

OTTOBRE 2014

Periodico di informazione a sostegno della popolazione della terza età

# In-Forma

CONOSCENZA - SAGGEZZA - VITALITÀ

FAMIGLIA - SOSTEGNO - NOTIZIE DI SETTORE - AGEVOLAZIONI - CENTRI ANZIANI



## >> IN QUESTO NUMERO



In 30mila in festa a San Pietro  
I nonni con Papa Francesco



Il vaccino antinfluenzale e gli  
anziani. Parla l'esperto



Roma, Latina, Viterbo, Rieti e  
Frosinone racconti di vita nei Csa

## Festa dei nonni Oltre 30mila in piazza San Pietro

**I**n oltre 30mila hanno affollato piazza San Pietro, a Roma. I nonni della Capitale, di tutta Italia e non solo si sono ritrovati domenica 28 settembre con Papa Francesco per festeggiare insieme la loro Festa, che ricorre ogni 2 ottobre. Hanno applaudito il Pontefice e il Papa emerito (era presente alla cerimonia infatti anche Benedetto XVI), e hanno ascoltato le parole del Santo Padre. «Dio non vi abbandona», ha detto loro. «Continuerete a essere memoria del vostro popolo, e anche per noi, per la grande famiglia della Chiesa». Un popolo che non ha memoria non ha futuro e Sua Santità ha sottolineato che una «delle cose più belle della nostra vita di famiglia è carezzare un bambino e lasciarsi carezzare da un nonno e da una nonna».

Ma gli anziani in piazza non hanno solo ascoltato. Hanno anche parlato, con il racconto di due profughi iracheni scappati dalle persecuzioni. «La violenza sugli anziani è disumana, come quella sui bambini» le parole del Pontefice dopo avere sentito lui le loro testimonianze. Di cui poi Papa Francesco ha fatto un punto cruciale del suo discorso. «Gli anziani che hanno fede sono come alberi che continuano a portare frutti ma possono esserci gravi forma di discriminazioni», ha detto. Gli anziani hanno il compito di trasmettere e condividere la saggezza e la fede. «In quei Paesi dove la persecuzione religiosa è stata crudele, penso per esempio l'Albania dove mi sono recato nelle scorse settimane, sono stati i nonni a battezzare i bambini di nascosto e a dare la fede, bravi, sono stati bravi nella persecuzione e hanno salvato la fede in quel Paese».

«Il dio denaro scarta le persone. Quante vol-



te – ha detto ancora il Papa ai nonni presenti in piazza San Pietro - si scartano gli anziani con atteggiamento di abbandono che sono una vera e propria eutanasia, si scartano i bambini, i giovani perché non hanno lavoro e si scartano gli anziani con la pretesa di mantenere un sistema economico equilibrato al centro del quale c'è il dio denaro: siamo tutti chiamati a contrastare questa velenosa cultura dello scarto, i cristiani con tutti gli uomini di buona volontà chiamati a costruire una società più umana, paziente e inclusiva».

«Avere Benedetto XVI è come avere un nonno saggio in casa» ha chiosato Papa Francesco. E ha ringraziato il Papa emerito Joseph Ratzinger per essere presente: «Ho detto tante volte che mi piaceva che lui abitasse in Vaticano perché è come avere il nonno saggio in casa».

# Nonni a Roma insieme a Papa Francesco

## Il 2 ottobre è stato ufficialmente il giorno della loro festa



**D**omenica 28 settembre erano oltre 30mila i nonni in piazza San Pietro a Roma insieme a Papa Francesco per celebrare la loro ricorrenza. Il 2 ottobre è ufficialmente il giorno della Festa dei nonni. Ecco alcune curiosità su questa data e sul mondo della terza età in Italia e in Europa:

### FESTA DEI NONNI

È una festa nata per legge, almeno in Italia, quella dei nonni. La ricorrenza civile è stata introdotta dalla legge 159 del 2005. L'obiettivo è celebrare l'importanza del ruolo dei nonni nelle famiglie e nella società.

### GIORNO

La data scelta è il 2 ottobre, in cui la Chiesa celebra gli angeli custodi.

### FIORE

Il fiore ufficiale della festa è il non ti scordar di me.

### DOVE È NATA

Negli Stati Uniti. L'istituzione ufficiale è del 1978, la proposta veniva da una casalinga con 15 figli e 40 nipoti. Negli Usa si festeggia la prima domenica di settembre, dopo il Labor day.

### ALTRI PAESI

La prima domenica di ottobre nel Regno Unito, il 25 ottobre in Canada. In Francia hanno separato nonno e nonna: i primi dal 2008 la prima domenica di ottobre, le signore già dal 1987 la prima domenica di marzo.

### INDICE DI VECCHIAIA

Ogni 100 giovani ci sono 147,2 anziani. È l'indice di vecchiaia in Italia. Solo la Germania, in Europa ne ha uno più alto secondo i dati Istat. La media europea è 112,3. Il Paese con l'indice più basso l'Irlanda, 54,3.

### VITA MEDIA

84 anni e mezzo è la vita media delle donne in Italia, 79 per gli uomini.

### ITALIA

L'Italia è sempre meno un Paese per vecchi. La penisola è al 39esimo posto nella classifica dei 96 Paesi più a misura di anziano secondo la classifica Global age watch index. Sono 12 le posizioni perse rispetto all'indagine 2013 soprattutto a causa della minore sicurezza economica degli anziani.

# Visini: «Richiesta servizi sempre maggiore»

## L'assessore alle Politiche sociali: i nonni sono una risorsa



**N**el Lazio la popolazione con più di 65 anni rappresenta il 25% del totale. Ciò comporta una forte 'pressione' sui servizi sociali. Quali sono le iniziative della Regione per andare incontro alla domanda di assistenza che arriva dalla terza età?

Quella della sempre maggiore richiesta di servizi da parte degli anziani è una pressione destinata a crescere, a causa di un tasso di natalità pari a zero se non addirittura negativo. Sul fronte socio-sanitario ci stiamo muovendo in due direzioni. La prima è quella della prevenzione e dell'investimento sulle politiche di invecchiamento attivo, anche grazie alla messa in rete delle tante esperienze di volontariato che esistono sul nostro territorio. La seconda direzione è quella della continuità assistenziale tra ospedale e territorio e della prevenzione dell'istituzionalizzazione: grazie a un uso importante dei fondi europei aumenteremo del 25% le ore di assistenza domiciliare, che

oggi riguarda tantissimi anziani non autosufficienti.

**Cosa fa la Regione per spazi più ricreativi e associativi, come ad esempio i centri anziani? Ci parla del bando 'Bene in Comune'?**

'Bene in Comune' è un bando riservato agli Enti locali del Lazio in partnership con le associazioni del Terzo settore: dello stanziamento complessivo di 1 milione e 650mila euro, 1 milione è riservato proprio ai progetti per gli anziani, alle attività per l'invecchiamento attivo, alle iniziative socio-educative intergenerazionali e alla valorizzazione dei servizi territoriali, come i Centri anziani. Riusciremo a finanziare circa 50 progetti con 20mila euro ciascuno. Il termine di presentazione delle domande si è appena chiuso e presto avremo la graduatoria dei vincitori.

**Gli anziani sono una risorsa straordinaria per il welfare regionale e nazionale. È possibile trovare dei meccanismi che premiano e riconoscano in qualche modo il lavoro 'silenzioso' svolto dai nonni a sostegno dei più giovani?**

Bisogna ammetterlo: senza il sostegno delle generazioni più anziane, in questo momento di crisi economica ed occupazionale molte famiglie non potrebbero farcela. I nonni sono spesso un vero e proprio ammortizzatore sociale. E quando parlo di investimento sulle politiche di invecchiamento attivo dico proprio questo: nel nuovo modello di welfare comunitario che stiamo costruendo nel Lazio questo contributo, come quello

delle realtà del volontariato e dell'associazionismo, deve essere messo in rete, in un sistema di servizi integrati dove il pubblico fa il suo dovere ma è anche capace di valorizzare il lavoro del privato sociale.

**Nel Lazio ci sono più di 1.100 strutture dove trovano ospitalità e ristoro gli anziani tra case famiglia, comunità di alloggio, case di riposo e centri diurni. A disposizione ci sono 114.000 posti: secondo lei sono spazi sufficienti? A che punto è l'integrazione di queste strutture con il sistema sanitario regionale?**

Il punto non è tanto il numero di posti, quanto la qualità e la tipologia dell'offerta: dobbiamo andare il più possibile verso la deistituzionalizzazione, verso i servizi a domicilio e l'assistenza socio-sanitaria integrata in famiglia. Questo vuol dire che dobbiamo investire nei centri diurni e che, nel caso di anziani bisognosi di assistenza sanitaria, dobbiamo evitare il più possibile di sradicare queste persone dalle loro case e dalle loro comunità, il che però significa che dobbiamo aiutare in maniera concreta le famiglie che da sole non riescono a farsi carico della cura dei loro anziani. Stiamo facendo grandi passi in avanti ma c'è ancora tanto da fare. Sul fronte dell'integrazione socio-sanitaria due snodi decisivi saranno l'approvazione della nuova legge di riforma dei servizi sociali regionali, in discussione in Consiglio, e il varo del nuovo Piano sociale regionale, una novità assoluta per il Lazio.

