

MAGGIO 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



Sezze, Pontecorvo e Rocca Priora
le prime Case della Salute



Terme ex Inps, il Consiglio
regionale approva il rilancio



Roma, Frosinone e Rieti:
nei centri anziani tante attività

L'EDITORIALE

Il presidente della Regione Lazio Nicola Zingaretti



Erano otto anni, da quando è partito il commissariamento della sanità del Lazio, che l'offerta sanitaria della nostra regione è stata colpita da un progressivo impoverimento: di posti letto, di strutture, di personale, di servizi. Questa stagione è conclusa. Perché la strada che porta all'uscita del commissariamento e al risanamento non può essere quella della desertificazione dell'offerta di cure. È l'esatto contrario: si esce dal commissariamento, come vogliamo fare entro i prossimi due anni, se si torna a investire sul territorio; se si crea un nuovo modello di sanità ramificato su tutte le province del Lazio; se si offrono servizi sociosanitari raggiungibili, vicini ai cittadini, in grado di prevenire, assistere e curare, prima che ci sia bisogno del ricovero ospedaliero.

Dopo un anno di lavoro, possiamo dire che il cambiamento della sanità del Lazio è iniziato. Si tratta di una trasformazione strutturale di cui cominciamo a raccogliere i primi frutti: migliorano i conti (abbiamo chiuso il 2013 con deficit a 610 milioni; abbiamo ridotto i tempi di pagamento ai fornitori sanitari a 150 giorni dai 250 di un anno fa). Ma soprattutto comincia a nascere la nuova sanità sul territorio. Il decreto 80 del 2010 aveva comportato la chiusura di 24 ospedali. Aveva tolto al territorio, senza dare nulla in cambio e producendo modesti effetti sui conti pubblici. In questi mesi, abbiamo aperto tre Case della Salute (a Sezze, a Pontecorvo, a Rocca Priora). Entro il 2014, ne apriremo 15, e alla fine del percorso le Case della Salute nel Lazio saranno in tutto 48. Stiamo tornando a investire sull'offerta sanitaria: 31 milioni di euro solo sulle Case della Salute.

Stiamo realizzando, pezzo dopo pezzo, un grande progetto per dare maggiore assistenza ai cittadini con minori costi per la Regione. Dimostriamo, cioè, che non è affatto vero che per migliorare i conti l'unica soluzione sia tagliare: si incide molto meglio sulla spesa se si migliorano i servizi. Basti un esempio: il ricovero in ospedale costa oggi al servizio sanitario regionale circa 1000 euro al giorno. Un paziente che viene tenuto in osservazione nei reparti a conduzione infermieristica costerà 200 euro al giorno. Ed avrà un'assistenza più adeguata ai suoi bisogni.

Abbiamo lanciato la sfida della costruzione di un nuovo modello: uscire dal commissariamento, al più presto, ma coniugando la razionalizzazione della spesa con una nuova offerta di cure. Sta nascendo una nuova rete socio-sanitaria territoriale di cure primarie e di continuità assistenziale, che va di pari passo con il rafforzamento dei tanti centri di eccellenza che il Lazio può vantare. Perché naturalmente abbiamo bisogno anche di grandi ospedali, di strutture in grado di assistere davvero chi si presenta a un pronto soccorso e, nei casi più complessi, di offrire cure specialistiche degne di un Paese moderno.

Con i Programmi operativi per la sanità, che ad aprile abbiamo condiviso con il Governo, sono fissati obiettivi e strumenti per proseguire nel cambiamento: dalla possibilità di sbloccare finalmente le assunzioni nella sanità, al potenziamento dell'offerta nelle province Nord e Sud del Lazio. La garanzia del diritto alla salute dei cittadini, di tutti i cittadini, è il cuore e il motore della grande trasformazione che stiamo attuando nel Lazio.

Case della salute, arriva la rivoluzione

Le prime aperte sono Sezze, Pontecorvo e Rocca Priora



Con la Casa della salute nel Lazio finisce la stagione dei tagli alla sanità. Basta ospedali che chiudono, sul territorio arrivano nuovi servizi e strutture. Le prime inaugurate dal presidente della Regione, Nicola Zingaretti, sono quelle di Sezze (Latina), Pontecorvo (Frosinone), e Rocca Priora (Roma). La rivoluzione è partita dalle province. In tutto saranno 48, nel 2014 ne apriranno 15.

COSA SONO LE CASE DELLA SALUTE

Le Case della salute sono strutture nuove, che prima non c'erano, dove operano medici, specialisti ed infermieri ma anche associazioni e volontari. Non sono piccoli ospedali, ma luoghi nati per alleggerire il lavoro dei pronto soccorso. Nell'80% dei casi qui, infatti, arrivano codici bianchi o verdi, cioè non gravi. Non si può andare in un ospedale perché ci si è tagliati con un coltello mentre

si cucina, si deve andare nelle Case della salute. Gli ospedali saranno strutture sempre più specializzate. È questo il nuovo modello di sanità della Regione Lazio.

