

ATE

orizzonti

animazione terza età

Recapito:
Gruppo di redazione:

Casa Anziani, 7742 Poschiavo
Serena Bonetti, Monica Paganini, Roberta Zanolari
Questo numero è curato da Roberta Zanolari

EDITORIALE

Un angolino per la lettura



Buona compagnia

Foto: RZ

Gli anziani sono contenti quando si sentono utili agli altri e, di solito, fanno di tutto per esserlo. Ma è importante esserlo anche per sé: abbiamo qualche dovere e qualche diritto anche verso noi stessi. Mi pare che uno dei modi più sicuri e più piacevoli per soddisfare queste due esigenze sia leggere. Se appena appena la vista non ce lo impedisce, leggere è il mezzo migliore anche per colmare qualche spazio vuoto, che nella giornata di un anziano non manca quasi mai. E un po' di digiuno televisivo è senz'altro utile: di altro livello è il piacere che possiamo trovare in un buon libro. Ci sono libri per ogni gusto e per ogni desiderio; un libro ci aiuta a pensare, un altro a distrarci; uno ci diverte, un altro ci istruisce; e spesso tutte queste cose insieme. È difficile scegliere? Un po' sì, quando la libreria o la biblioteca non sono vicine o quando l'offerta esuberante mette in imbarazzo. Così ho pensato di aiutare i nostri amici, presentando molto brevemente qualche libro che mi è sembrato degno di particolare attenzione.

Voglio scendere di Giorgio Bocca. Edizioni Mondadori.

Durante una discussione sul mondo impazzito me l'ha proposto un mio collega. Il titolo mi ha subito affascinato e mi sono precipitata in libreria. Da dove voglio scendere? I capitalisti senza capitale, la modernità selvaggia, competizione perché? Il fastidio della giustizia, mondo sei solo, le religioni senza Dio... Di fronte a una società in continua mutazione e crescita, affamata di velocità, notizie, piaceri, un grande maestro del giornalismo italiano lancia il suo grido di allarme. Ecco perché grida: - Fermati mondo voglio scendere!-

Il silenzio dell'innocenza di Somaly Mam. Mondolibri, edizioni Mondadori.

Lettura che ti trascina fino all'ultima

pagina senza prendere fiato. Si vuol sapere di più, si tenta di capire una realtà tanto diversa dalla nostra. È la battaglia di una "sopravvissuta" contro lo sfruttamento sessuale di donne e bambine.

Un cuore in silenzio di Nicholas Sparks. Edizioni Frassinelli.

Una storia d'amore intensa e struggente, intrisa di forti e indimenticabili emozioni e ambientata in paesaggi romantici e suggestivi. Con questa lettura ci si può rilassare, anima e corpo e, per un attimo, si fa un tuffo nel silenzio.

L'ora d'oro di Felice Menghini di Andrea Paganini. Edizioni L'ora d'oro.

Spiega la poliedrica figura di Felice Menghini (1909-1947), sacerdote, poeta, scrittore, giornalista, studioso, editore, operatore culturale dall'intraprendenza e dalle risorse fino a poco tempo fa insospettite. Ci fa conoscere il suo tempo, la sua opera, i suoi amici scrittori. Il libro raccoglie contributi di diversi scrittori pure della nostra valle.

Il Barone de Bassus di Massimo Lardi. Edizioni L'ora d'oro.

Libro fresco di stampa, appena presentato al pubblico il 27 novembre scorso. Tommaso de Bassus (1742-1815) è un personaggio che stimola la nostra curiosità. Fu podestà di Poschiavo per ben sei mandati e assunse importanti cariche politiche nei Grigioni e in Valtellina. Che ci fa a Poschiavo? E perché il titolo di "barone"? Il lavoro svolto da un ricercatore serio e meticoloso come il dottor Lardi ci dà le risposte nel libro.

Cercate un regalo utile per Natale? Per tutte le età trovate due grandi opportunità: un abbonamento alla biblioteca La sorgente o un buono in libreria L'idea a Poschiavo.