## «Gli anziani vivono il quartiere, alla Balduina non è più un sogno»



«**P**ortare il centro anziani fuori dal centro anziani». Non solo briscola, o tressette, balli di gruppo o ginnastica, ma iniziative nel quartiere, come la pulizia dei parchi e dei giardini, i pranzi tutti insieme a casa del compagno che non si muove più o le gite di gruppo tra le bellezze della città o del resto dello stivale, dalla Calabria al Trentino. È questa la 'mission' del Centro socio-culturale Balduina, dedicato alla figura di Carlo Calicchia, uno dei presidenti più amati dagli iscritti di quello è che è stato il primo centro anziani sorto nello storico quartiere di Roma nord, nel 2001, dopo una mobilitazione popolare ed una raccolta di firme.

A guidare il piccolo ma dinamico centro, realizzato negli spazi sottostanti al mercato di piazza Carlo Mazzaresi, è la presidentessa Anna Maria

Fundarò, riconfermata nella sua carica a settembre, fino al 2017. «La Balduina - ci spiega durante una visita effettuata da In-forma pochi giorni fa - è un quartiere residenziale, con molti anziani. Però questo centro, fino a poco tempo fa, era in perdita e le persone non sembravano interessate a quello che veniva organizzato. Ora l'abbiamo rivitalizzato».

Il centro 'Calicchia' è risorto con un fitto calendario di corsi e iniziative. Tanto per cominciare un frizzante blog, centro-culturalebaldaina.blogspot.it, gestito dalla presidentessa in persona. Poi le attività organizzate nel centro, tutti dalla durata compresa tra i 3 mesi e un anno: dal corso di pc alle 5 lezioni settimanali di ginnastica, frequentate da 130 iscritti visti i prezzi popolari di 15 euro al mese. Ed ancora: i balli di gruppo, il tango, il Tai chi, i corsi di lingua inglese, di storia dell'arte, di recitazione e di pittura. C'è anche l'occasione di avere colloqui con psicologi e non mancano le serate con il cineforum. Infine il centro aderisce all'annuale festa dei Nonni, che si è tenuta il 2 ottobre e alla quale ha partecipato il presidente del XIV Municipio, Valerio Barletta.

I risultati non sono tardati ad arrivare: oggi il centro anziani Balduina vanta circa 1.300 iscritti, due terzi sono donne, tutti compresi tra i 55 e gli

oltre 90 anni, anche se la maggior parte dei soci si aggira intorno ai 70.

Infine sono in cantiere le iniziative per far uscire gli anziani dal centro. A breve ne partiranno due, molto interessanti. Con la prima 'Oggi si mangia a casa di...', spiega Fundarò, «organizziamo cene o pranzi, tutti insieme, a casa di alcuni soci che non si muovono più o hanno avuto qualche problema. Un modo per non farli sentire soli». La seconda si chiama 'I nonni curano il verde del quartiere'. L'obiettivo, aggiunge Fundarò, «è che gli anziani escano dalle mura del centro e vadano a curare da volontari il verde urbano. Ci abbiamo pensato dopo l'apertura della pista ciclabile di monte Ciocci che potrebbe essere il primo sito da pulire. Ma pensiamo anche al parco del Pineto».

Mura del centro, e questa è l'unica nota negativa, che sono effettivamente molto strette. «L'unica cosa che non va bene conclude l'intervista Fundarò sono i nostri locali, troppo piccoli. Dal 2005 ci promettono di allagare il centro con altri spazi abbandonati sotto il mercato. Ora sembra che i fondi siano stati trovati ma non si sa quando potrà partire il cantiere. Con Barletta abbiamo un ottimo rapporto, conosce la situazione. Ma rilancio un appello: abbiamo bisogno di una sede più decente».

## Vaccino antinfluenzale disponibile al pubblico da ottobre

Riniti, dolori e febbre metteranno a letto 4 milioni di italiani

L'autunno è arrivato e manca poco alla diffusione dell'annuale influenza, che, tra riniti, dolori e febbre, metterà a letto almeno 4 milioni di italiani. È importante, specialmente per gli anziani, arrivare preparati al momento di 'picco', per non farsi cogliere dal virus che dovrebbe arrivare tra ottobre e novembre con un aumento di contagi verso il periodo natalizio.

Oltre alle solite precauzioni e raccomandazioni, come lavarsi spesso le mani, coprirsi bene, evitare i colpi di freddo e i luoghi affollati e chiusi, l'unica vera forma di prevenzione efficace per l'influenza stagionale è la vaccinazione, consigliata soprattutto per gli ultra sessantacinquenni. In

chi è meno giovane, infatti, il virus può avere gli effetti più violenti e portare a complicazioni che non vanno sottovalutate. Per questo motivo, consigliano i dottori, bisogna vaccinarsi senza esitazioni.

I vaccini anti influenzali sono disponibili al pubblico da ottobre in poi, ed è importante organizzarsi per tempo con il proprio medico curante per la somministrazione. Il momento migliore per vaccinarsi è agli inizi della stagione influenzale, prima che i casi inizino ad aumentare, in modo da arrivare al 'picco' del contagio con un sistema immunitario che si è già attivato contro il virus. L'immunità scatenata dalla vaccinazione anti influenzale ha, infatti, una copertura di svariati mesi, fino alla fine del

periodo critico, ma inizia ad avere effetto dopo almeno una decina di giorni dalla somministrazione. È opportuno, quindi, per avere una protezione completa, organizzarsi e vaccinarsi qualche settimana prima dell'impatto del virus. Il periodo migliore è più o meno dai primi di ottobre fino agli ultimi giorni di novembre.

La vaccinazione, però, non va fatta e decisa autonomamente, ma va sempre concordata con il proprio medico. Il vaccino non ha, infatti, controindicazioni ed è consigliato per tutti, ma va sempre assunto sotto autorizzazione e controllo del medico curante, per evitare conseguenze in soggetti con patologie del sistema immunitario o croniche.



# L'esperto: «Con la fine dell'estate prime infezioni da virus. Poi la vera influenza»

Parla il Prof. Franco Maria Ruggeri, presidente della Siv - Società italiana virologia



**Q**uali sono i principali malanni che colpiscono gli anziani con l'arrivo della stagione autunnale?

Con la fine dell'estate e l'arrivo dei primi freddi, i primi veri malanni sono le infezioni respiratorie da virus. Tra un mese o due, invece, ci sarà l'inizio della vera influenza. Già da adesso, comunque, iniziano a girare altri virus parainfluenzali che danno affezioni respiratorie e simil influenzali: raffreddore, tosse, innalzamento della temperatura. Il problema principale di questi virus è la febbre, che se si eleva eccessivamente, va controllata con degli antipiretici.

## Come curarsi quindi?

Come dicevo, va tenuta sotto controllo la febbre, per evitare complicazioni. Vanno utilizzati anche dei farmaci antisintomatici, a secondo delle necessità, perché febbre e dolori alle giunture per l'anziano possono essere più che un fastidio. Una raccomandazione che posso fare è non ricorrere all'antibiotico, che è utile solo per evitare un aggravamento quando dall'affezione respiratoria semplice si passi a una superinfezione batterica che può portare a patologie come la polmonite. Ma di norma l'antibiotico non va preso, perché non ha alcun effetto nei confronti del virus.