I SERVIZI

Dai prelievi del sangue alla cura di una carie. Dalle visite oculistiche alle lastre, fino al primo intervento. Ecco i servizi offerti nelle Case della Salute: sportello prenotazioni (Cup) e informazioni sanitarie (Pua); assistenza primaria garantita dai medici di medicina generale e pediatri dalle 8 alle 20, sabato e prefestivi dalle 10 alle 20 e festivi dalle 8 alle 20; servizi di primo intervento e punto di soccorso mobile 118; ambulatori attrezzati a disposizione dei medici di medicina generale; attività specialistiche (allergologia, cardiologia, medicina sportiva, odontoiatria, oculistica e ortopedia); gestione malati con patologie croniche e degenerative; centro prelievi;

attività di diagnostica (radiologia); consultorio familiare; centro antifumo; centro diurno demenze; ambulatorio malattie apparato respiratorio; centro antiviolenza.

RIDUZIONE DEI COSTI

Le Case della salute avvicinano i servizi ai cittadini sul territorio e riducono i costi. Il ricovero in un ospedale costa al sistema sanitario regionale 1.200 euro al giorno, 300 in una Casa della Salute, 25 euro in assistenza domiciliare. Il risparmio delle risorse permette di tornare ad investire sulla sanità, dopo anni di tagli. In tutto saranno stanziati risorse per 31 milioni. Queste serviranno a riaprire strutture che quattro anni fa erano state chiuse.

IL COMMENTO DI ZINGARETTI

Per il presidente della Regione Nicola Zingaretti le Case della salute sono «un nuovo modo di fare sanità e di integrazione socio-sanitaria nel Lazio. Sono modelli di offerta vicini alle persone e ai cittadini che nascono all'interno di strutture chiuse 4 anni fa con la promessa non mantenuta di aprirne di nuove. Sembrava un sogno ma ce la stiamo facendo, anche perché questo non significherà far saltare i conti ma al contrario raggiungere l'obiettivo dell'uscita dal commissariamento aumentando l'offerta socio-sanitaria».

Visini: «Anziani risorsa per la società, ecco i progetti della Regione Lazio»

L'assessore alle Politiche sociali: coltiviamo la solidarietà



Gli anziani sono una risorsa per la società, il collante che tiene unite le generazioni passate, presenti e future. È per questo che la Regione Lazio ha deciso di inserire tra le priorità dell'amministrazione delle politiche sociali mirate, soprattutto in favore delle persone più fragili. Ne abbiamo parlato con l'assessore regionale alle Politiche sociali, Rita Visini.

Assessore, gli anziani sono una risorsa, in cosa possono aiutare le nuove generazioni?
Qualche tempo fa papa Francesco ha denunciato una specie di «eutanasia nascosta» degli anziani, cioè la loro sistematica marginalizzazione nelle nostre città. È vero, e questa deriva va combattuta a tutti i costi perché una comunità senza la partecipazione e lo stimolo delle persone più avanti con gli anni

è una comunità più povera e debole. Abbiamo bisogno di coltivare la solidarietà tra le generazioni, soprattutto per il bene di quelle più giovani.

Quali sono le politiche sociali che la Giunta Zingaretti ha già messo in campo per gli anziani?

I tagli dei vari governi degli ultimi anni alla spesa sociale hanno colpito pesantemente anche i servizi per gli anziani, specialmente disabili. Proprio per far fronte a questa emergenza drammatica la Giunta Zingaretti ha investito in maniera massiccia da un lato sugli interventi in favore delle persone indigenti, povere o a rischio povertà, e dall'altro sul mondo della disabilità e delle gravi non autosufficienze: due aree che coinvolgono significativamente la popolazione anziana.

Che tipo di investimenti economici sono stati fatti?

Per esempio, abbiamo trasferito ai Comuni 7 milioni di euro per un Piano straordinario di contrasto alla povertà e ne abbiamo messi a bando altri 5 destinati ai progetti del Terzo settore, prevedendo tra le diverse tipologie di interventi anche quelle relative agli anziani, specialmente quelli soli. In più abbiamo stabilizzato queste risorse nel bilancio regionale e quindi gli stanziamenti continueranno nei prossimi anni per dare continuità ai servizi. Abbiamo approvato un Program-

ma regionale biennale da 27 milioni di euro per gli interventi per il sostegno abitativo di persone disagiate, attraverso l'integrazione parziale o totale dei canoni d'affitto per alcune categorie di persone, in particolare proprio gli anziani con reddito minimo o non autosufficienti. E proprio ai non autosufficienti abbiamo destinato oltre 34 milioni di euro, di cui, ad esempio, 3 per l'assistenza domiciliare e la socializzazione delle persone affette da morbo di Alzheimer e delle loro famiglie. A queste risorse si aggiungono i 4 milioni messi a bilancio per le case di riposo e i centri anziani e anche lo sblocco del debito di 107 milioni che la Regione aveva accumulato verso i comuni per le RSA fino a tutto il 2012.

Quali sono i progetti futuri su cui l'assessorato intende puntare nei prossimi mesi/anni?

