



GORDON Mc INALLY

Agosto 2023

Alla Convention del Rotary International 2023 di Melbourne, ho chiesto a tutti i soci del Rotary di diventare paladini del nostro impegno volto a fare luce sui bisogni in materia di salute mentale nelle comunità vicine e lontane. Questo prevede aiutarsi a vicenda a sentirsi più supportati, sostenere i servizi di salute mentale e creare un canale con gli esperti del settore per migliorare l'accesso alle cure.

È un compito importante e impegnativo. Ma è anche un aspetto che tutti i soci del Rotary dovrebbero avere a cuore, perché tutto ciò che facciamo avviene all'insegna del prendersi cura, del donare, dell'amicizia e della compassione, ed è sempre stato così fin da quando esiste la nostra organizzazione.

Il Rotary è diventato una straordinaria rete globale di 1,4 milioni di leader della comunità connessi tra di loro, leader che condividono un profondo impegno a fare del bene nel mondo. La forza del Rotary, tuttavia, non sta solo in ciò che facciamo per le comunità in cui operiamo. Ci sosteniamo e ci incoraggiamo a vicenda, creando uno spazio sicuro in cui i nostri soci possano essere se stessi. Mostriamo conforto e cura l'uno per l'altro.

Questi legami sono profondamente significativi. Il dottor Vivek Murthy, chirurgo generale negli Stati Uniti, ha recentemente dichiarato che la solitudine è un'epidemia che minaccia

la salute pubblica. Ecco le sue parole: "Dobbiamo dare la priorità alla creazione di legami sociali nello stesso modo in cui abbiamo dato la priorità ad altri gravi problemi della sanità pubblica come il fumo, l'obesità e i disturbi da uso di sostanze". Sono orgoglioso di ciò che il Rotary ha fatto nel corso delle generazioni per creare questi legami sociali; inoltre, il numero di gennaio 2023 della nostra rivista parlava proprio della solitudine e di come si può intervenire in merito.

La nostra comunità globale e il nostro valore fondante, che dà priorità al Servire al di sopra di ogni interesse personale, rendono il Rotary un potente paladino della salute mentale nel mondo. In un recente studio della Ohio State University è emerso che compiere atti di gentilezza è stato l'unico dei tre interventi di salute mentale testati che hanno aiutato i partecipanti a sentirsi più vicini agli altri. Il coautore dello studio David Cregg ha dichiarato: "A quanto pare, compiere atti di gentilezza è uno dei modi migliori per promuovere questi legami".

Lo studio conferma ciò che abbiamo sempre saputo: fare del bene contribuisce a trasformare non solo le comunità in cui operiamo, ma anche noi stessi. Nel concentrarci maggiormente sulla salute mentale, non dobbiamo considerare questo impegno come un qualcosa di nuovo per il Rotary, ma piuttosto come un'occasione per migliorarci e avere un impatto maggiore su noi stessi e sulle persone per le quali svolgiamo il service.

Non dobbiamo partire da zero. Il Gruppo d'azione del Rotary sulle Iniziative per la salute mentale si dedica a queste tematiche ormai da diversi anni; ci rivolgeremo ai membri di questo gruppo affinché facciano da leader mentre continuiamo a sensibilizzare l'opinione pubblica.

L'assistenza psicologica rientra perfettamente in molte delle nostre aree d'intervento. A maggio, sono stati avviati ben 41 progetti finanziati da sovvenzioni globali che si concentrano proprio sulla salute mentale. Molti sono estremamente promettenti, ma ne parleremo più nel dettaglio nei prossimi mesi.

Impegniamoci ad abbattere i pregiudizi legati al benessere emotivo, facciamo chiarezza sui bisogni psicologici e miglioriamo l'accesso ai servizi di salute mentale preventivi e interventistici.

Insieme, Creiamo speranza nel mondo.



GORDON Mc INALLY

August 2023

At the 2023 Rotary International Convention in Melbourne, I asked all Rotary members to become champions in our effort to illuminate mental health needs near and far. This includes helping one another feel more supported, advocating for mental health services, and building bridges with experts in the field to expand access to treatment.

It's an important task and a big ask. But it's also something that should feel familiar to every Rotary member — because everything we do is in the spirit of caring, giving, friendship, and compassion, and has been from the beginning of our organization.

We've grown into an amazing global network of 1.4 million interconnected community leaders — leaders who share a deep commitment to doing good in the world. But what makes Rotary powerful isn't just what we do for the communities we serve. We also support and empower each other, by creating a safe space for our members to bring their whole, authentic selves. We show each other comfort and care.

These connections are deeply meaningful. The U.S. surgeon general recently declared loneliness a public health epidemic. Dr. Vivek Murthy said, "We must prioritize building social connection the same way we have prioritized other critical public health issues such

as tobacco, obesity, and substance use disorders." I am proud of what Rotary has done across generations to build those kinds of social connections — and this magazine focused on loneliness and what Rotary can do about it in its January 2023 issue.

Our worldwide community and our foundational value prioritizing Service Above Self makes Rotary a powerful global advocate for mental health. A recently published study by Ohio State University found performing acts of kindness was the only one of three mental health interventions tested that helped people feel more connected to others. Study co-author David Cregg said, "Performing acts of kindness seems to be one of the best ways to promote those connections."

This research suggests what we've known all along — that doing good helps transform not just the communities we serve, but it also transforms us. As we put a greater focus on mental health, let's not think of this effort as something new to Rotary, but rather as something we can do better and as a result have a greater impact on ourselves and the people we serve.

We are not starting this effort from scratch. The Rotary Action Group on Mental Health Initiatives has been focused on these kinds of issues for several years — and we will be looking to members of that group for leadership as we continue to build awareness.

Mental health care fits comfortably within several of our areas of focus. As of May, there are 41 global grant-supported projects with a mental health focus. Many of them have tremendous promise, and we will be highlighting them in the months ahead.

So let's work together to erase the stigma associated with emotional well-being, raise awareness of mental health needs, and improve access to preventive and interventional mental health services.

Together, we will *Create Hope in the World*.



**CREIAMO SPERANZA
nel MONDO**