Roberta Zanolari

ATTUALITÀ

I 101 anni di Pietro Cortesi

... gli piacciono i libri di storia e di geografia, il settimanale della valle, l'Almanacco del Grigioni Italiano: li legge con l'aiuto della figlia. E naturalmente ama moltissimo Orizzonti. Si distrae ogni tanto, alza gli occhi e guarda da dietro i vetri della finestra e... la sua mente rincorre tanti ricordi. Segue sempre il telegiornale, ha interesse per tanti affari comunali, cantonali e federali. Non avendo più un udito perfetto, coglie con l'occhio piccoli particolari. Non gli sfugge niente nella sua "stüa" e nella sua casa, né l'umore della figlia, né quello della nipote, perché con i suoi 101 anni compiuti il 29 ottobre 2009, Pietro Cortesi ha una mente ancora vivace e attenta e la memoria è ancora buona. Le forze sono un po' indebolite, ma l'autosufficienza è da ammirare. Sale e scende le scale, non dimentica mai le chiavi, chiude sempre le porte e, come ai vecchi tempi, non



Foto: RZ

lascia accese le luci inutilmente. Il suo viso è ancora fresco e l'espressione è tranquilla.

Caro Pietro, con il seguente brano di Hermann Hesse ti giungano tanti auguri di grande serenità e un forte abbraccio

Roberta Zanolari

Continua alla pagina successiva

ARGOMENTI

Natale

(rz) È tornato dicembre: il Natale è dietro l'angolo e con la sua aria festosa schiaccia l'occhio al consumismo che ci avvolge ogni anno sempre più presto. Regali e ancora regali! Che passione e che... frustrazione! Ma Natale è Natale e allora offriamo e offriamoci regali. Cerchiamoli con il cuore e non solo con il portafoglio. Importante è che il dono sia l'espressione concreta di un sentimento. Il regalo fatto con il cuore è quello che crea una relazione fra due persone: può essere anche vuoto di denaro, ma ricco di sentimenti. Può bastare un piccolo gesto, l'importante è che sia pensato proprio per chi lo riceve. E ancora può non essere affatto qualcosa di materiale. Possiamo anche donare parte del nostro tempo o quantomeno dedicare un po' più d'attenzione alle persone cui vogliamo bene. Ci accosteremo che privarci di una parte del nostro superfluo ci fa più ricchi, si risparmia tanto tempo prezioso e che dedicare TEMPO a PERSONE vale molto di più che sprecarlo a lucidare la nostra già lucida casa per un Natale pulitissimo e inghirlandato di tutto il "kitsch" dei supermercati. Per questo Natale ORIZZONTI offre un piccolo dono: un racconto da leggere

a chi vi pare. Al nipotino mentre tace la TV o per la buona notte; all'amico costretto in poltrona o in un letto d'ospedale; all'anziana vicina che ha perso il gusto della lettura. Ma sarà bello anche leggerlo a noi stessi tornati per un attimo bambini, gustando la magica atmosfera natalizia.

Continua alla pagina successiva

SOMMARIO

Editoriale

Un angolino per la lettura 13

Argomenti

I 101 anni di Pietro Cortesi . . . 13-14

Natale 13-14

Cosa vuol dire diventare anziani oggi? 15

Curiosità

San Romerio 15-16

Tramonto in montagna 15

Salute

Il medico di famiglia 16

Vita dell'ATE 16

Viaggi

Il cammino di Santiago 17

Riflessioni

Un mondo dipendente dalla terza età 18

CONTINUA DALLA PAGINA PRECEDENTE

Natale



Il Natale dell'albero

Il racconto natalizio fa parte della raccolta intitolata "Il caminetto che canta" di Ketty Fusco, edizioni del Leone.