Stiamo riformando completamente la rete regionale dei servizi sociali, anche grazie all'approvazione di una legge di sistema che nel Lazio aspettiamo da 14 anni. E poi vogliamo rovesciare l'approccio socio-sanitario attuale, puntando sulle case della salute e sull'integrazione socio-sanitaria, favorendo sempre di più la permanenza degli anziani ammalati o disabili nelle loro famiglie e superando l'istituzionalizzazione eccessiva della malattia.

Lena: «Trasformare la vecchiaia in un periodo della vita appagante»

Parla il presidente della commissione regionale Politiche sociali



Gli anziani e il Consiglio regionale. Informa ne ha parlato col presidente della commissione Politiche sociali, Rodolfo Lena.

La commissione Sanità come pensa di affrontare la tematica della terza età?

«Nella nostra regione è in corso una grande sfida: trasformare la vecchiaia in un periodo della vita sereno e appagante. La chiave per entrare nella terza e quarta età nel migliore dei modi è la difesa della salute. La riforma del welfare che stiamo affrontando in commissione afferma l'obiettivo di assicurare livelli essenziali in tutte le realtà territoriali. L'accesso alle prestazioni e ai servizi della rete integrata è per tutti i cittadini senza nessuna discriminazione, con priorità di risposta alle persone in stato di povertà, con incapacità totale o parziale, con difficoltà di inserimento.

Uguali diritti e pari doveri sono affermati attraverso il concorso ai costi dei servizi sulla base delle condizioni economiche. La legge individua e ridefinisce i diversi livelli essenziali di prestazioni, rispetto a cui l'intera offerta di servizi attualmente garantita a livello regionale e territoriale dovrà essere riordinata, per arrivare a garantire un diritto nuovo, che possiamo definire diritto alla 'cittadinanza di comunità'».

A proposito di comunità, qual è il ruolo della famiglia nella presa in carico dell'anziano?

«Avere accanto un nucleo familiare col quale costruire e mantenere una relazione viva e continua è fonte di longevità, perché i familiari sono punti di riferimento vicini, che svolgono una primaria azione di assistenza e cura, rappresentando l'elemento centrale per la qualità di vita di ogni anziano. La famiglia e poi gli amici, i vicini di

casa e i conoscenti, possono e devono essere la risorsa primaria a cui fare riferimento prima di fare ricorso all'assistenza domiciliare integrata o alle residenze assistite per anziani (rsa). Poi ci sono le istituzioni, ovviamente. E intendiamo fare la nostra parte».

Cosa fa attualmente la Regione per gli anziani?

«La popolazione con più di 60 anni nel Lazio costituisce oltre il 25% del totale (dati Istat 2010) ed è il segmento d'età che usufruisce maggiormente dei servizi socio-assistenziali. In particolare, quasi il 40% degli ospiti delle strutture socio-assistenziali ha 80 anni o più, il 10% ha tra i 75 e i 79 anni, il 13% ha tra i 60 e i 75 anni. In base al secondo Rapporto sui servizi sociali nel Lazio, le maggiori fonti di disagio per i cittadini anziani sono le situazioni di difficoltà economica, di solitudine e di non autosufficienza. Gli interventi sociali a favore degli anziani sono contenuti in vari provvedimenti, tra i quali: la legge regionale 63/1985 sulla promozione del turismo sociale, la legge regionale 80/1988 sull'assistenza domiciliare, la legge regionale 4/2003 sulla realizzazione di strutture e attività di tipo socio assistenziale, la legge regionale 30/2008 sui servizi di teleassistenza e tele-soccorso».

Centro anziani di Zagarolo: «Siamo una banda di matti»

Giornate tra allegria e solidarietà, e a settembre tutti in crociera

Una «banda di matti» che gioca a carte, usa il computer e a settembre girerà le isole greche in crociera. Al Centro Anziani di Zagarolo non ci si ferma mai, tra feste, corsi, attività ricreative e solidarietà. A capo di tutti c'è la vulcanica presidente Paola Vannacci, che ha ereditato dalla mamma la gestione del centro, migliorandolo e facendolo diventare un grande punto di aggregazione della città di Palazzo Rospigliosi.

Nei 160 metri con giardino della sede di viale Gabinova hanno trovato una vera e propria seconda casa circa 500 iscritti che si dividono in tante attività per passare il tempo e rendersi utili. «Abbiamo avuto

un grande successo con il corso per imparare a usare il computer - spiega Vannacci - e adesso 150 persone di noi lo usano normalmente. Poi ci sono i classici tornei di carte e di ballo, ma abbiamo cercato di allargare le nostre attività e di renderle sempre più dinamiche come per esempio con i corsi di ginnastica dolce e posturale». Il centro ha orari molto lunghi: è aperto tutti i giorni dalle 10 alle 19, ma il sabato e la domenica dà il meglio con feste e musica dal vivo fino a mezzanotte.

