovani che intraprendono la strada del Seminario".

Don Ferruccio ad una nostra sollecitazione ha aggiunto che: "non è necessariamente vero che i ragazzi che oggi scelgono il percorso vocazionale in seminario siano più maturi dei loro coetanei di qualche decennio fa, perché anche loro facevano un percorso serio durante gli anni di Seminario, questo li poteva portare ad una decisione responsabile circa il loro cammino verso il sacerdozio, anche se magari erano entrati molto piccoli in Seminario".

Alla domanda sulle reazioni delle famiglie alla decisione di un figlio di entrare in Semi-

**Mascina Francesca e Piccirillo Matteo**  
 (segue a pag. 6)

**SACRAMENTO DELLE CONFESIONI**

Per prepararsi bene alla SANTA PASQUA è opportuno predisporre la nostra anima ad accoglierla con dignità attraverso il sacramento della confessione.

Per dare la possibilità a quanti lavorano ed ai giovani che studiano di confessarsi singolarmente, si potrà partecipare alle celebrazioni penitenziali, nelle parrocchie dell'U.P. 20 nei seguenti questi giorni:

**a Santi Apostoli e San Barnaba** Lunedì 14 marzo - ore 21,00  
 Lunedì 21 marzo - ore 21,00

**a San Luca ai Beati Parroci** Martedì 22 marzo - ore 21,00  
 Mercoledì 23 marzo - ore 21,00

**PROCESSIONE MARIANA**  
**31 MAGGIO 2016**

Martedì 31 maggio si svolgerà, nella nostra Unità Pastorale, la tradizionale processione a conclusione del mese dedicato alla Beata Vergine Maria.

Il ritrovo per tutti i fedeli è fissato, all'incirca alle ore 21,00, nelle proprie parrocchie da cui partirà la processione con flambeaux, verso la nostra chiesa madre della Visitazione di Maria Vergine e San Barnaba.

In caso di cattivo tempo non si svolgerà la processione, ma il ritrovo rimane ugualmente fissato per le ore 21,00, direttamente nella Chiesa della Visitazione, per lo svolgimento della preghiera mariana.

**PELLEGRINAGGIO UNITÀ PASTORALE 20**  
**DOMENICA 15 MAGGIO**

Le parrocchie dell'U.P. 20 organizzano, in occasione dell'anno della Misericordia, il pellegrinaggio al Duomo di Torino per attraversare la Porta Santa. Saremo accolti dall'Arcivescovo Cesare Nosiglia e con lui pregheremo.

Informazioni presso gli uffici parrocchiali delle singole parrocchie.



sto è risorto" (Hristos a inuiat), e loro rispondono "È veramente risorto" (Adevàrat a inuiat).

I fedeli tornano a casa con la candela accesa, perché si dice che coloro che riescono a tenere sempre accesa la luce presa in chiesa fino all'arrivo a casa avranno un anno benedetto.

Nel mio villaggio nel giorno di Pasqua si prepara una cesta con del cibo tradizionale che viene benedetto dal prete; è consumato nei giorni successivi in piccole quantità, perché è un cibo benedetto; a questo momento partecipa tutto il villaggio con uno spirito di fratellanza e condivisione. Davanti ad ogni cesta c'è una candela accesa e un pa-

nettone chiamato "Pasca". Ai bambini più piccoli si regalano le uova colorate. Colorare le uova di rosso è un rituale che simboleggia il sangue di Cristo. Una leggenda racconta che, dopo la crocifissione di Gesù i rabbini e i Farisei abbiano organizzato un pranzo festivo e uno di loro abbia detto: "Quando questo gallo che mangiamo ritornerà in vita e queste uova diventeranno rosse, solo allora Gesù risorgerà". All'improvviso come per miracolo le uova si sarebbero dipinte di rosso.

L'uovo già di per sé è simbolo di vita e fertilità, è sempre stato visto come segno di risurrezione. La tradizione contadina dice che le uova di Pasqua hanno il potere speciale di proteggere gli abitanti e gli animali della fattoria. Il guscio dell'uovo non deve essere buttato e va seppellito alla radice degli alberi per dare fertilità alla terra.