Fatto insolito e straordinario, proprio ai piedi dei tre pini che danno il nome alla collina che si affaccia sulla città di Lugano, era spuntato un abete. Un piccolissimo albero, di cui all'inizio si erano accorte solo le formiche, ma che ben presto cominciò a far parlare di sé. Era, infatti, uno stranissimo tipo, curioso e anche un po' petulante. Appena con la sua cima arrivò in prossimità dei primi rami del pino più vecchio, cercò subito di farsi notare: "Ehi, vecchio amico! Non ti pare che cresco in fretta? Sarebbe ora che anche voi degnaste di fare la mia conoscenza un po' per benino!" Il vecchio pino gli fece con il suo ramo più basso una carezza. "Sta buono, piccolino, avremo tempo di fare conoscenza e magari anche di litigare. Noi siamo qui da cento anni!" "Cento anni?" fece tutto spaventato l'abetino. "E non vi annoiate mai?" "Noi siamo filosofi e poeti e perciò non ci annoiamo mai! Tanto per cominciare, mettiti un po' a contemplare la città ai nostri piedi, bella di giorno e meravigliosa di notte, e ad ascoltare i discorsi degli uccellini e i sospiri delle farfalle." "Sarà" pensò l'abetino. E si mise ad osservare la città, ad ascoltare il sospiro delle farfalle e il cinguettio degli uccelli. Ma il fatto era che la città, con le sue nebbioline rosa e le sue strade come nastri bianchi, su cui passavano veloci le automobili, e le sue luci di notte che le facevano sembrare un cielo capovolto, gli metteva addosso una voglia matta di muoversi e di andarci di persona. Lui era un abete moderno,

nato nell'era atomica, e proprio non poteva capire i vecchi pini. "Come si fa a stare fermi per cento anni?" andava dicendo agli uccellini che venivano a posarsi sui suoi rami. A dire il vero gli uccellini, e fra questi Trillo, avevano un po' di colpa in tutta la faccenda. Avendo capito il problema del piccolo abete, facevano a gara per raccontargli le meraviglie dei loro viaggi. Passarono i giorni e passarono le notti. E il piccolo abete dinamico stava per rassegnarsi al proprio destino. "Pazienza. Vuol dire che vedrò crescere la città e imparerò a diventare filosofo e poeta come i tre pini." Ma un giorno ecco apparire un bambino. Ne aveva già visti tanti, che venivano a fare merenda sulla collina, ma questo aveva l'aria particolarmente simpatica. Tanto più che sembrava si fosse accorto di lui e si avvicinava con interesse. "E tu che ci fai qui?" chiese il bambino all'abete. "Prima non c'eri. E guarda dove sei andato a crescere? Fra poco darai fastidio al vecchio pino. Sarà meglio toglierti di mezzo: ci penso io!" Il piccolo abete non stava più in sé dalla gioia. Non c'era vento ma lui riuscì a scuotere tutti i suoi rami in segno di contentezza. Peccato che non sapeva il linguaggio degli uomini! Altrimenti gli avrebbe detto: "Ti prendo in parola, bambino! Corri a casa a cercare un badile!" Ma fu proprio come se glielo avesse detto. Il bambino corse via e l'abetino fece appena in tempo a comunicare la notizia al vecchio pino. Dopo pochi minuti il ragazzino era di nuovo vicino all'albero con un carrettino e un badile. "Cercherò di non farti male: voglio prenderti con le radici." E cominciò a scavare tutt'intorno alla pianta. A dire il vero, un pochino di male lo sentì l'abetino, ma tale era la

felicità e l'ansia per l'avventura che nemmeno ci fece caso. "Addio vecchi pini! Io parto per il grande mondo. Tanti auguri per i prossimi cento anni!"