Ma quello che la presidente considera il fiore all'occhiello della sua attività è l'ospitalità che il centro offre tutti i giorni ai senza fissa dimora, circa 8 quelli che ne usufruiscono at-

tualmente: «Ognuno di noi gira un piccolo contributo anche economico per preparare il pranzo e poi diamo ai nostri ospiti la possibilità di farsi una doccia calda e lavare i propri vestiti: ci divertiamo insieme ma pensiamo anche alla dignità di chi vive in condizioni difficili».

Il divertimento è tanto, assicurato, e anche indirizzato per gestire al meglio il centro. Tra bricolage, patchwork e giardinaggio, gli ospiti si prendono cura della loro sede con lavori quotidiani che servono anche a risparmiare. «Il Comune ci paga le utenze - spiega Vannacci - ma noi ci autogestiamo per tutto il resto, cercando di ricavare qualche soldino dalle feste». Tanto che alla fine, confessa, «faccio fatica a tenere 'buoni' tutti, siamo proprio una banda di matti».

Da Zagarolo, poi, il gruppo si sposta in giro per il mondo organizzando gite e viaggi per portare l'allegria in trasferta. «A luglio andremo per 15 giorni a Marina di Patti, in Sicilia, mentre a fine settembre faremo una crociera nelle isole greche». Tutti sono i benvenuti al centro di Zagarolo, anche se le attività sono rivolte ai soci, che hanno un'età minima di 50 anni. «L'importante è che abbiano voglia di stare in allegria».



Liscio e balli di gruppo al Csa 'Luinetti'

Il sabato il centro anziani si anima tra chiacchiere e musica



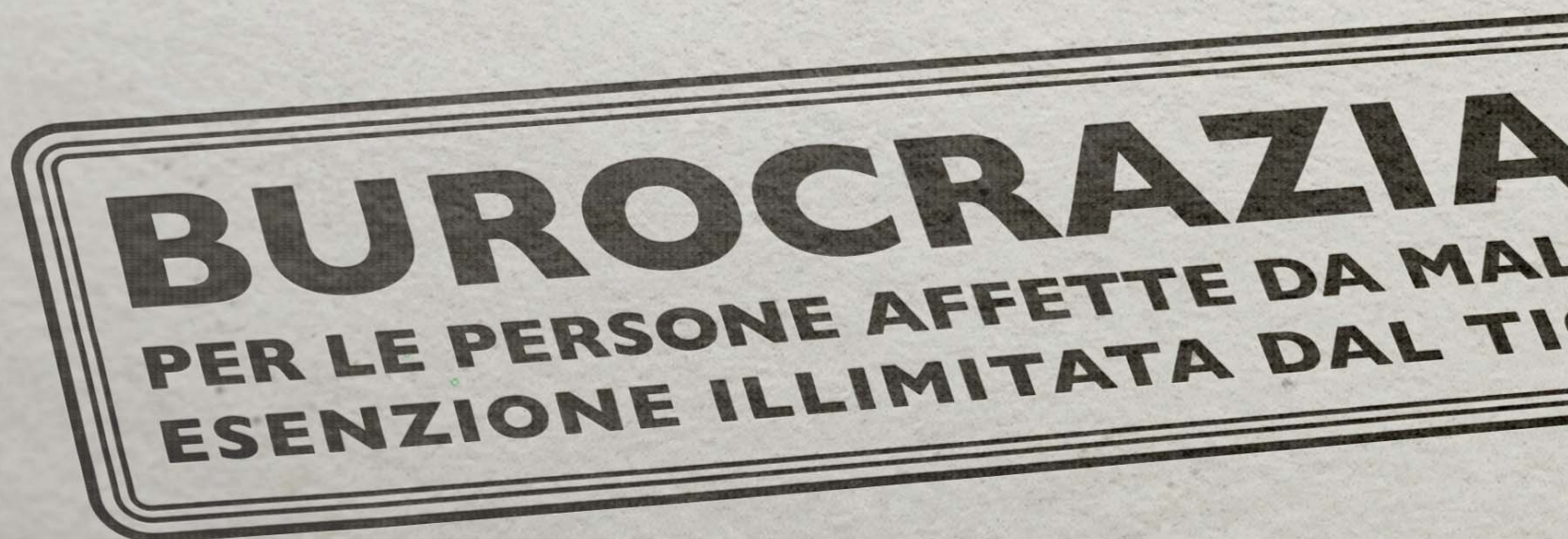
A Frosinone non solo i giovani amano ballare il sabato sera. Il week-end, infatti, è danzante per tutti i frequentatori del centro sociale per anziani Maria Cristina Luinetti di via Adige. Il centro, di proprietà del Comune e gestito in appalto dalla cooperativa O.s.a., è uno dei sei ritrovi per la terza età disseminati nei vari quartieri del capoluogo ciociaro. Come accade in molti centri per anziani, al Luinetti si fanno tante attività: dai laboratori di cucito e ricamo, a quelli di decorazione, ceramica e intarsio, ai corsi di