## Ci sono altri virus oltre quelli delle vie respiratorie?

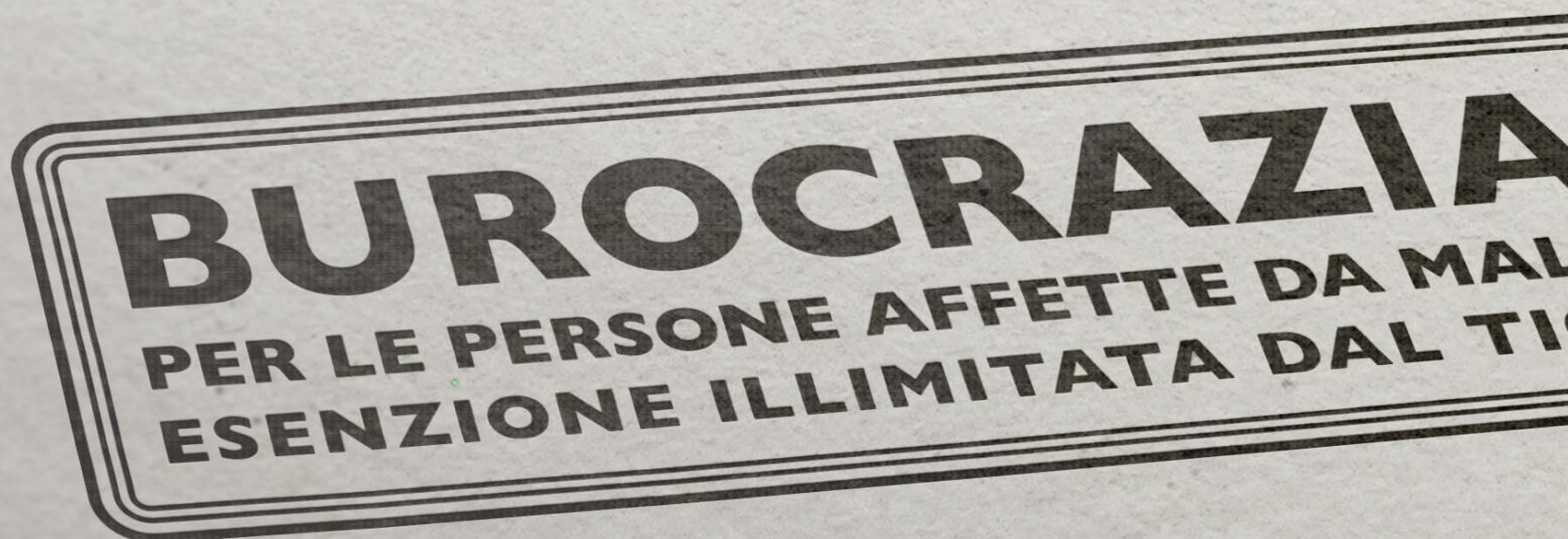
Sì, ci sono delle infezioni gastrointestinali del tutto indipendenti dal gruppo influenzale che però hanno un picco epidemico che si sovrappone: iniziano in autunno e hanno il momento di massima espansione tra dicembre, gennaio e marzo. Vengono erroneamente definite 'influenze intestinali', e i sintomi sono diarrea e vomito acuti. Sono altrettanto problematiche per gli anziani e vanno tenu-

te sotto controllo. Quello che è importante è prestare molta attenzione allo sviluppo di eventuali focolai vicini. Molto semplicemente, bisogna stare lontani da amici e parenti che hanno avuto episodi di vomito e diarrea ed evitare contatti. Questo virus, infatti, lo si può assumere per contatto diretto, cosa che è molto facile attraverso il vomito: il virus va nell'aria e riesce a resistere bene all'ambiente.

## Infine l'influenza. Cosa devono aspettarsi quest'anno gli anziani e cosa consiglia riguardo al vaccino?

L'influenza di quest'anno non sarà diversa da quelle che l'hanno preceduta. Ciò non vuol dire che non sia pericolosa, specialmente per chi è meno giovane. Un passo importantissimo e necessario è, quindi, organizzarsi con il proprio medico per la vaccinazione stagionale. Di fatto non esistono controindicazioni per il vaccino, salvo per soggetti con particolari problematiche che, in ogni caso, saranno seguiti dal medico curante. Il vaccino, infatti, va sempre somministrato sotto autorizzazione del dottore. E non fa male, è importante e può fare solo bene.

# IL LAZIO CAM



Le persone affette da particolari malattie croniche hanno diritto all'esenzione dal ticket sanitario. Per saperne di più visitate il sito [www.regione.lazio.it/esenzionemalattiecroniche](http://www.regione.lazio.it/esenzionemalattiecroniche)



OTTOBRE 2014

Inserito

# In-Focus

SPECIALE ALLEGATO AL NUMERO DI OTTOBRE

FAMIGLIA - SOSTEGNO - NOTIZIE DI SETTORE - AGEVOLAZIONI - CENTRI ANZIANI



>> IN QUESTO INSERTO



Nonni social su Facebook  
al passo con i nipoti



Over 60 e tecnologia:  
solo il 5% è 'connesso'



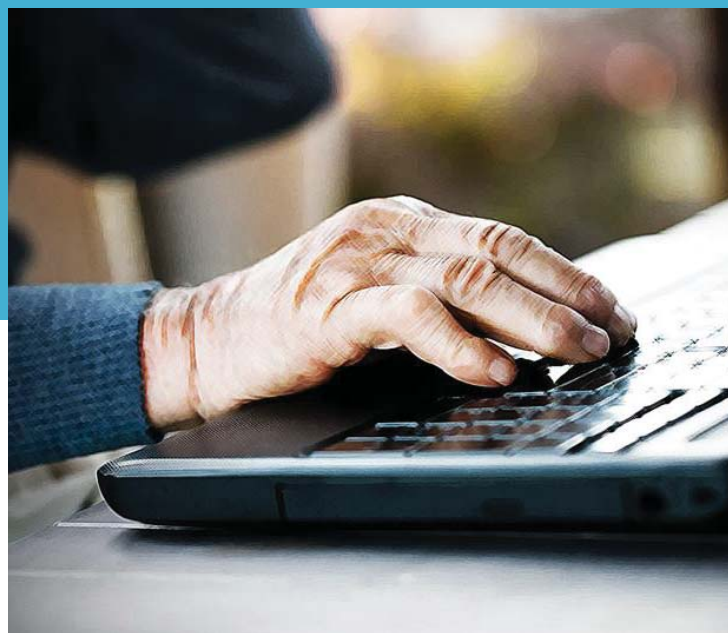
Storia, lingue, cucina.  
Ripartono i corsi all'Upter

## Nuove tecnologie 'Nonni 2.0' Pionieri dell'informatica

**G**li anni passano, la tecnologia avanza. E chi resta indietro rischia di essere tagliato fuori dal mondo. Ecco perché si fa sempre più largo l'esercito dei 'nonni 2.0', anziani che, spinti dai figli e dai nipotini, tentano l'approccio con pc, tablet e smartphone, cercando di superare quell'antica diffidenza che da sempre caratterizza le 'vecchie' generazioni alle prese con le novità. Ed ecco che sono sempre di più i corsi e le iniziative che nascono con lo scopo di aiutare i nonni pionieri dell'informatica, come è accaduto con 'Nonni digitali. La tecnologia non impossibile', andato in scena a settembre alla Fiera Millennaria di Mantova, organizzato dalla Cncd Coldiretti insieme all'Anp Cia e alla Ggai Confagricoltura, per una platea di 200 over 60, perlopiù coltivatori diretti e imprenditori agricoli.

A spiegarci il perché di questo appuntamento è stato Pietro Finotti, responsabile dell'Area comunicazione della Coldiretti: «Parlando con i nostri associati di una certa età abbiamo capito che c'era l'esigenza di capire come funziona il nuovo mondo delle tecnologie. 'La tecnologia non impossibile' è il nome che abbiamo dato al convegno, proprio perché bisogna solo superare quella cultura e quel freno che gli anziani e gli imprenditori agricoli over 60 hanno perché legati alle tradizioni». Uno degli obiettivi del convegno, ha detto Finotti, «è stato quello di promuovere i corsi di alfabetizzazione informatica che vengono organizzati dai Comuni e dai centri di formazione e di cui c'è sempre maggiore domanda».

Il convegno si è aperto con l'analisi dell'impatto delle nuove tecnologie sulla società e su come abbiano modificato il modo di fare impre-

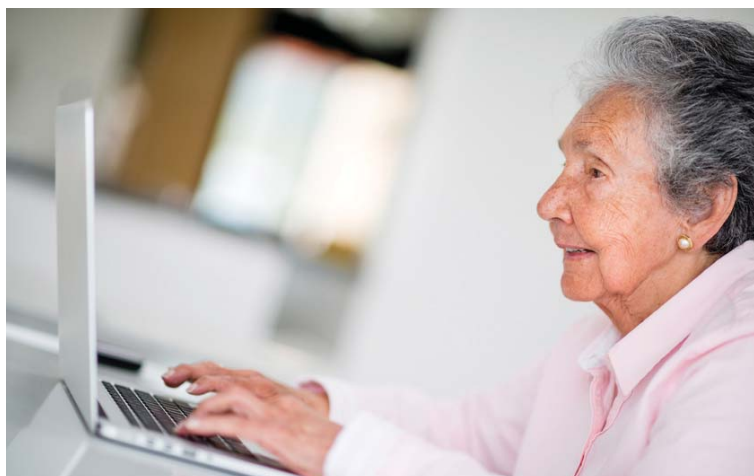


sa anche nel settore dell'agricoltura, con i pc a gestire nuovi metodi di comunicazione e gestione anche dell'allevamento zootecnico. «Analisi e aggiornamenti necessari- ha proseguito Finotti- visto che da due anni tutte le aziende agricole devono avere la pec, la posta elettronica certificata, per comunicare con il Governo e con le istituzioni, e perciò anche gli over 65 si sono dovuti adeguare all'e-commerce e a imparare a usare internet per le fatture, l'amministrazione e la compatibilità».