La settimana di Pasqua è molto sentita nei rituali della preparazione del cibo, della pulizia della casa, dei cortili e dei campi; le donne si dedicano a preparare con cura l'agnello ripieno cotto in forno a legna, il dolce tradizionale che si chiama "Cosonac", il panettone "Pasca" ed a dipingere le uova con le bucce delle cipolle.

Le tradizioni e la cultura hanno un valore immenso e non vanno perse, vanno tramandate alle nuove generazioni affinché rimangano vive.

## Madre e padre a tutti i "costi"

L'evoluzione tecnologica e la società capitalistica stanno producendo un tipo di maternità simile ad una produzione commerciale?

Le argomentazioni espone nel presente articolo sono tratte dall'opuscolo illustrativo del 29° Concorso Europeo bandito dal Movimento per la Vita italiano per gli studenti universitari e delle scuole medie superiori d'Italia. Il concorso è patrocinato dalla Presidenza della Repubblica, del Senato e dai Ministeri dell'Istruzione e delle Politiche Europee. Il tema dell'anno 2016 è: "Maternità 2.0 - Procreazione o Produzione?"; ulteriori informazioni possono essere trovate sui siti [www.mpv.org](http://www.mpv.org) e [www.prolife.it](http://www.prolife.it).

La maternità è un oggetto ricorrente della ricerca scientifica e recentemente sono state sviluppate terapie e tecniche per superare i problemi di sterilità, condizione che colpisce circa una coppia su 7.

Si tratta della fecondazione in vitro, nella quale l'incontro tra lo spermatozoo e l'ovocita avviene all'interno di una provetta e l'embrione viene poi trasferito in utero.

Tale tecnica ha trasformato la procreazione, cioè il processo attraverso il quale due genitori donano la vita nell'atto generativo (per il credente pro-creazione, compartecipazione ad un disegno divino di creazione) in una produzione umana. Il 25 luglio 1978 è una data che è passata alla storia per la nascita, in Gran Bretagna, di Louise Brown, la prima bambina "prodotta" in provetta.

Un'ulteriore tappa è rappresentata dalla cosiddetta "fecondazione eterologa", con il ricorso a gameti - spermatozoo o ovocita - ottenuti da un soggetto terzo, estraneo alla coppia, impropriamente chiamato "donatore".

In Italia la fecondazione eterologa non era legale per effetto della legge 40 del 2004 che consentiva invece la fecondazione omologa (in cui le cellule da cui prenderà vita l'embrione sono entrambe appartenenti ai futuri genitori del bambino). Tuttavia questa legge ha subito numerosi ricorsi ed il 9 Aprile 2014 la Corte Costituzionale ha fatto in parte cadere il divieto assoluto di eterologa, aprendo una significativa finestra: sono ammessi all'eterologa i casi nei quali "sia stata diagnosticata una patologia che sia causa di sterilità o infertilità assolute ed irreversibili."

La fecondazione eterologa ha aperto scenari molto problematici: se si ammette che i genitori possono non essere i donatori dei gameti e che la madre può non essere colei che porta in utero il bambino si arriva alla "maternità surrogata" o



"utero in affitto". In tale pratica gli embrioni vengono impiantati in una donna esterna alla coppia. Tale "madre gestazionale" porta avanti la gravidanza ed al termine dei nove mesi consegna il figlio alla coppia (eterosessuale o omosessuale) con la quale ha realizzato il contratto di surrogazione, previo pagamento del compenso pattuito.

Si tratta di una pratica, vietata oggi in Italia ma lecita in altri stati, che configura di fatto una nuova forma di schiavitù e vendita del corpo femminile e rappresenta un ulteriore passo in avanti nel processo di trasformazione della procreazione in produzione.

Tali tecniche di fecondazione pongono una serie di domande. È lecito vendere un figlio o commissionarne la nascita? È corretto separare in modo artificioso concepimento, nascita e crescita di un bambino? L'evoluzione tecnologica e la società capitalistica stanno producendo un tipo di maternità simile ad una produzione commerciale?

A mio avviso la risposta è solo questa: il figlio non può essere considerato alla stregua di un prodotto, fabbricato, selezionato, commissionato o ottenuto in seguito a pratiche di compravendita. Un figlio è una persona da accogliere ed amare in quell'abbraccio d'amore che chiamiamo procreazione.

