



**Jennifer Jones**

**Presidente 2022/2023**

## **Maggio 2023**

Ritengo che questo sia un momento per una leadership coraggiosa, coraggiosa e intenzionale nel nostro mondo.

Il mese scorso, in questa rubrica, avete letto il messaggio della mia cara amica Anniela Carracedo. Anniela è una socia straordinaria della nostra famiglia Rotary e, da ex Interactiana e da Rotariana adesso, lei è una leader di questo tipo.

Anni ha condiviso una storia molto personale su come affrontare un attacco di panico, qualcosa che anch'io ho sperimentato. La calorosa accoglienza e risposta a questa storia sono state davvero incredibili e sottolineano quanto sia fondamentale riconoscere non solo i nostri punti di forza ma anche le nostre vulnerabilità.

Quando parliamo di trovare spazio l'uno per l'altro — creando conforto e cura nell'ambito del Rotary — stiamo descrivendo un'esperienza di club in cui tutti possiamo sentirci a nostro agio condividendo le nostre storie come ha fatto Anni, e tutti possiamo entrare in empatia e sostenerci a vicenda. A prescindere da quello che stiamo affrontando nella vita, il Rotary è un luogo dove sappiamo di non essere soli.

Passiamo così tanto tempo ad aiutare il nostro mondo, dall'impegno a porre fine alla polio alla ripulitura dell'ambiente e nel portare speranza alle comunità che ne hanno più bisogno. A volte possiamo quasi dimenticare di applicare parte della nostra energia e cura ai nostri colleghi e partner nel service.

Il conforto e la cura dei nostri soci sono il più grande volano per la soddisfazione dei soci e per la conservazione. Dobbiamo garantire che rimanga una priorità e che rafforziamo ulteriormente questi legami svolgendo progetti di service che aiutano a ridurre lo stigma del bisogno di cure per la salute mentale e ampliano l'accesso alle stesse.

Questa è la ragione per cui sono rincuorata della meravigliosa visione del Presidente eletto Gordon McNally di contribuire a migliorare il sistema globale della salute mentale, non solo per i soci del Rotary, ma per le comunità in cui operiamo.

Quando Gordon ha annunciato il nostro focus sulla salute mentale all'Assemblea Internazionale di quest'anno a Orlando, in Florida, ci ha ricordato che aiutare gli altri reca benefici alla nostra salute mentale riducendo lo stress e migliorando il nostro umore. Gli studi dimostrano che compiere atti di gentilezza è un modo efficace per migliorare la propria salute mentale e fisica. Il service del Rotary porta speranza al mondo e gioia alla nostra vita.

Il nostro nuovo focus sulla salute mentale richiederà del tempo per farlo bene, eppure si basa su qualcosa che fa parte di ciò che siamo da 118 anni. Siamo individui Pronti ad agire e dietro le nostre azioni ci sono cura, compassione, empatia e inclusione.

Diventare campioni della salute mentale non è solo la cosa giusta e gentile da fare, è uno strumento che possiamo usare mentre *Creiamo speranza nel mondo*, il tema ispiratore di Gordon per il suo prossimo anno di presidenza.

Se ci mettiamo al servizio dei nostri soci, facciamo service per le nostre comunità, e se possiamo incontrare le persone là dove vivono e sollevarle, immagineranno il Rotary in una nuova luce e arriveranno a comprendere appieno il nostro valore e il nostro infinito potenziale.