"Di auguri ne hai forse più bisogno tu di noi, piccolino. Noi sappiamo che ormai la nostra vita l'abbiamo vissuta felice e serena, ma tu chissà..." E con le sue vecchie fronde il pino gli fece un'ultima carezza, come una benedizione. "Ancora un piccolo sforzo e sei mio" disse il bambino. E con le sue piccole mani lo strappò dalla terra. Al piccolo abete sfuggì un "ahi" di dolore. Ma una formichina ribelle, che aveva deciso di abbandonare la sua tribù, nascondendosi tra gli aghi verdi, gli disse: "Suvvia, mio caro, non volevi conoscere il mondo? Dunque, non lamentarti!" Erano ormai lontani dalla cima della collina. Coricato sul carretto, il piccolo abete vedeva passare le case del quartiere, le vetrine illuminate che di lontano gli erano sembrate quadretti d'oro invece erano grandi e piene di stranissime cose. Proprio davanti a una di queste il carrettino si fermò. La porta si aprì e ne uscì un distinto signore. "Dove sei stato fin'ora Marcello? Stavo per chiudere."

"Non vedi, papà, che cosa ho trovato? Un piccolo abete che era cresciuto sotto un pino. Non si poteva lasciarlo lì. Nel nostro negozio farà un figurone, per Natale, in mezzo ai giocattoli!" Al suono magico della parola giocattoli, l'abete si scosse tutto. In fondo anche se si dava un po' di arie, era un abete bambino e l'idea dei giocattoli lo riempiva di gioia. Perciò se ne stette buono buono, in attesa del momento di giocare. Prima di tutto Marcello lo interpellò in un vaso e questo gli fece molto piacere. Che sollievo poter nuovamente affondare le radici nella terra umida e fresca. Poi Marcello cominciò ad appuntargli sui rami palline colorate, ghirlande di fili d'argento e delle strane bacchettine che, a tratti si illuminavano e si spegnevano. "Sono candeline elettriche" sentenziò la formica che aveva messo fuori il capino da una crepa della corteccia. "Quelle vere, col fuoco, però sono più suggestive." "Ma io non posso più muovermi!" le rispose l'abete. "Ora non sei più un albero, ma un albero di Natale, mio caro" ribatté la formica "Contentati! Guarda laggiù in

quello specchio, non vedi che figurone fai?" Eh sì sono proprio un bell'albero di Natale, pensò di sé il piccolo abete: e si lasciò appuntare una stella sulla cima. Marcello chiamò il papà e tutte le commesse del negozio, che si fecero intorno all'albero con un coro di lodi. Il piccolo abete si sentì davvero importante. "Se i miei vecchi amici pini della collina potessero vedermi!" pensava. E la sua felicità fu completa quando le commesse gli misero tutt'intorno una quantità di giocattoli bellissimi: un piccolo treno rosso e verde, bambole una più bella dell'altra, un'orchestra di orsacchiotti e un piccolo pagliaccio che faceva i salti mortali. Finito di sistemare ogni cosa, le commesse uscirono ed anche Marcello e suo padre lasciarono il negozio. Spensero le luci e lasciarono soltanto quelle intermittenti delle candeline. Alla tenue luce che si accendeva e si spegneva, il piccolo abete fece amicizia con il suo nuovo mondo. "Che ne dici formichina? Non siamo stati fortunati?"

"Chi vivrà, vedrà" sentenziò la formica. "Adesso dormiamo." I giorni seguenti, nel negozio ci fu un andirivieni di clienti. Gli scaffali andavano rapidamente vuotandosi. E il piccolo abete, dal suo posto di osservazione, vedeva partire moltissimi dei suoi nuovi amici. La vigilia di Natale gli scaffali erano vuoti. Rimanevano soltanto i giocattoli ai piedi dell'albero. Gli ultimi clienti frettolosi portarono via anche quelli. "Addio, trenino! Addio, Mirella, dai riccioli neri! Addio, Roxi, dai riccioli rossi..." No, Roxi resta: ha un piedino sbucciato e il cliente non la vuole. Anche il piccolo pagliaccio, che a furia di fare salti mortali non riesce più a fare il giro completo, rimane ai piedi dell'alberello, insieme con un organino stonato e gli orsacchiotti stanchi di suonare sempre la stessa musica. Roxi, l'organino, gli orsacchiotti, il piccolo pagliaccio e la formica saggia sono soli, ora, nel negozio vuoto: con le candeline che accendono e si spengono e con tanta, tanta tristezza. Fuori cominciano a suonare le campane. "Amici, dobbiamo essere allegri! Anche per noi è Natale" sentenziò la formica. E con tutta la forza spinge la manovella dell'organino, che si mette a suonare la canzone dell'albero.