Inoltre il ricorso all'utero in affitto ha avuto la condanna da parte del Parlamento Europeo il 17 Dicembre 2015.

Daniele Gandini

## Cittadinanza offresi

La legge sull'estensione della cittadinanza è in discussione al Senato e presto sarà approvata

Il Parlamento sta per approvare un disegno di legge che estenderà il diritto ottenere la cittadinanza italiana a:

- chi è nato in Italia da genitori stranieri, se almeno uno di loro due ha il permesso di soggiorno permanente; la direzione sanitaria deve informare i genitori del loro diritto di far acquisire al proprio figlio la cittadinanza italiana;

- ai minori che, entrati nel territorio nazionale entro il dodicesimo anno di età, abbiano frequentato la scuola per almeno cinque anni;

- ai minori che, entrati nel territorio nazionale prima del compimento del diciottesimo anno, siano residenti in Italia da almeno sei anni e abbiano conseguito un diploma o un'abilitazione professionale.

Una volta acquistata la cittadinanza dai minori, essa si estende automaticamente ai loro genitori, se risiedono in Italia. Il diritto di ottenere la cittadinanza italiana è esteso a chi non ha ancora compiuto venti anni, ma ha gli altri requisiti richiesti dalla legge (residenza e frequenza scolastica), oppure, anche se ha superato i venti anni, risiede in Italia da almeno cinque anni.

L'anagrafe sarà obbligata a comunicare ai minori il loro diritto di acquistare la cittadinanza italiana, nel caso in cui i loro genitori non gliela abbiano già fatta acquisire.

Nel frastuono delle voci e delle opinioni che si alzano su questo tema, possiamo fare qualche riflessione.

La concessione della cittadinanza non ha alcuna relazione con il rispetto dei diritti umani, con l'accoglienza dei profughi, con il terrorismo: si possono rispettare i diritti degli stranieri e si può combattere il terrorismo a prescindere dall'estensione o meno del diritto di cittadinanza.

Acquistato il diritto di cittadinanza, si acquistano tutti i diritti e i doveri degli altri cittadini, compresi i diritti di partecipare ai concorsi pubblici e di votare e compreso il dovere di pagare le imposte. Ma qualcuno dice che nessun ricco chiederà mai la cittadinanza italiana, perché le tasse a cui siamo soggetti sono tra le più pesanti al mondo e le leggi fiscali sono le meno chiare (e quindi le meno giuste) al mondo.

Altri dicono che gli stranieri, diventati cittadini italiani, approfitteranno delle agevolazioni e delle sovvenzioni pubbliche a scapito degli altri italiani, che questa cittadinanza l'hanno ereditata dai propri avi, cittadini ai tempi dell'unificazione del Paese (1861); per di più, chi diventa cittadino italiano può mantenere anche la cittadinanza di un altro Paese e rimanere legato ad esso.

Qualcuno sostiene che questa nuova legge aiuterà i partiti a prendere voti dai nuovi cittadini, visto che gli altri ormai sono delusi della loro classe politica.

Altri dicono che, una volta fatti cittadini italiani, diventeranno cittadini europei e se ne andranno in Paesi più ricchi dell'Italia.

Guido Celoni - avvocato  
(segue a pag. 6)

## "Essere anziani a Mirafiori Sud"



A Mirafiori sud l'entusiasmo non ha età. È questo lo slogan del progetto "Essere anziani a Mirafiori sud", promosso dalla Fondazione di Comunità Mirafiori sud in collaborazione con la Circoscrizione 10 e gestito dall'Associazione di Promozione Sociale CentroX100. Il progetto si rivolge alle persone di 65 anni o più che risiedono principalmente nell'area compresa tra corso Unione Sovietica, strada Castello di Mirafiori, strada delle Cacce e via Barbera. L'obiettivo è contribuire a migliorare la salute e il benessere degli anziani, proponendo attività che consentano di rimanere attivi e autonomi e di incontrare amici e vicini di casa.