musica, pittura e teatro. La vera particolarità del centro è però il ballo. A fronte delle circa 60-70 persone iscritte che giornalmente frequentano il Csa per una partita a carte, una sfida nel campo di bocce o anche solo per chiacchiere, è il sabato sera che il centro si anima, accogliendo anziani da tutte le altre strutture cittadine, fino ad arrivare a più di cento persone. «Il nostro centro», spiega a In-Forma il presidente del Csa Luinetti, Carlo Romanazzi, è famoso per le sue serate danzanti. Qui a Frosinone ogni struttura ha la sua parti-

colarità». Il sabato sera al centro si balla sia d'inverno, nei locali interni, che d'estate, quando gli anziani si ritrovano nella grande pista tonda in cemento posta in giardino per muoversi a ritmo di liscio o balli di gruppo. «Quest'ultimo tipo di danze», dice Romanazzi, «è quello che va per la maggiore. La ragione sta nel fatto che ci sono molte vedove che frequentano il nostro centro e gli uomini sono pochi. Il ballo di gruppo le spinge a buttarsi in pista e ballare anche da sole». A volte, invece, chi viene con la moglie cambia compagna di ballo per consentire a tutte di danzare.

Il centro sociale è anche teatro del saggio finale di ginnastica durante il quale si esibiscono anche gli anziani degli altri centri della città. Questo perché i sei csa di Frosinone si 'dividono' feste, corsi e organizzazioni per poi 'riunirsi' in momenti di socialità più ampi. «Da noi si balla, da un'altra parte si fanno rappresentazioni teatrali o corsi d'altro tipo, così poi stiamo tutti insieme», spiega Romanazzi. E i fiori all'occhiello del Luinetti sono la festa della mamma, quella della castagna e quella di mezza estate: lì riusciamo a raccogliere circa 200 persone».

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

MBIA

ZERO
LATTIE CRONICHE
CKET SANITARIO



Lait^{spa}

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



REGIONE
LAZIO

www.regione.lazio.it

Terme ex Inps

Il Consiglio regionale approva legge rilancio

**Inaugurate nel '56 e chiuse nel '92
Adesso il progetto per la rinascita del
centro sarà affidato con gara pubblica**



Lil tempo tornerà indietro, fino al 1956. In quell'anno furono inaugurate le Terme dei laboratori di Viterbo, rimaste fino al 1992 un punto di riferimento per le cure di migliaia di persone. Poi l'abbandono e il degrado, complice la burocrazia. Da gennaio, però, è rinata la speranza.

La legge per il rilancio

Il 29 gennaio il Consiglio regionale del Lazio ha approvato all'unanimità la legge per il rilancio del complesso termale, che faceva parte della rete nazionale insieme a Salsomaggiore, di iniziativa della Giunta guidata da Nicola Zingaretti. La struttura, per metà di proprietà regionale e per metà del Comune di Viterbo, sarà affidata a un soggetto privato da selezionare con procedura ad evidenza pubblica, «in grado di offrire tutte le garanzie necessarie a realizzare un complesso funzionale ed efficiente, capace di far nascere un

polo strategico territoriale dal punto di vista economico, turistico e occupazionale nel territorio», come ha spiegato l'assessore allo Sviluppo economico e alle Attività produttive, Guido Fabiani.

Attuate le norme nazionali

Il provvedimento approvato dal Consiglio regionale dà attuazione a una legge nazionale di riordino del sistema termale risalente al 2000, che ha disposto il trasferimento degli stabilimenti termali di proprietà Inps alle Regioni, alle province autonome e ai comuni, in base a specifici piani di rilancio approvati dalle singole amministrazioni.

Superati ostacoli burocratici

Le Terme ex Inps hanno una superficie di 1.700 metri quadrati e fino al 1992 hanno offerto 185 posti letto, dando lavoro a 105 persone a tempo indeterminato ed 80 stagionali. Dopo la chiusura la struttura è stata abbandonata finendo in uno stato di degrado. La proprietà dello stabilimento termale è passata inizialmente dall'Inps alla Regione Lazio, che con la legge d'assestamento di Bilancio del 2008 ha previsto la costituzione di una società pubblica, capitalizzata in parti uguali dalla Regione Lazio e dal Comune di Viterbo, per la realizzazione degli stralci funzionali del piano di rilancio delle terme formulato nel 2001. La società mista però non è mai decollata. Di qui, dopo oltre dodici anni, la nuova soluzione proposta dalla Giunta regionale.

Il comitato di Zingaretti

Per il presidente della Regione Nicola Zingaretti la legge approvata dal Consiglio «è un passo importantissimo per rilanciare il settore termale del capoluogo della Tuscia. Vogliamo recuperare e riqualificare questo prezioso patrimonio pubblico, dopo molti anni di attesa, abbiamo dato un segnale concreto alle cittadine e ai cittadini del viterbese. Adesso il Comune di Viterbo potrà procedere alla redazione e pubblicazione di un bando pubblico per affidare la gestione e la rinascita di questo bellissimo complesso termale».