I 101 anni di Pietro Cortesi

Vivere appieno ogni stagione della vita, anche l'ultima

Come ogni fiore appassisce e ogni giovinezza cede il passo alla vecchiaia, ogni stagione della vita, ogni sapienza, ogni virtù fiorisce a suo tempo e non può durare in eterno. Il cuore deve essere pronto, ad ogni richiamo della vita a lasciare tutto e ad iniziare daccapo per allacciare con slancio e senza rimpianti legami nuovi. Ed ogni inizio racchiude un fascino che sostiene e ci aiuta a vivere.

Dobbiamo passare serenamente di luogo in luogo
Senza eleggerne alcuno a patria,
lo spirito del mondo non vuole imprigionarci e stringerci,
vuole elevarci di gradino in gradino,
aprirci ...
Solo colui che è pronto a rimettersi continuamente in cammino e a riprendere il viaggio potrà salvarsi da questa tentazione paralizzante.
Anche l'ora della morte si schiuderà forse nuovi spazi.
Il richiamo della vita non finirà mai ...
Coraggio allora cuore, e va'.

Albergo Ristorante Grotto - Miralago

Natale per tutti

Natale, festa della pace e dell'amore è alle porte. Tutti ci prepariamo in vari modi a festeggiare questo significativo evento. Anche quest'anno i signori Wetzel, gerenti del ristorante-grotto a Miralago, invitano gli anziani interessati ad un pranzo in compagnia,

il 24 dicembre alle ore 12.00.

Tutti sono benvenuti

Onde poter organizzare il trasporto, vi preghiamo gentilmente di annunciarvi entro il 21 dicembre alla signora Roberta Zanolari a Poschiavo al numero 081 844 19 02

Questa edizione di ORIZZONTI è sostenuta finanziariamente da Rätia Energie e da Pro Senectute.

ARGOMENTI

Cosa vuol dire diventare anziani oggi?

Si sente sovente il lamento secondo cui il numero degli anziani nella nostra società sia in continuo aumento. Il fatto corrisponde a verità, ma le sue interpretazioni sono molto diverse, come pure le preoccupazioni legate a queste interpretazioni.

Se il numero degli anziani aumenta dobbiamo innanzitutto dir grazie alla medicina moderna che salva molte vite che prima finivano anzitempo, a causa di malattie incurabili o di incidenti gravi. Accanto alla medicina però ci sono altre cause benefiche: la nutrizione maggiormente variata ed equilibrata, l'attività sportiva o perlomeno fisica pure maggiormente equilibrata, le abitazioni maggiormente salubri e riscaldate.

Molti si chiedono se sia ragionevole continuare su questa strada. La medicina di oggi infatti non solo cura le persone anziane, ma cerca persino di capire quali siano le cause dell'invecchiamento dei nostri corpi e tenta di trovare la strada per rallentare questo processo. Girano già le prime promesse di vita che dovrebbe durare fino a 120 anni, passati in buona salute.

Ogni medaglia ha comunque il suo rovescio: aumentano i casi di demenza senile, in varie forme ed intensità, e quindi si comincia a chiedersi se sia davvero nel nostro interesse cercare di aumentare sempre più i nostri anni di vita.

Prima ancora di continuare a parlare di medicina per le persone anziane mi sembra importante capire che essere anziani non significa necessariamente essere malati o invalidi, ma vivere anni di vita che possono essere altrettanto allettanti ed interessanti di quelli passati nella formazione o nella professione. In

altre parole mi sembra di poter sostenere che ci sia una vera vita anche dopo l'età della pensione.