Non solo impresa però, perché durante 'Nonni digitali' sono state spiegate anche le applicazioni più importanti della tecnologia, ovvero quelle quotidiane: vedere online la propria posizione sanitaria, consultare tutte le agevolazioni cui si ha diritto, visionare il cud personalmente da casa, anche fare l'abbonamento del bus, farsi consegnare la spesa a domicilio, velocizzare i pagamenti delle utenze, prenotare le vacanze. A fine convegno, poi, una simpatica iniziativa: gli organizzatori hanno estratto a sorte uno tra i partecipanti a cui è stato assegnato gratuitamente un tablet. Con l'impegno della signora Berta, vincitrice della 'riffa', a presentarsi l'anno prossimo al convegno e dimostrare di aver superato freni e ritrosie, per fare da esempio a tutti coloro che, per curiosità o necessità, vogliono diventare 'nonni 2.0'.

# Case di riposo e Facebook: quando i nonni diventano 'social'

## Condividere foto e messaggi per stare al passo con i nipoti



**N**onni su facebook per essere al passo con i tempi... e con i nipoti. Nella casa di soggiorno Prealpina e G.A. Binotto di Cavaso del Tomba, in provincia di Treviso, ha compiuto il primo anno di vita il progetto che porta i social network nelle case di riposo. Gli stessi nonni si presentano così: «Ricamo, carte, cucina, disegni... Ne facciamo di tutti i colori, ma volevamo andare oltre». Ed eccoli quindi sul web per condividere i loro interessi e le attività di ogni giorno, diventando «anche noi un po' social».

Nato nel settembre 2013, 'Nonni 2.0' si è posto due obiettivi ambiziosi. Prima di tutto aprire il mondo delle nuove tecnologie agli ospiti della Casa grazie a facebook, spiegando a cosa può servire questo strumento, diffusissimo tra i giovani, e quali sono le opportunità di relazione. Sulla pagina comune ([www.facebook.com/prealpinasrl](http://www.facebook.com/prealpinasrl)) si possono registrare attività, eventi, immagini dalle giornate trascorse insieme. Allo stesso tempo, sotto la guida di educatori e assistenti, dare la possibilità di avviare una propria pagina privata per comunicare in modo nuovo e immediato con familiari e amici, soprattutto

quelli che vivono lontano e all'estero, e non limitarsi alle tradizionali telefonate o lettere.

Certo, all'inizio le difficoltà non sono state poche. «Gli ospiti hanno fatto un po' fatica, considerando che l'età media è tra gli 80 e gli 85 anni» racconta Paola, assistente sociale della struttura. Con loro siamo partiti non da zero ma da ancora sotto. Non è stato facile far vedere come funziona facebook ma la maggior parte di loro si è mostrata fin da subito interessata, soprattutto quando abbiamo spiegato che avrebbero potuto scambiare fotografie e messaggi con i familiari e i nipoti in particolare. Così, piano piano, una volta a settimana ci si ritrova tutti in sala a vedere foto e condividere piccoli pensieri: per alcuni anziani è diventato un momento fisso per sentire vicino i nipoti». Ma anche per far vedere quelle che sono le attività della casa, come i vari corsi di ricamo o di pittura. Ovviamente l'obiettivo della struttura non è trasmettere complicati dati tecnici per diventare 'padroni' di facebook, ma solo dare uno strumento in più per trascorrere le giornate e aumentare gli spazi di relazione per chi magari non riceve visite tutti i giorni. Con un 'aggiornamento' della pagina praticamente quotidiano.

Negli ultimi mesi, poi, si è aggiunta l'attivazione di un vero corso web, 'Insieme a scuola di internet', indirizzato agli over 55 e aperto non solo agli ospiti ma anche alla cittadinanza: grazie al patrocinio di Fondazione Vodafone Italia e ai trainer formati da Digital Accademia, è stato organizzato un ciclo di quattro lezioni, con un insegnante e 15 'studenti', sui fondamenti del web e l'utilizzo del tablet (in particolare con applicazioni curiose come giochi, esercizi di memoria e test). «L'iniziativa ha riscosso molto successo» spiega Paola - al punto che ci hanno chiesto di continuare con le lezioni e dovremmo ripartire a breve».

# Famiglie 'over60' escluse dal possesso di beni tecnologici: solo 5% è connesso

**T**ra le famiglie si osserva un forte divario tecnologico da ricondurre a fattori di tipo generazionale, culturale ed economico. Le famiglie costituite da sole persone di 65 anni e più continuano ad essere escluse dal possesso di beni tecnologici: appena il 7,1% di esse possiede il personal computer, soltanto il 5,5% ha l'accesso ad internet ed è poco diffusa la connessione a banda larga (3,5%). Inoltre, in queste famiglie è più limitato il possesso delle nuove tecnologie collegate

alla tv antenna parabolica (13,8%) e il decoder digitale terrestre (9%). L'unico bene diffuso (a parte il tv color) è il cellulare (58,1%) il cui possesso è comunque di molto inferiore alla media nazionale (88,5%).

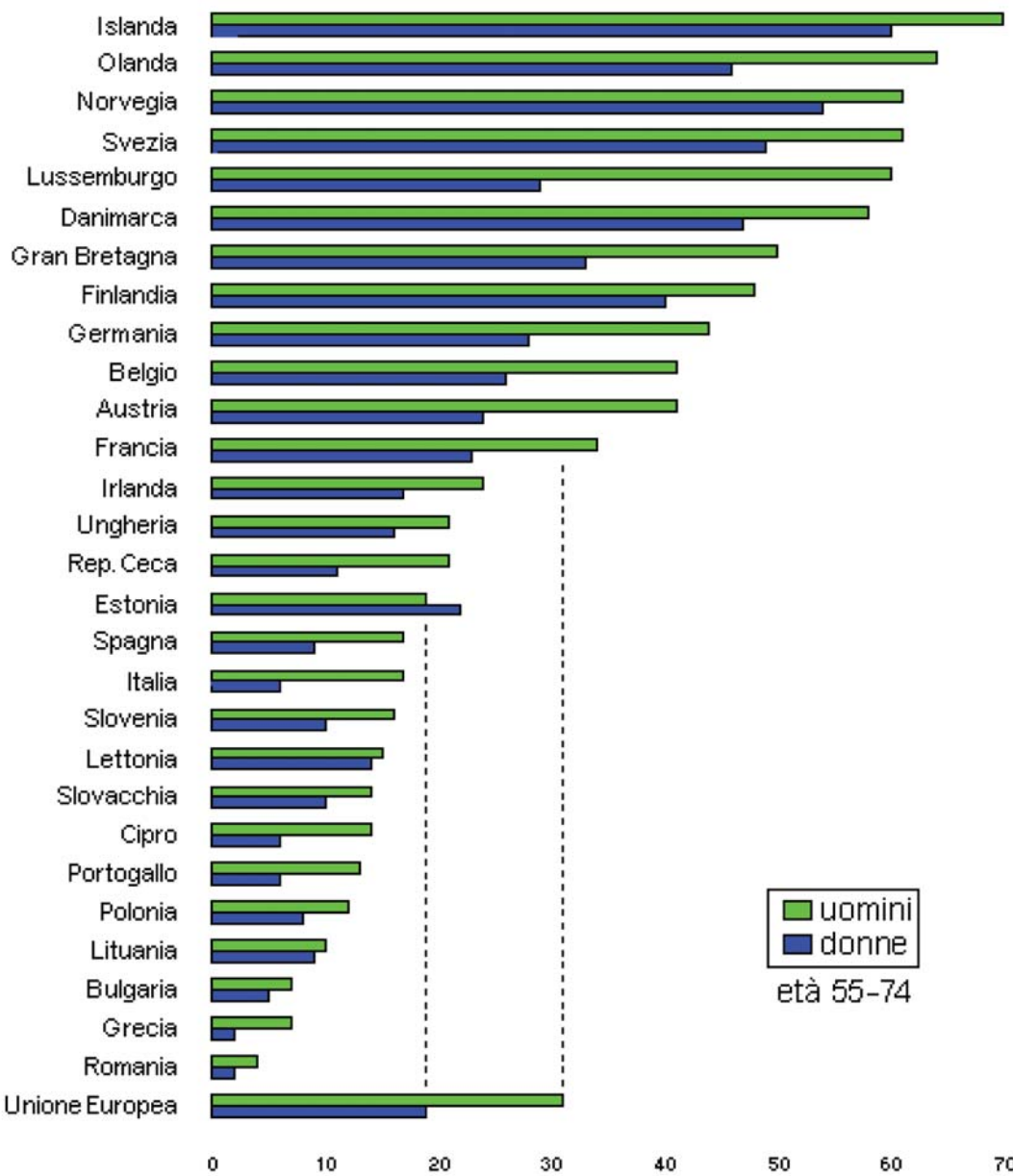
Non solo più favole e ricordi. I 'nuovi' nonni sanno essere anche 2.0, ovvero tecnologici. Un fenomeno in crescita, magari lenta ma costante. A volte anche grazie ai nipoti, i più anziani stanno facendo conoscenza con internet: una indagine ha appurato che manda-

no e ricevono mail, cercano informazioni su merci, servizi e possibili viaggi, ma lo usano anche per leggere giornali e notizie e qualcuno perfino per fare operazioni bancarie.