Prof. Umberto Solimene
Direttore Scuola Medicina Termale Università Studi Milano

Cure termali: un «lusso» per tutti

Intervista all'esperto:
«Sono un diritto per ogni cittadino»

«Gratuite e in convenzione con il Servizio Sanitario Nazionale»

Ogni cittadino ha diritto alle cure termali. Basta pregiudizi: prendersi cura di sé alle terme non è (più) un lusso per pochi ma una opportunità alla portata di tutti. A dirlo è il professor Umberto Solimene, direttore della Scuola di specializzazione in Medicina Termale all'Università degli Studi di Milano e segretario generale della Femtec, Federazione mondiale del Termalismo. È proprio lui a spiegarci quanto sono importanti le cure termali, in particolare per gli anziani.

«L'importanza che rivestono è estrema, soprattutto se sono rivolte a quelle persone avanti con gli anni che presentano patologie ormai croniche, come quelle osteoarticolari, dell'apparato respiratorio e di quello digerente. Su questi tre filoni la funzione svolta è di integrazione e completamento delle terapie già in atto, come quelle farmacologiche e con antidolorifici e antinfiammatori. Il risultato è quello di veder diminuiti i sintomi dolorosi legati alle patologie di cui si soffre, con particolari effetti sulle malattie reumatiche e sulle difficoltà respiratorie».

Ma non è tutto. Alle numerose virtù delle cure termali il professor Solimene aggiunge anche il risparmio: «Un ciclo di trattamenti

infatti non riserva 'brutte sorprese' per le tasche dei pazienti, perché rallenta e in molti casi impedisce le ricadute, consentendo un recupero più efficace dai sintomi. Ovviamente questo vale per le patologie in fase cronica mentre ci sono svariate controindicazioni per la fase acuta». Il 'nemico' da battere a questo punto rimane il pregiudizio. La maggior parte di noi è convinta che curarsi negli stabilimenti termali sia un privilegio inavvicinabile, soprattutto in tempi di crisi economica. «Non tutti sanno - spiega Solimene - che le cure sono gratuite e in convenzione con il Servizio Sanitario Nazionale: basta pagare un ticket di 50 euro (dai 6 ai 65 anni, mentre per gli over 65 si versano appena 3,10 euro) e farsi fare un'impegnativa dal proprio medico di famiglia. Ma molti miei colleghi non aiutano i loro pazienti a scegliere e si verifica così una grande mancanza di informazione. È bene sapere, invece, che ogni cittadino ha diritto a un ciclo di cure termali e che spesso si fa confusione con i costi di un soggiorno nelle grandi strutture alberghiere. Per questo - conclude il professore - nell'università in cui insegno teniamo dei corsi di aggiornamento rivolti ai medici proprio per spingerli a prescrivere i trattamenti».

Tra cultura e ginnastica, i nonni trasmettono la propria conoscenza alle nuove generazioni



Gli anziani che trasmettono le loro conoscenze a giovani e giovanissimi. I 'nonni' che attraverso un parallelismo tra i giorni nostri e i tempi passati, aiutano le nuove generazioni a recuperare quei valori che la società moderna spesso e volentieri si vede sfuggire di mano. È soprattutto su questi principi che si fonda il centro anziani di Montebuono, incantevole borgo di mille anime in provincia di Rieti, nel cuore della Sabina. Tra attività ludiche, ricreative, motorie e culturali, ogni anno va in scena la 'Festa dei Nonni'. Una manifestazione che prevede una serie di incontri tra i nonni del comune sabino e i bambini delle scuole materne e delle elementari, con al centro un argomento di dibattito che cambia di anno in anno. «Quest'anno - spiega la presidente del Centro, Rita Renzi - si è parlato dei giocattoli con cui giocavano i nostri nonni e del loro modo di divertirsi e socializzare quando non esisteva la tecnologia di oggi e i relativi videogiochi, pc e tablet». Ma i temi sono i più svariati. L'anno scorso «gli anziani hanno spiegato ai bambini i metodi e i segreti per la raccolta delle olive e di come sfruttare e valorizzare i molti appezzamenti di ulivi che restano incolti e abbandonati». E ancora: l'abbigliamento di oggi e le mode di ieri, con la descrizione del corredo della nonna da giovane, o la descrizione del vecchio for-

no di paese e quanto fosse centrale per la comunità. I temi e gli spunti interessanti ed educativi quindi non mancano. Al termine di ogni manifestazione viene piantato un albero che può avere un richiamo letterario o un legame particolare con il territorio.

Manifestazioni a parte, il motore del centro anziani sono le attività che prendono vita ogni giorno per tutto l'anno. Fondamentale, infatti, il 'mantenersi in forma' e soprattutto in movimento. Diversi sono i corsi di ginnastica a seconda delle varie esigenze: dal corpo libero, alla ginnastica dolce, a una vera e propria rieducazione motoria. Ma anche la mente vuole la sua parte e i 'vecchietti' non vogliono saperne di non stare al passo con i tempi. A tal proposito non possono mancare i corsi di informatica e di uso del computer.