Certo per passare bene questi anni è necessaria una solidarietà tra le generazioni giovani e meno giovani. E' facile proclamare o predicare questa solidarietà, meno facile invece esercitarla in modo utile sia ai giovani che agli anziani. Le forme di solidarietà basate sul volontariato sembrano funzionare bene appunto perchè basate sul dono del tempo e non tanto del denaro. Soprattutto i giovani anziani, pensionati di fresco, possono dare parte del loro tempo a favore dei grandi anziani che non riescono più a fare da sole molte cose della vita quotidiana.

Le forme di solidarietà intergenerazionale basate sul denaro invece sembrano proprio andare in crisi. Si pensi solo ai meccanismi del finanziamento dell'AVS e dei vari secondi pilastri delle pensioni. Se la quantità di persone anziane è molto più grande di quella delle generazioni che vivono di salario allora il sistema pensionistico sembra andare in tilt.

Non sono sicuramente in grado di proporre ricette efficaci per risolvere questi problemi. Ma per cominciare a risolverli bene è necessario mettersi nella giusta attitudine mentale: e cioè smettere di considerare la situazione degli anziani come una condizione "inferiore" di vita, e di vederla invece come una tappa "normale" della stessa ed attraverso cui, prima o poi, passeremo più o meno tutti. Se siamo solidali da giovani riusciremo forse a vivere anche meglio da anziani.

Alberto Bondolfi



Tisana profumata

Foto: RZ

RICETTA

Pasticcini di noci con mandorle al liquore

Per 50 pasticcini:
800 g noci
200 g mandorle sbucciate
200 g zucchero al velo
2 cucchiaini di liquore Maraschino

Togliere la buccia alle mandorle: metterle in acqua tiepida, asciugarle con un telo, tagliarle a pezzetti, unirle allo zucchero al velo, macinare il tutto e versarlo in un recipiente. A questo punto unite il Maraschino ottenendo una pasta omogenea. Armatevi di pazienza e formate tante palline del diametro di circa un centimetro e mezzo. Ora la noce va aperta con cura per ottenere due metà del frutto, prendete una pallina e ponetela fra le due metà della noce, schiacciandola leggermente creandoci un bordo attorno. Se il frutto di qualche noce non riesce intero, unitelo subito schiacciandolo sulla pallina. Per presentare questi pasticcini posateli su un vassoio con bordo, in forma circolare, spargendo alla fine dello zucchero a velo.

Provateli, vi troverete contenti!

dalle ricette della nonna

CURIOSITÀ

San Romerio

Nel 1859 apparve a Lipsia, editore Wilhelm Engelmann, il libretto "Das Poschiavino-Thal", scritto da Georg Leonhardi, parroco riformato di Brusio.

Si tratta di un'opera assai interessante, che descrive, in forma piana e competente, tutti i problemi del tempo e le diverse caratteristiche della valle.

Traducendo liberamente dal tedesco ho voluto presentare ai lettori quanto scritto su S. Romerio, ritenendolo degno di attenzione.



Volando sopra San Romerio

Foto: RZ

Da Piaz si può andare, quasi in piano e attraverso prati fioriti, a S. Romerio. Nella roccia, sulla quale si erge la chiesetta di S. Romerio, c'era una caverna, densa di segreti, difficilmente accessibile, della quale il popolo racconta parecchie storie.

Un cane rosso custodiva un tesoro. Nessuno riuscì mai a raggiungere il fondo della stessa, poiché lo spirito della montagna spegneva tutte le luci. Lo stesso soffiava all'esterno tutto quanto non fosse puro.

Nella caverna furono trovate ossa umane.

S. Remigio (Romero o Romedo), perseguitato dai pagani, riuscì a salvarsi spiccando un grande salto dalla Motta, sotto Selvapiana, dove ancora oggi si vede, su una pietra l'impronta dei suoi piedi, fino a raggiungere e entrare in questa caverna.