Lo usano più gli uomini che le donne. E tra 28 Paesi europei l'Italia è al 18esimo posto per l'uso di internet da parte della popolazione tra i 55 e i 74 anni. In testa a questa speciale classifica c'è l'Islanda, davanti a Olanda e Norvegia. Tra quelli che vengono prima del nostro Paese ci sono anche

Tipo di attività svolta	60-64	65-74	75 e più	Totale
Mandare o ricevere e-mail	76	72,5	74,3	76,1
Cercare informazioni su merci e servizi	66,7	56,2	59,1	66,3
Consultare Internet per apprendere	47,5	49,9	48,6	58,3
Usare servizi relativi a viaggi e soggiorni	41,5	42,3	34,9	43,2
Leggere o scaricare giornali, news, riviste	40,1	41,1	45,9	38,4
Cercare informazioni sanitarie	40	36,4	42,8	35,7
Cercare informazioni su attività di istruzione o corsi di qualunque tipo	21,2	22,6	9,2	36,3
Fare un corso on-line di qualunque tipo	2,4	1,8	1,9	5
Scaricare software	19,7	19,2	12,1	28,1
Usare servizi bancari via Internet	34,1	32,9	30,8	28,3
Ascoltare la radio, guardare programmi televisivi sul web	11,6	7,7	5,9	21,4
Cercare lavoro o mandare un'istanza di lavoro	3,2	1,4	0	14,9
Vendere merci o servizi	2,8	3,2	2,5	7,8
Giocare on-line con altri giocatori	5,1	6,5	4,8	8,5

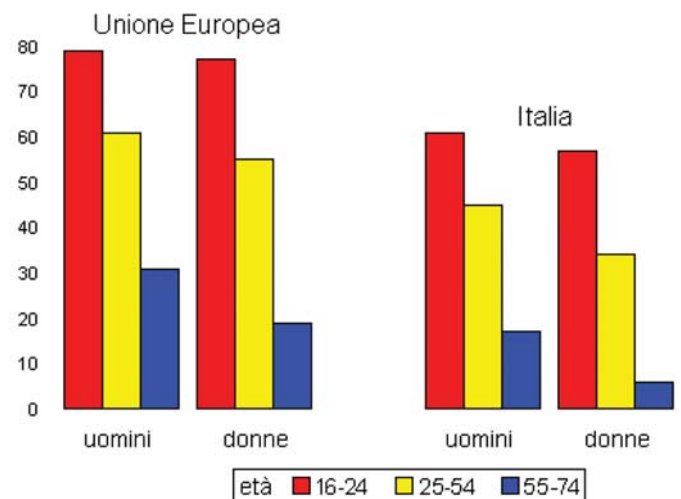
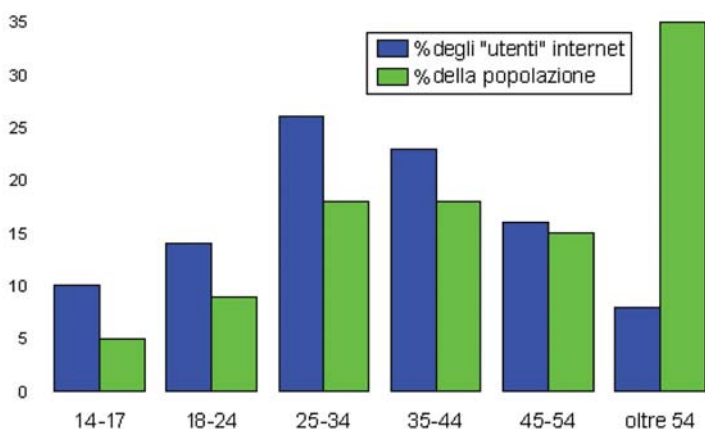
*\*per 100 persone della stessa classe di età che hanno usato Internet negli ultimi 3 mesi*



Gran Bretagna, Germania e Francia. Dietro l'Italia, che è comunque ancora decisamente sotto la media europea, ci sono Paesi come Slovenia, Cipro e Bulgaria, ma anche Portogallo e Grecia.

Secondo l'Istat nel 2013 solo il 3,5% degli over 75 navigava, ma adesso per aiutarli a scoprire internet e le sue possibilità è arrivata anche una web serie, 'Ti connetto i nonni'. L'ha realizzata Marco Diotallevi, 33 anni, un nipote che non si è limitato a raccontare alla nonna Lilla, 90 anni, come parlare e vedersi, più spesso e a costi ridotti, con il figlio che vive in Canada, ma ha voluto realizzare qualcosa che aiutasse tutti quelli in situazioni simili. E le storie più belle di questi parenti o amici lontani diventeranno le puntate della serie.

(Fonte: ISTAT - Fondazione Mondo Digitale)



## Dalla Storia alle lingue straniere, all'Upter riprendono i corsi invernali del 27esimo anno accademico

### Cerimonia inaugurale all'Auditorium Conciliazione a San Pietro

**D**a Storia dell'arte e Archeologia a Scienze umanistiche e Sociologia, dalle lingue straniere alla cucina. Non è mai troppo tardi per imparare, ed ecco che, con l'autunno, riprendono i corsi invernali dell'Upter, l'Università popolare di Roma. A inaugurare il nuovo anno accademico, il 27esimo, sono stati, in una cerimonia andata in scena all'Auditorium Conciliazione, a San Pietro, aperta dal concerto della banda musicale della Guardia di finanza, il conduttore televisivo Giovanni Anversa e l'ospite d'onore Piero Angela, che hanno presentato i corsi e i docenti per l'anno 2014/2015.

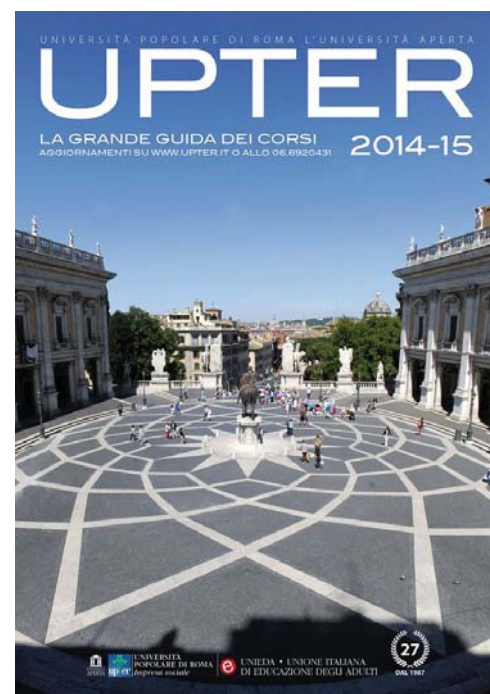
I corsi che è possibile seguire all'Upter sono veramente tantissimi, e sono divisi in un gran numero di macro aree: Archeologia, Storia dell'arte, Scienze umanistiche, Psicologia, Antropologia culturale, Criminologia clinica, Grafologia, Veterinaria, Esoterismo e alchimia, Astrologia, Disegno e pittura, Laboratori creativi di decorazione, Architettura di interni e arredamento, Moda e costume, Antiquariato e restauro, Ceramica e scultura, Lavoro e professioni (dal wedding planning al giardinaggio fino al giornalismo), Lingue straniere (inglese, tedesco, francese, spagnolo e molte al-

tre), Cinema, radio, regia e sceneggiatura, Musica e canto, Strumenti musicali, Teatro e spettacolo, Scienza e tecnica (dall'economia all'alimentazione, dalla fisica all'erboristeria), Fotografia, Informatica, Sport e movimento (dal tennis allo yoga), Ballo e danza, Salute e benessere, Tempo libero (bridge, burraco, galateo, scacchi), Scuola di cucina. La lista completa è consultabile sul sito [www.upter.it](http://www.upter.it).

Per partecipare ai corsi bisogna diventare soci Upter. Basta iscriversi all'Università, e si può fare in sede, presso la segreteria generale nella sede centrale di Palazzo Englefield, tramite bonifico bancario e infine online. Sul sito web dell'Upter è possibile scaricare la guida completa e consultare l'ubicazione delle sedi, ben 38 presenti in tutti i 15 municipi di Roma e anche fuori dal territorio comunale, a Cerveteri, Ladispoli, Morlupo, Fiano Romano, Nettuno e pure in Toscana, a Chiusi e a Sorano. I soci Upter potranno usufruire di una serie di sconti, dai musei ai concerti fino agli spettacoli teatrali, passando per negozi di abbigliamento, centri benessere, ottici, dentisti, farmacie, librerie e ristoranti, sia a Roma che in tutto il Lazio.

