

VareseNews

Lorenza Minonzio: “Nell’anno del Covid sono cresciuta, grazie alla mia rete”

Pubblicato: Lunedì 8 Marzo 2021



Lorenza Minonzio ha sempre avuto una grande passione per ciò che riguarda l’alimentazione naturale.

A settembre 2019 ha deciso di trasformare questa sua passione nel proprio lavoro, passando dall’attività di volontariato presso varie associazioni al salto coraggioso, compiuto a quarantanove anni, di aprire la partita IVA, e quindi creare una propria attività. Il suo lavoro consiste nell’insegnare alle persone a mangiare bene per stare bene.

«Ero carica all’idea di buttarmi in questa nuova sfida, nella creazione della mia nuova attività – racconta – Quando ho iniziato, riuscivo a tenere tanti incontri in presenza. Organizzavo aperitivi, durante i quali parlavo delle varie proprietà di determinate tipologie di cibo, di alimentazione naturale e di medicina cinese. Organizzavo anche incontri aperti e corsi di cucina».

In parallelo al suo percorso lavorativo da tempo Lorenza era alla ricerca di gruppi, o associazioni, che si occupassero di indirizzare liberi professionisti e persone con l’obiettivo di lavorare in proprio, alla ricerca di basi solide, o maggiori conoscenze, per buttarsi in un’attività lavorativa individuale.

«E’ così che mi sono avvicinata all’associazione Rete al Femminile di Varese, con la speranza – che poi si è rivelata concreta – che questo gruppo potesse aiutarmi a ricevere un vero sostegno, un dare reciproco, una circolarità, che mi accompagnasse nella mia crescita professionale».

Poi è arrivato febbraio 2020, con il coronavirus e le restrizioni. Tutto quello in cui consisteva il

suo lavoro e tutte le iniziative che erano sempre state organizzate in presenza, non potevano più essere riproposte. «Mi sono ritrovata in difficoltà, mi sentivo persa continuando a chiedermi cosa avrei potuto fare per continuare con il mio lavoro». Solo dieci giorni dopo aver partecipato ad un incontro dell'associazione, per la prima volta la pandemia ha costretto alla chiusura totale delle attività. Era iniziato il primo lockdown.

«Durante il lockdown l'attività dell'associazione però non si è fermata, si sono tenute – e si tengono tutt'ora – riunioni e incontri online. **Questo ci ha unito, facendoci rendere conto che eravamo tutte disorientate dalla situazione causata dal covid e che il nostro punto di forza era poter condividere le nostre ansie, le nostre paure e avere altre persone nella nostra stessa situazione con cui cercare soluzioni alternative** che ci aiutassero a rimanere a galla».

L'essenza della Rete al Femminile è la partecipazione collettiva e il sostegno reciproco: «Che spinge a restare sempre in contatto e ti coinvolge chiedendoti anche di partecipare direttamente ed essere attivi all'interno dell'associazione stessa, sfruttando le esperienze e le conoscenze dei tesserati per organizzare workshop e laboratori particolari, coinvolgendo il gruppo nelle attività di tutti». Vigè un profondo rispetto per la professionalità e per lo scambio: ognuno ha un valore che può condividere e che può arricchire gli altri.

«In quel momento difficile il mio lavoro, che prima si era sempre svolto in un determinato modo, andava completamente stravolto. Poter condividere le proprie sensazioni e il proprio stato d'animo, unito al fatto di essere ascoltata da persone che vivevano la mia stessa situazione, in qualità di donne che lavorano da sole e devono completamente rivoluzionare il proprio lavoro, mi ha aiutato moltissimo».

Così la sua professione ha assunto un nuovo aspetto: ciò che Lorenza propone adesso, sono corsi online e numerosi workshop di cucina che insegnano come preparare pasti sani e genuini, in linea con l'alimentazione naturale. E' stato poi grazie ad una delle responsabili di Rete al Femminile Varese e alla fiducia ritrovata in se stessa che Lorenza è riuscita trovare il coraggio di trasformare le sue conoscenze e la sua passione per l'alimentazione naturale, arrivando a pubblicare due libri sull'argomento.

«Questo periodo storico non mi ha fermata, lo accetto come sfida personale e lo prendo come spunto per migliorare – conclude – Sicuramente lavorare in presenza era più semplice che lavorare online, senza poter vedere il volto dei tuoi ascoltatori, ma ho imparato a muovermi un passo alla volta. In un anno il mio lavoro è cambiato, maturato e io ho trovato il coraggio di fare cose che prima non pensavo avrebbero mai fatto parte del mio percorso, e che nemmeno avevo mai preso in considerazione».

di [Francesca Marutti](#)