Le attività del centro tuttavia non si esauriscono tra i confini di Montebuono. Ogni mese vengono organizzate gite culturali nel Lazio e in altre regioni. «Quest'anno - racconta ancora la presidente - siamo andati al Gran Teatro di Roma a vedere lo spettacolo 'Romeo e Giulietta', la mostra di Caravaggio alle Scuderie del Quirinale e ogni estate non ci facciamo mancare una serata al teatro dell'Opera o a Caracalla». Il pullman di 54 posti viene quasi sempre riempito e va anche oltre i piccoli spostamenti. «Molto apprezzate, infatti, sono state le gite alla Reggia di Caserta e agli Uffizi di Firenze». Infine «un appuntamento a cui non intendiamo assolutamente rinunciare è quello alle terme di Cotilia» sempre in provincia di Rieti. «Le cure termali - conclude la Renzi - sono fondamentali per il trattamento di molte patologie della vecchiaia ma non solo. Esse rappresentano un momento di svago e relax ormai irrinunciabile per queste persone. E l'entusiasmo con cui vi partecipano ne è la dimostrazione».

«I nonni salvano le famiglie dalla crisi»

L'indagine Coldiretti: anziani risorsa per la società. Presenza fondamentale per le famiglie italiane

I nonni ancora una volta corrono in aiuto dei figli e dei nipoti. Sì, perché con la crisi economica e la crescita della disoccupazione, sono le pensioni a 'salvare' i bilanci per più di una famiglia su tre. È quanto emerge da un sondaggio on line del sito www.coldiretti.it, l'associazione di agricoltori che spiega come dal sondaggio risulta che il 93% degli italiani ritiene che la presenza di un pensionato in famiglia sia una vera e propria fortuna, con una netta inversione di tendenza nella percezione del ruolo degli anziani rispetto al passato. In particolare, ben il 37% delle persone che hanno partecipato al sondaggio sostiene che un pensionato in famiglia sia determinante per contribuire al reddito, mentre il 35% lo considerata un valido aiuto per accudire i nipoti al di fuori degli asili e della scuola. Ma non solo, perché c'è anche un 17% che ne apprezza i consigli offerti grazie all'esperienza e un 4% che si avvantaggia dell'apporto lavorativo nella casa, mentre appena il 7% degli italiani considera i pensionati un peso o un ostacolo.

Ecco perché, secondo la Coldiretti, la presenza di un nonno in famiglia si sta dimostrando, nei fatti, fondamentale per non far sprofondare nelle difficoltà della crisi moltis-



simi cittadini, come dimostra il fatto che il 37% degli italiani ha chiesto aiuto economico ai genitori, secondo una indagine Coldiretti-Ixe. «La presenza degli anziani all'interno della famiglia in generale, e di quella agricola in particolare, è stata considerata come una forma arcaica da superare, mentre con la crisi si sta dimostrando fondamentale per affrontare le difficoltà economiche e sociali di molti cittadini», ha affermato il presidente della Coldiretti, Roberto Moncalvo nel sottolineare che «la solidarietà tra generazioni sulla quale si fonda l'im-

presa familiare è un modello vincente per vivere e stare bene insieme e non un segnale di arretratezza sociale e culturale come è stato spesso affermato».

Per quanto riguarda i coltivatori pensionati, non soltanto sono impegnati nel ruolo di nonni, ma anche nel presidio territoriale nelle aree rurali e sono spesso il motore di iniziative ed esperienze culturali, economiche e di solidarietà, dalle fattorie didattiche per insegnare i segreti della campagna ai più piccoli, ai tutor dell'orto nelle città. E c'è anche chi trasmette alle nuove generazioni la propria manualità per realizzare oggetti di artigianato. Insomma, i nonni oggi più che mai «sono una risorsa per la società».

RAPPORTO OSSERVASALUTE: ULTRACENTENARI PIÙ CHE RADDOPPIATI**Italia sempre più longeva, ecco tutti i dati 'overanta'**

Cresce la speranza di vita in Italia e, negli ultimi dieci anni, gli ultracentenari sono più che raddoppiati. A dirlo è l'undicesimo Rapporto Osservasalute (2013), un'approfondita analisi dello stato di salute della popolazione e della qualità dell'assistenza sanitaria nelle regioni italiane.

I DATI E LE PERCENTUALI - Secondo il Rapporto, la speranza di vita alla nascita nel 2010 è di 79,4 anni per gli uomini e 84,5 anni per le donne. Complessivamente, dal 2006 gli uomini hanno guadagnato un anno di vita (365 giorni) e le donne 0,5 anni (ovvero 183 giorni). Continua quindi ad aumentare la sopravvivenza media degli italiani e si assiste a un progressivo ravvicinamento della durata media della vita tra gli uomini e le donne. Dall'analisi è emerso che dei 365 giorni di vita guadagnati in media dagli uomini, ben 276 giorni sono ascrivibili alla riduzione della mortalità tra 0-74 anni e 88 giorni nella fascia di età 75 anni e oltre. Le donne hanno, invece, guadagnato complessivamente 123 giorni per effetto della riduzione della mortalità entro i 74 anni e 59 giorni nella classe 75 anni e oltre.