Per informazioni o iscrizioni è a disposizione la segreteria

della sede centrale dell'Upter a Palazzo Englefield, in via Quattro Novembre 157, a Roma, aperta dal lunedì al venerdì dalle 9 alle 19 e il sabato dalle 9 alle 13, e raggiungibile telefonicamente al numero 06/6920431. La quota associativa annuale, valida dal primo luglio 2014 al 30 giugno 2015, è di 30 euro, consente la partecipazione a tutte le attività dell'Università popolare e comprende, oltre a servizi e vantaggi, anche una polizza infortuni (la quota socio familiare senza frequenza corsi è pari a 15 euro, mentre la Upterkid's, fino a 12 anni, a 5 euro), ed è valida anche per l'iscrizione ai corsi estivi 2015.



# Ravera: «Invecchiare bene è un lavoro»

## Abbiamo parlato con l'assessore alla Cultura della Regione



**I**l suo ultimo libro, 'Piangi pure', racconta la storia di una donna di 79 anni. Iris è spinta verso la vita da sentimenti 'inaspettati' per la sua età, come l'amore. Quanto pesano i pregiudizi sulla vita di una persona che siamo abituati a definire 'anziana'?

Il romanzo tuttora sta vendendo decine di migliaia di copie, a dimostrazione che il tema è di grande interesse, perché adesso oltre i 60 anni l'aspettativa di vita arriva anche a 30-35 anni. Quello che cerco di fare è arredare questo spazio vuoto che nessuno vuole attraversare, perché troppo spesso è considerato l'anticamera della fine. E invece può essere affrontato come una parte della vita uguale alle altre. E allora dove sta lo stereotipo che soprattutto le donne pagano di più? È che alla vecchiaia debba corrispondere una stagione priva di desideri, capacità se-

ductive e ambizioni. Non è così. Ciascuno invecchia a modo suo. Invecchiare bene è un lavoro. Può diventare anche una forma d'arte. Si può fare. Non devi vergognarti invecchiare. Iris, la protagonista del libro, è una donna che non si nega alla vita e vive la sua storia d'amore nelle pieghe del tempo. Forse questa è la chiave del successo del libro che è diventato una commedia teatrale e diventerà presto anche un film. Questo mi conferma la centralità del tema.

**Da assessore, può spiegarci qual è il modo per coinvolgere in queste novità anche il pubblico degli 'anta' che spesso si sente non adatto alle nuove forme di rappresentazione artistica?**

Innanzitutto, portare il teatro in periferia, nei quartieri e in tutta la regione. Abbiamo rifinanziato i lavori di restauro dei teatri e dei policentri. E poi bisogna avvicinare e informare, oltre a fare una politica di rischio: proviamo a portare le cose belle vicino alle persone e magari abbiamo dei risultati imprevedibili. Non c'è mai stata una politica culturale che volesse dare a tutti la possibilità di usufruire dell'arte, della bellezza e della cultura. Io voglio fare questo.

**Tra le cose da «portare vicino» alle persone della terza età c'è anche la tecnologia.**

**Sembra però che il divario tra i più giovani e gli anziani da questo punto di vista sia incolmabile.**

Ci sono molti giovani disoccupati che potrebbero essere pagati per andare a insegnare agli anziani le nuove tecnologie. Perché se non hai un rapporto diretto con le generazioni successive, rischi di perdere i contatti. E allora questo potrebbe essere un modo giusto. Creare dei Maestri di innovazione tecnologica che siano pagati per mettere a disposizione il loro tempo.

**Tra le iniziative culturali messe in campo dalla Regione Lazio, quali sono quelle a cui tiene di più e che consiglierebbe ai lettori di In Forma?**

Consiglierei di girare per musei, di andare a vedere le bellezze del Lazio che nessuno conosce. Come Vulci, che è una bellissima passeggiata, o la via Francigena, che stiamo mettendo in sicurezza. Avere il tempo libero e poterlo usare per muoversi adagio dentro un territorio da scoprire è un enorme privilegio. Questo può dare grande gioia, anche quella della scoperta. A Ninfa, vicino Roma, c'è il giardino più bello che ho visto in tutta la mia vita. Ecco, bisogna usare il tempo per continuare a scoprire, senza mandare in pensione la curiosità.

# RICORDATI DI TE.

Spesa : carote  
pollo  
sapone

Teatro (giovedì)

**MAMMOGRAFIA**

Richiamare Sara



**PER UNA CORRETTA PREVENZIONE  
DEL TUMORE AL SENO,  
PRENOTA UNA MAMMOGRAFIA.**

## **OTTOBRE, MESE DELLA PREVENZIONE DEL TUMORE AL SENO.**

Nella lotta contro i tumori la prevenzione è fondamentale; se hai tra i 50 e i 69 anni la Regione Lazio ti offre tutto l'anno percorsi di screening gratuiti.

Tra i 45 e i 49 e tra i 70 e i 74 prenota comunque una mammografia presso le Aziende Ospedaliere o nella tua ASL di riferimento.

Chiedi informazioni alla tua ASL, al tuo medico o visita il sito [www.regione.lazio.it](http://www.regione.lazio.it)

*In collaborazione con*



**REGIONE  
LAZIO**

[www.regione.lazio.it](http://www.regione.lazio.it)



# MBIA

**ZERO**  
LATTIE CRONICHE  
CKET SANITARIO



Lait<sup>spa</sup>

niche non dovranno più rinnovare ogni anno  
i più chiedi informazioni alla tua ASL o vai sul  
niche



REGIONE  
LAZIO

[www.regione.lazio.it](http://www.regione.lazio.it)

## A Castiglione in Teverina la «febbre del sabato sera» è ormai tradizione



**A** Castiglione in Teverina in provincia di Viterbo c'è una tradizione che dura nel tempo e a cui nessuno intende rinunciare: il ballo. Ed è per questo che il suo centro anziani, l'associazione di promozione sociale Vincenzo de Nicola, il sabato sera si popola come pochi altri. Forse le sue attività non sono come quelle di un tempo - come ammette il suo presidente, Maria Luisa Todini - l'età media negli ultimi anni si è abbassata e rispetto al passato a causa delle ristrettezze economiche, sono venuti meno anche alcuni finanziamenti da parte del Comune e della Provincia per le varie attività didattiche. Ma al 'liscio' nessuno vuole rinunciare. Non ci rinunciano i castiglionesi e non ci rinunciano nemmeno i nonni e le nonne dei

comuni confinanti che ogni sabato sera, Da Bomarzo, Montefiascone, Bagnoregio, ma anche da Spoleto, organizzano spedizioni collettive, con pullman e auto, per ritrovarsi al centro Vincenzo De Nicola. Ad accoglierli, ogni sabato un musicista di fisarmonica diverso. È da anni infatti che fisarmonicisti provenienti da tutto il centro Italia, si alternano di settimana in settimana in questo luogo di musica e festa. Quasi come a voler mettere un suggello a una carriera che senza una visita al centro, non avrebbe lo stesso prestigio. I musicisti, verso mezzanotte, al termine dell'esibizione, si uniscono quindi ai 'ballerini' nel rinfresco che si protrae fino a dopo l'una di notte, «ora in cui finalmente, e a fatica - ha spiegato la presidente Todini - riusciamo a mandare tutti a casa». Ed è soprattutto grazie a questo appuntamento che il centro anziani annovera ancora ogni anno circa 120 tesserati, nonostante il Comune conti non più di 2mila anime e la presenza degli anziani è sempre più esigua. Ma non è solo il ballo a scandire le attività e le giornate di questa comunità: con meno frequenza rispetto agli anni scorsi - ma pur sempre con una certa regolarità - vengono organizzate gite anche al di fuori del Lazio: «Abbiamo fatto tappa a Urbino, Spoleto, nelle Marche al Conero e quest'anno vorremmo andare a San Benedetto del Tronto - ha aggiunto la presidente - tutte gite di un giorno perché si tratta pure sempre di uomini e donne di una certa età che mal si conciliano con stress e stanchezza, tuttavia l'entusiasmo non è mai mancato e le richieste sono sempre molte». E molte - fondi permettendo - sono anche quelle per i corsi di informatica e di inglese che al momento sono in stand-by «ma ci stiamo attrezzando per farli ripartire». Attività a parte, il centro è comunque un punto di ritrovo per gli anziani del paese, che ogni pomeriggio vi si radunano per guardare la tv, per una chiacchierata o per una giocata a carte in compagnia. In particolare la domenica, dopo una notte di baldoria, ci si rilassa meritatamente tutti insieme con il campionato di calcio e le trasmissioni televisive.

