

## "Racconto perché camminare mi ha salvato la vita"

Data : 18 luglio 2017

"Un anno ho preso una decisione: vediamo se riesco con coraggio a cambiare in meglio la mia vita svegliarmi serena e superare tutte quelle paure che mi impediscono di vivere le esperienze che sogno da tempo. Aprirò un blog e racconterò a tutti quello che succede. Ma soprattutto ci sono riuscita?"

**La vita di Marika è cambiata all'improvviso quattro anni fa.** Lo racconta lei stessa sul suo [blog](#). "Mancava poco alla maggiore età e avevo tutto: fidanzatino, amicizie, scuola e una vita che scorreva in preda a ribellioni adolescenziali. A quell'età avevo tanta energia che non sapevo assolutamente come far fruttare nel modo migliore, limitandomi a rimbalzare qua e là come una biglia lanciata con forza. Nonostante questo io ero la sedentarietà in persona, il divano era il mio migliore amico".

**Poi una sera all'improvviso un problema a una gamba e la corsa in ospedale.** "Diagnosi: trombosi venosa profonda dovuta ad una mutazione genetica. Ricovero immediato. Senza peli sulla lingua mi hanno detto che avrebbero fatto il possibile ma le probabilità di sopravvivere erano molto basse perché i massaggi avevano causato un distacco di un embolo che poteva entrarmi nel polmone o nel cuore a momenti".

**Marika è stata fortunata e si è salvata, ma la sua vita non sarebbe più stata la stessa.** "Il peggio l'ho vissuto dopo che mi hanno dimessa. Sono andata avanti 3 anni a farmi punture anticoagulanti due volte al giorno, causandomi grandi lividi su tutto il corpo. Sono uscita come uno straccio dall'ospedale e ci ho messo parecchi mesi a tornare a camminare come prima. Ogni movimento mi causava fitte di dolore e non riuscivo a fare due passi di seguito senza sentire la necessità di riposarmi a terra, ovunque mi trovassi. I medici concordavano che avrei dipeso a vita da medicine, avrei avuto una gamba più grossa dell'altra, viola, non avrei più potuto prendere aerei, stare troppo tempo in piedi o camminare a lungo".

Da quei momenti ci ha messo un po' a maturare una decisione coraggiosa: riprendersi in mano la vita e decidere di viverla con gioia ogni giorno. "La parte divertente - scrive sempre sul suo blog - è che oggi non dipendo più da medicinali, ho un lavoro che mi porta a stare in piedi tutto il giorno, prendo aerei e vado anche in alta quota in montagna, con le mie gambe rosa".

Marika si definisce "30% Lombarda 10% Pugliese 10% Veneta 50% Aliena. Voglio costruirmi la vita che sogno. Leggo molto, parlo troppo, futura naturopata. Innamorata della montagna, mai ferma nello stesso posto a lungo. Adoro la fotografia ed il buon cibo". Ha iniziato a camminare seriamente e ha percorso il cammino di Santiago, farà la Via Francigena e non passa giorno che non progetti altro con grande energia.

Nel suo video fa vedere alcune immagini di come sono andati gli ultimi mesi. Seguiamola.

## DIGITALIFE E' UN PROGETTO ANCHE TUO

È una grande ambizione raccontare il cambiamento con un film. Lo è ancor di più pensare di farlo in modo collettivo, corale, partecipato. **DigitaLife sarà infatti un collage di storie che ci racconterete** e che ci potrete fare avere con brevi video. Il nostro lavoro è organizzare tutto questo, raccontarlo e poi costruire l'opera grazie alla regia di **Francesco Raganato**.

**Il digitale ha cambiato le nostre vite in profondità.** Coglietene attimi, momenti, esperienze. Pensate a ciò che vi piace, vi preoccupa, vi entusiasma, vi spaventa. Anche le piccole cose quotidiane e non per forza i grandi progetti. Ognuno di noi vive, vede, ascolta storie che hanno a che fare con il digitale.

Raccontatelo. È un'azione importante per tutti noi e ci aiuterà a conoscere di più e a riflettere su cosa è successo, succede e succederà.

[INVIA IL TUO VIDEO](#)