IN ITALIA AUMENTA L'ETÀ MEDIA - Insieme alla speranza di vita, cresce anche l'età media della popolazione italiana. Nel Rapporto 2013

sono utilizzati i dati del 15esimo censimento e si vede che nel 2011 la popolazione in età tra 65 e 74 anni rappresenta il 10,5% del totale della popolazione residente; i valori regionali variano da un minimo dell'8,7% della Campania a un massimo di 13,1% della Liguria. I 'molto anziani', che secondo Osservasalute sono le persone tra i 75 e gli 84 anni, rappresentano il 7,5% del totale della popolazione, ma, anche in questo caso, è possibile notare delle differenze geografiche. In Liguria, i 'molto anziani' rappresentano il 10,2% del totale, ma valori elevati vengono riscontrati anche in Umbria e Molise (entrambe 8,8%). Infine la popolazione dei 'grandi vecchi', cioè di chi ha 85 anni e oltre, è pari al 2,8% del totale della popolazione residente in Italia. Ma l'Osservasalute rileva anche un altro dato interessante: l'aumento della componente femminile all'aumentare dell'età. Secondo il Rapporto, la quota di donne è del 53,3% tra gli anziani di 65-74 anni, diventa del 58,9% tra i 'molto anziani' di 75-84 anni e arriva al 69,6% tra i 'grandi vecchi' (85 anni e oltre).

PIÙ CHE RADDOPPIATI GLI ULTRACENTENARI NEGLI ULTIMI DIECI ANNI - Quest'anno il rapporto guarda anche all'ammontare della popolazione di 100 anni e più per entrambi i sessi e scopre che questo segmento di popolazione è cresciuto in modo consistente nell'ultimo decennio (2002-2011). In particolare, gli ultracentenari sono più che raddoppiati, passando da poco più di 6.100 nel 2002 a oltre 13.500 nel 2011. Le donne sono la maggioranza: nel 2011, infatti, le donne rappresentano l'82,8% del totale degli ultracentenari. In termini relativi, nel 2002, ogni 10.000 residenti uno era ultracentenario, mentre nel 2011 sono ben più di due. Se si considera il solo contingente femminile, negli stessi anni si è passati da 1,8 a 3,7 ultracentenarie ogni 10.000 residenti.

LA POESIA

L'invenzione
non c'è presente senza passato

Dobbiamo essere coerenti con il nostro passato se non l'abbiamo vissuto in modo errato. Se la nostra età è ormai avanzata tanti ricordi affiorano nella giornata, soprattutto i ricordi più graditi dalla nostra mente selezionati. Essi ravvivano, nel tempo, la nostra mente compensando ogni naturale affievolimento. I ricordi piacevoli e i pensieri contingenti si mescolano alla saggezza acquisita e insieme essi costituiscono il carburante per continuare ad andare bene avanti, a fronte alta, serenamente, con dignità ed autonomamente.

Se vivi con un pizzico di ironia, sorridendo tra la gente in qualsiasi ambiente, la vita ti sembrerà, in ogni stagione, una grande, meravigliosa invenzione.

Tommaso Di Clemente

Centro sociale Pasquariello alla Serpentara (Roma)

Concessione gratuita dell'autore. La poesia fa parte della raccolta del 5 novembre 2013 intitolata 'L'alba (versi al vento)'.

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
fax 06/45499609

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

LETTERATURA

Curarsi con i libri: ecco
un manuale intelligente
per leggere e guarire

*Aneddoti, storie e biografie:
un rimedio ai problemi di oggi*

Soffri di reumatismi? Leggi Marcovaldo di Italo Calvino. Hai la febbre? Prova con un giallo di Agatha Christie. Hai paura degli spazi aperti? Tranquillo, ce l'aveva anche Alessandro Manzoni, tanto che dall'età di 38 anni evitò di uscire di casa se non accompagnato. Ma non solo, perché si può curare il cuore spezzato leggendo Emily Brontë, l'arroganza con Jane Austen e il mal di testa con Hemingway. Questo suggeriscono le ricette di un libro di medicina molto speciale, un vero e proprio manuale di terapie a base di romanzi ideato e scritto da due autrici inglesi. Il volume si chiama 'Curarsi con i libri. Rimedi letterari per ogni malanno' ed è stato scritto da Ella Berthoud e Susan Elderkin, che hanno anche fondato un servizio di biblioterapia con la School of Life di Londra. L'edizione italiana è uscita con l'editore Sellerio ed è stata curata dallo scrittore Fabio Stassi.

E allora ecco un prontuario che vuole raccontare anche il potere curativo della letteratura di ogni tempo. Le prescrizioni raccontano le vicende e i personaggi di tantissime opere, svelano aneddoti, percorrono biografie di scrittori illustri e misconosciuti, in un invito ad amare la letteratura che ha la convinzione di poter curare con efficacia ogni nostro acciaccio. Sì, perché secondo la biblioterapia il libro 'guarisce' grazie alla capacità di aprire la mente di chi lo legge. Se la sofferenza fisica o psicologica porta all'isolamento, il libro ci mette in relazione con il mondo, consentendoci di identificarci con i personaggi descritti e capire meglio i nostri problemi.

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

IL LAZIO CAMBIA

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



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