## D'Amato: «Cure e assistenza agli anziani, la Regione Lazio è all'avanguardia»

Parla il responsabile della Cabina di regia della Sanità



**L'**Italia è il Paese in Europa con più over 65, il secondo nel mondo subito dopo il Giappone. Il ritmo di invecchiamento continuerà a essere sostenuto nei prossimi anni, tanto che si passerà dal 21,7% della popolazione con più di 65 anni nel 2015 al 22,8% nel 2020. Dati che rendono fondamentale una programmazione sotto tanti aspetti, sia economici che nel campo dell'assistenza sanitaria. Ne abbiamo parlato con il responsabile della Cabina di regia della sanità, Alessio D'Amato.

**La società invecchia e aumenta la longevità. Su quali politiche bisogna investire?**

«Sulla creazione di una rete di servizi di prossimità e su una politica della presa in carico dei pazienti cronici, capace di dare risposte senza ricorrere al ricovero ospedaliero se non quando c'è un effettivo bisogno. Dunque una rete territoriale forte e una cultura dell'appropriatezza sempre più diffusa e che deve permeare ogni livello di cura. È questa la condizione essenziale per ridurre gli sprechi, diversamente il sistema rischia di implodere per mancanza di risorse».

**Cosa sta facendo la Regione nel campo dell'assistenza domiciliare?**

«Il sistema nel Lazio oggi garantisce assistenza al 4% della popolazione oltre i 65 anni. In termini assoluti significa che usufruiscono oggi di questa particolare tipo di copertura dai 35 ai 40mila cittadini. I pilastri del sistema sono tre: l'assistenza domiciliare garantita dalle Asl alle persone non autosufficienti, il circuito per le

persone con disabilità costituito da comunità, cooperative associazioni, e, infine, quello costituito dagli hospice e destinato al sostegno dei malati terminali. È un settore fondamentale e verso il quale quest'anno, nel definire i budget 2014, abbiamo aumentato considerevolmente destinandogli 24 milioni di euro in più rispetto al 2013».

**Qual è il ruolo delle Case della Salute e dei medici di famiglia?**

«La rete già conta tre strutture operative a Sezze, Pontecorvo e Rocca Priora. Sono in provincia e sono realizzate in ospedali chiusi in base al piano di rientro. Così diamo alle strutture una nuova missione. Alla fine di quest'anno ne saranno aperte altre a Roma e nelle province. L'obiettivo è quello di arrivare a costruire una rete formata da 48 case famiglia una per ogni distretto. In queste strutture sono realizzati anche i reparti a conduzione infermieristica per trattare i pazienti che hanno bisogno di una assistenza post operatoria particolare. Così si liberano posti letto per acuti garantendo una assistenza anche di maggiore qualità ad un costo drasticamente ridotto: un giorno di ricovero in ospedale costa oltre 1.000 euro, nelle Case della salute 200 al massimo. Saranno gestite in collaborazione con i medici di famiglia che tra le altre cose procederanno alla presa in carica dei pazienti affetti da patologie che così avranno un accesso più facile e programmato alle loro esigenze di salute.»

## Csa «Corso Lazio», 140 iscritti e tante attività: aperto 6 giorni su 7, a breve sede più grande



«**P**arlare di centro anziani secondo me è addirittura riduttivo: le persone che frequentano questo posto hanno una vitalità straordinaria».

Valdimiro Fagiolo è il presidente del Csa 'Corso Lazio' di Frosinone, uno dei 6 del capoluogo ciociaro. Il centro, inaugurato il 20 giugno del 2008, si distingue dagli altri per un colore che lo caratterizza: per 'Corso Lazio' si è scelto il fucsia. Il centro è gestito da un comitato di gestione formato, oltre che dal presidente Fagiolo, dalla vice Maria Rotondi e dalla consigliera Gabriella Marzorati. In più c'è l'operatrice Gianna Minotti «che ci aiuta in tutte le attività e che fa parte del Comitato».

Una struttura grande, 'Corso Lazio', come testimoniato dagli iscritti, 140, ma che presto cambierà sede («il prossimo anno ci sposteremo in uno ancora più grande»). Aperto 6 giorni su 7, 'Corso Lazio' offre «tante attività ai nostri anziani- racconta Fagiolo con grande entusiasmo- Questo è un mondo da scoprire, c'è una vitalità, una voglia di fare e organizzare che non finisce mai. È uno spaccato di vita sociale bello da imitare per tutta la società, c'è esperienza, buon senso, tolleranza, aiutarsi gli uni con gli altri».

Il centro è aperto 6 giorni su 7, mattina e pomeriggio. La settimana si apre il lunedì mattina con la ginnastica dolce, per le donne,

mentre al pomeriggio, dalle 16 in poi, il gioco delle carte e alle 18.30 è in programma la scuola di ballo di coppia. Il martedì mattina non ci sono attività in particolare previste, mentre nel pomeriggio tutti a fare pittura e decorazione. Il giorno dopo, nel pomeriggio (anche il mercoledì mattina non sono previste attività) tempo dedicato al gioco delle carte e della dama. Idem giovedì: dalle 16 alle 18 ancora scuola di ballo di gruppo. Il venerdì, invece, è così suddiviso: la mattina gioco delle carte, nel pomeriggio karaoke dalle 16.30, mentre dopo le 17.30 incontro conviviale con cena per i presenti, «un modo per approfondire conoscenze», spiega Fagiolo. Il sabato, poi, ancora gioco delle carte al mattino e ancora attività e incontri per «parlare e stare insieme» fino alla chiusura. «Ovviamente le attività preferite dalle donne sono il ballo e il karaoke- spiega Fagiolo- mentre gli uomini scelgono soprattutto il gioco delle carte e la dama. La pittura, la decorazione e l'intarsio hanno invece la preferenza di entrambe».

Non mancano gli 'extra', che coinvolgono anche gli altri sei Centri, tra Frosinone e provincia. Due o tre volte l'anno, in occasione della Pasqua, della fine e dell'inizio dell'estate, vengono organizzate feste che a rotazione vengono ospitate in ognuno dei sei centri: si balla e si canta, anche grazie al laboratorio musicale all'interno di ognuno. «Ma c'è anche il cenone di fine anno», sottolinea Fagioli, «che ognuno organizza per i propri iscritti».

Il presidente di 'Corso Lazio' ci tiene a fare dei ringraziamenti «al Comune di Frosinone che già da un paio di anni ci offre gite culturali, spese, di due o tre giorni. E questo grazie al taglio del 50% delle indennità di sindaco, assessore, presidente del Consiglio comunale e consiglieri comunali», fondi che permettono anche di consegnare borse di studio a studenti di medie inferiori, superiori e universitari.

# Mascherati su un carro per le vie del paese Ecco i 'nonni' di Belmonte in Sabina

Una Rio in miniatura caratterizzata non solo da anziani

**A**nche con una buona dose di impegno risulta difficile immaginarsi un gruppo di 'nonnetti', mascherati, che sfilano su uno o più carri per le vie di Belmonte in Sabina in provincia di Rieti. Eppure è proprio quello che succede ogni anno a carnevale, in questo paese di appena 650 abitanti di cui quasi un quarto tesserato con il centro sociale per la terza età che porta il nome del comune che lo ospita.



Ogni anno infatti, questo piccolo Comune si trasforma in una Rio in miniatura grazie ai tre o quattro carri popolati da vecchietti mascherati che con trombette divertono i presenti in quella che è diventata ormai una simpatica tradizione. Carnevale a parte, dato l'elevato numero di iscritti rapportato al numero di abitanti, si potrebbe pensare a un territorio caratterizzato da una forte presenza di anziani. Questo se da una parte è vero, dall'altra, proprio su questo aspetto, si nasconde la particolarità del centro: il 30% dei tesserati - almeno nelle annate fortunate - sono ragazzi e ragazze che non superano i 30 anni. «Coinvolgere i giovani - ha spiegato il presidente, Alvaro Antonacci - è un obiettivo che abbiamo da sempre. A volte è più facile coinvolgerli, altre meno». Molti progetti sono legati alle attività degli anziani stessi, altri invece riguardano direttamente la vita - e l'identità - delle nuove generazioni: «Quest'anno ho incaricato i ragazzi di fare una ricerca sul proprio cognome e il proprio albero genealogico - ha continuato il si-

gnor Antonacci - è stato interessante vederne le reazioni». Ma il compito principale dei giovani è comunque quello di mettersi a disposizione degli anziani. Capita così che si organizzino gite collettive sia nel Lazio che in altre regioni del centro nord Italia: «Quest'anno ha spiegato ancora il presidente - siamo andati a Norcia e ad Assisi. La prossima meta sarà invece Ascoli Piceno, per la quale stiamo raccogliendo le adesioni in questi

giorni». Non solo gite culturali, però: «Ai nostri iscritti piacciono molto i pranzi di pesce al mare - sorride - Ci trattiamo bene». Non mancano anche vari corsi per la cura del corpo e della mente. Molto seguiti sono infatti i corsi di inglese, di informatica e la ginnastica posturale e classica. Quest'ultima in particolare deve aver dato i suoi frutti, dal momento che la truppa di ultra 70/80enni non si fa intimorire nemmeno da percorsi a piedi e trekking nei boschi. «I più 'temerari' - ha ricordato il presidente - circa tre anni fa, hanno addirittura percorso un breve tratto della via Francigena». Infine, i programmi futuri: «Ci stiamo preparando per la Festa della terza età che si terrà prossimamente e che spero che vedrà la cooperazione di tutti. Purtroppo siamo in un periodo di crisi in cui i fondi scarseggiano e dobbiamo tutti rinunciare a qualcosa. Quello che però non manca mai è l'entusiasmo e la voglia di prendersi in giro». La stessa che ogni anno spinge questi 'arzilla signori' a salire sopra un carro e strappare un sorriso a chi li guarda.