Le attività non sono definite a priori, ma vengono di volta in volta progettate a partire dai bisogni degli anziani e dalle loro proposte. Gli anziani non sono quindi solo i destinatari delle attività, ma anche i promotori. Costoro sono invitati a raccontare agli operatori del progetto che cosa potrebbe essere utile e interessante organizzare per migliorare la vita di tutti i giorni e a mettere a disposizione le loro energie e le loro competenze per rendere il quartiere più accogliente e solidale. Sulla base delle idee emerse nei me-

Roberta Molinar  
(segue a pag. 7)

(segue da pag. 1)

## Esiste l'elisir di lunga vita?

corrispondenza della barriera ematoencefalica possono aiutare a prevenire la formazione di placche beta amiloidi nel cervello. In attesa di dati certi degli scienziati e per chi si è smarrito nelle notizie, ricordo che la via della luce solare è sempre quella giusta! Infatti per ora, possiamo continuare con buon senso ad esporci ai raggi solari, alla amata tintarella di sole che aiuta il nostro organismo alla creazione della vitamina D e garantirci in via del tutto naturale una prevenzione dalle gravi patologie neurologiche. I tumori sono la seconda causa di morte dopo le malattie cardiovascolari. In Italia, ogni giorno, ne vengono diagnosticati mille e nel 30% dei casi la causa si annida in comportamenti alimentari errati. Ad esempio il consumo eccessivo di carne rosse o ridotto di frutta e verdura. Esiste una differenza tra Nord e Sud nella frequenza di questa malattia, in parte dovuta proprio a tipologia e quantità degli alimenti consumati. Anche la crisi economica incide: la tendenza al progressivo abbandono della dieta mediterranea e l'aumento del ricorso, soprattutto negli anziani, ad alimenti meno costosi e insalubri ne aumenta il rischio. Non c'è un singolo nutriente che salva dalla malattia. Vanno piuttosto seguiti degli stili alimentari. La dieta mediterranea è una delle pochissime che ha dimostrato di avere un effetto protettivo. Gli studiosi dell'alimentazione suggeriscono di mangiare: salmone e pesce azzurro contro cancro del colon e melanoma, carciofi e carote contro tumore di bocca e gola e ancora si consiglia a dosi moderate giornalieri tè, caffè, vino rosso e agrumi durante la chemioterapia, infine, olio extravergine di oliva, broccoli e aglio aiutano l'organismo a combattere contro le malattie infiammatorie. L'obesità è considerato uno "stato infiammatorio cronico". Porta con sé il rischio di malattie gravi, anche degenerative ed è quasi sempre il risultato di una cattiva alimentazione che condiziona lo stato infiammatorio del nostro corpo. I cibi non servono solo a nutrirci. Funzionano an-

che come segnali, come fossero ormoni. «Attivano un linguaggio molecolare antico presente in ogni cellula di tutti gli esseri viventi». Le cellule del nostro corpo captano le informazioni offerte da questi segnali molecolari, per capire ad esempio se vi sia o meno abbondanza di nutrienti e utilizzano tali informazioni per modulare il proprio comportamento. Quando questo sistema di comunicazione va in tilt possono insorgere malattie. È il caso del diabete: le cellule, pur vivendo in un ambiente ricchissimo di glucosio, avvertono una condizione di perenne scarsità e non riescono a utilizzare lo zucchero presente nel sangue. Seguire una dieta personalizzata è forse la base dell'elisir di lunga vita, purché la dieta sia sempre orientata nell'ambito di una sana cucina mediterranea, suggerita da esperti di scienze dell'alimentazione! La nascente psicoterapia del cibo non è solo legata al gradiente di piacere che il cibo suscita, ma anche al risultato emozionale della comunicazione chimica e biochimica che il cibo suscita e genera al nostro organismo. Nello stesso tempo se dobbiamo modificare i regimi alimentari usiamo l'infinito potere della nostra volontà che suscita e genera benessere con maggiori risultati di quello chimico che il cibo possiede in sé! Serve dunque una riprogrammazione neuroalimentare che modifica a nostro vantaggio le energie del cibo. Ad esempio: con il potere autosuggestivo della vostra volontà ponetevi di fronte ad una tazzina di caffè e applicatevi così: *Bevo questo caffè senza zucchero e apprezzo il gusto e il potere terapeutico della caffeina... più è amara e più fa bene alla mia salute, grazie ai suoi potenti antiossidanti!* È questo è solo l'inizio di una modificazione salutare delle vostre abitudini alimentari, che vi renderà sempre più liberi di usare la vostra volontà efficace per mantenervi in salute!

dott. Angelo Musso  
psicologo