## Non solo balli e carte, ecco il centro anziani 'Vittorio Veneto'

A Latina il più grande del Lazio meridionale, c'è anche Università terza età



**È** il più grande del sud del Lazio, con 1.400 iscritti e una media giornaliera di presenze che oscilla tra le 350 e le 400 unità. Il centro sociale «Vittorio Veneto» è ormai un punto fermo di Latina, con i suoi 37 anni di attività, anche se non tutti vissuti allo stesso modo. «Dal 1977 al 1994- racconta Aldo pastore, il presidente del Comitato di gestione- qui ci si limitava a ballare e a giocare a carte. Poi con l'ingresso di dirigenti o di professori in pensione è stato alzato il livello delle attività». La più importante il centro se l'è regalata per i suoi 20 anni: «Dal 1997 è stata costituita l'Università della terza età che la Regione ha inserito nel suo albo e che vede attualmente 250 iscritti. I corsi sono gratuiti, effettuati da professori in pensione, l'unico costo sostenuto è quello dei 15 euro di iscrizione al centro». Venti le materie previste, una particolarmente significativa: «C'è un corso di grafologia, il cui scopo è insegnare ai nonni ad interpretare la calligrafia dei nipoti per capirne lo stato d'animo». Accademia ma non solo: «Abbiamo un coro, una filodrammatica, un gazebo

di 140 metri quadrati per convegni e balli, organizziamo gite, pensiamo ad attività che facciano interagire il centro col resto della società. Ad esempio insegniamo ai disabili a giocare a bocce, oppure in occasione della 'festa dei Nonni' abbiamo invitato 90 bambini delle scuole materne per mostrargli a cosa giocavano i loro nonni». Magari proprio in quello stesso stabile, che nel 1940 era nato per scopi totalmente diversi: «C'era l'Opera nazionale maternità e infanzia, praticamente l'asilo e il nido e tanti degli anziani che frequentano il centro, oltre 70 anni fa hanno fatto l'asilo qui». La molteplicità delle 'offerte' a disposizione degli utenti è il segreto del 'Vittorio Veneto': «È un po' come il villaggio Valtur, chi viene qua trova l'attività che più gli è congeniale. Molti hanno coltivato la passione per la poesia, c'è un laboratorio apposito, sono stati anche stampati dei libri. Molti anziani si trovano improvvisamente soli, entrano in depressione, poi arrivano qui, magari trovano anche la compagna o il compagno e risorgono». L'assistenza, in alcuni casi, diventa anche supporto economico: «Aiutiamo i nostri iscritti ad assistere agli spettacoli teatrali o visitare mostre, magari pagando il biglietto del pullman per andare a Roma». Tante scelte, altrettanti soldi che sono necessari: «Dal Comune di Latina quest'anno abbiamo avuto 2.500 euro e usufruiamo anche di 12.000 euro di fondi stanziati due anni fa dalla Regione. Tutto questo però è il 30% del fabbisogno del centro, l'altro 70 arriva dalle iscrizioni». Per questo «chiediamo alla Regione- ha concluso Aldo Pastore- una maggiore attenzione sui contributi, un'analisi più scrupolosa su come vengono ripartiti, e di rivedere il regolamento sui centri anziani, fatto con i sindacati e senza ascoltare il punto di vista di chi vive la quotidianità dei centri né le associazioni, con il risultato che le attività sono bloccate».

## LA POESIA

## Tiramisù

**S**i fa l'aroma  
del sacro caffè,  
un po' di zucchero  
per addolcire quel manto nero.  
Più nero della notte.  
E quei biscotti dolci,  
si bagnano scivolando, si posano  
come petali di rosa.  
Mentre hai unito due amanti,  
l'uovo e il mascarpone,  
deponi tutto su quel fiore,  
fai uno strato ricamando  
come ricama la nonna.  
Così finisci il tutto,  
con il sorriso del ricordo amaro,  
spolverando di cacao  
come neve nera.

*Maria Tambara*

## SCRIVETE A IN-FORMA

Osservazioni, idee, consigli:  
scrivete a In-Forma, inviando le  
vostre lettere in redazione  
ai seguenti indirizzi:  
via G. Marchi, 4 - 00161 Roma  
mail: [informa@comesrl.eu](mailto:informa@comesrl.eu)  
fax 06/45499609

E se le vostre domande richiede-  
ranno la risposta di un esperto, sa-  
rà nostra cura contattarlo per voi e  
pubblicare sul nostro giornale il  
vostro quesito e l'intervento dello  
specialista

## BACHECA

## Lettere dai centri anziani...

**P**rego di voler pubblicare questa mia lettera per evidenzia-  
re la eclatante vergogna che persiste presso il centro  
anziani da me frequentato affinché scuota chi ne è re-  
sponsabile, interessando chi di dovere. Chi chiede ospitalità al-  
la rivista In-Forma è un anziano di 86 anni ancora in forma  
per frequentare il Centro sociale anziani di piazza di Cinecittà  
1, a Roma. Il centro in argomento si trova all'interno dello stes-  
so VII municipio di Cinecittà. Ho letto In-Forma nel mese di  
maggio 2014 rimanendo letteralmente impressionato dalle at-  
tività che sia il centro di Zagarolo sia il centro di Frosinone rie-  
scono a proporre ai loro iscritti.

Per noi del centro anziani di Cinecittà tali attività sono pura  
fantascienza. Computer? Ancora da inventare; gare di ballo?  
Tornei? N.N. Musica dal vivo?: a pagamento (1 euro a persona)  
quando c'è l'accordo e quando se ne capisce l'importanza.

Il presidente, ormai a fine mandato, di tale stato di cose  
non si è mai preoccupato, così anche i consiglieri di gestio-  
ne. Cose astratte a causa di loro guerre personali. Tanto me-  
no tale situazione preoccupa il VII Municipio a cui il centro  
fa riferimento. Oltre a quanto sopra, nel centro si vive anche  
una situazione di costante pericolo causa la mancanza di  
uscite di sicurezza adeguatamente dotate e, tra l'altro, anche  
la scarsa pulizia dei locali con conseguenti inalazioni, quan-  
do si balla, di polvere. In inverno la situazione si aggrava  
perché nel locale (circa 150 metri quadrati) si arriva a una  
contemporanea presenza di  
più di cento/centocinquanta  
persone tanto da rendere  
l'aria insufficiente per molti  
di noi anziani. Tanti di noi  
iniziano ad abbandonare il  
centro e si rivolgono ai cen-  
tri limitrofi dove trovano  
una situazione decisamente  
migliore.

A mio parere il nostro cen-  
tro in tali condizioni non è  
più idoneo per noi né degno  
della città di Roma.

*Marcello Rossetti,*  
*socio del csa di Cinecittà*

	In-Forma - Ottobre 2014 Conoscenza - Saggezza - Vitalità
	Registrazione: Tribunale di Roma sezione stampa n.214/2011 del 06/07/2011
<b>Direttore responsabile</b> Nicola Perrone	
<b>Segreteria di direzione</b> <a href="mailto:informa@comesrl.eu">informa@comesrl.eu</a>	
<b>Editore</b> COM.E Comunicazione & Editoria srl Via Giuseppe Marchi, 4 - 00161 Roma Tel. 06.45499500	
<b>Progetto grafico</b> Giancarlo Bandini <a href="mailto:g.bandini@comesrl.eu">g.bandini@comesrl.eu</a>	
<b>Stampa</b> UnoStampa - Roma	
<b>In collaborazione con</b> Agenzia di stampa Dire	

# IL LAZIO CAMBIA

Insieme per una buona sanità più efficiente e più vicina alle persone



L'ait SpA

**La trasformazione del sistema della salute del Lazio è iniziata.**

È in corso un profondo cambiamento della nostra sanità: con un'organizzazione più efficiente e trasparente, con strumenti di valutazione efficaci e con una nuova rete territoriale di servizi sociosanitari, di cui le Case della Salute sono il cuore. Nasce un nuovo modello di sanità: meno costoso, più vicino ai cittadini, più capace di rispondere ai bisogni.



**REGIONE  
LAZIO**

[www.regione.lazio.it](http://www.regione.lazio.it)