Nella stessa si vedono ancora il buco nel quale aveva appoggiato il suo bastone di pastore e il posto dove, inginocchiato, si dedicava alla preghiera. "Fare un salto di S. Romerio" è un modo di dire usato in questa regione. Nei vecchi documenti S. Romerio è citato quale Ospitale (Ospizio).

Al tempo delle Crociate si insediarono su queste alture genti straniere, che si diceva essere assai ricche. Conducevano una specie di cooperativa di lavoro, costruirono una casa a protezione dei viandanti, davano da mangiare gratuitamente ai viaggiatori e si dedicavano a lavori manuali. Si chiamavano Confratelli monaci.

A quei tempi una strada, forse costruita già dai Romani, si snodava in alto sui

Continua alla pagina successiva

Tramonto in montagna

*Ricordo il lento tramonto del sole
d'una purissima sera d'estate
sopra l'eccelse montagne, lassù*

*dolcemente posato sul crinale
degli ultimi dorati monti, stanco
del suo monotono eterno viaggiare.*

*Quanti tramonti ho visto, quante sere
con l'occhio stanco perduto nel cielo
ho aspettato il brillare delle stelle.*

*Stanco il sole di correre sul mondo,
stanche l'ombre d'andare, di venire
l'anima di pensare, di soffrire.*

*Ma quel lontano tramonto d'estate
m'è rimasto nell'anima e negli occhi
come se il sole si fosse fermato,*

Felice Menghini



Selva

Foto: RZ

SALUTE

Il medico di famiglia

Da *WELL*, la rivista della cassa malati Progrès, n.3 settembre 2009.
Testo: dott.ssa med. Simone Erni.

La signora Erni è medico generalista FMH e specialista di medicina sportiva SGSM. Lavora nello studio medico associato "mediX" di Zurigo. È stata inoltre medico nella squadra svizzera femminile di hockey su ghiaccio e nel mese di febbraio 2006 ha fatto parte della Swiss Olympic Medical Team alle Olimpiadi invernali di Torino.

IL MEDICO DI FAMIGLIA COME PILOTA DELLA SANITÀ

Molti pazienti si rivolgono oggi direttamente a medici specialisti o addirittura subito al pronto soccorso di un ospedale. Questo è fonte di costi superflui

e può perfino nuocere alla salute. Cinquanta anni fa nessuno chiedeva dove andare se faceva male un ginocchio o si accusavano dolori al ventre. Si andava dal medico di famiglia che conosceva i suoi pazienti e le loro anamnesi, le situazioni sociali e familiari e si occupava di ogni problema. Se non poteva risolvere la situazione da solo, prescriveva al paziente la consultazione presso uno specialista oppure il ricovero all'ospedale. Oggi la situazione nel settore sanitario è spesso diversa: sovente, in caso di problemi acuti, il paziente si rivolge direttamente a un medico specialista oppure al pronto soccorso di un ospedale. Se ha dolori alle articolazioni va direttamente da un reumatologo e per una storta a un piede diritto al pronto soccorso.

9 casi su 10 per il medico di famiglia

Spesso il medico di famiglia non viene neanche consultato, nonostante il fatto che egli potrebbe senz'altro curare la maggior parte dei disturbi della salute. Da una parte questa tendenza causa una forte aumento dei costi sanitari, dall'altra peggiora l'assistenza sanitaria complessiva di un paziente: è dimostrato statisticamente che chi, in caso di disturbi, si reca prima dal suo medico di famiglia, beneficia di un'assistenza medica nettamente migliore e più conveniente di chi consulta sempre direttamente uno specialista. Circa il 90 per cento dei casi in cui sono necessarie cure mediche può essere chiarito e quindi curato dal medico generico. Lo specialista si concentra su un organo, rispettivamente su un problema e, di regola, non guarda il paziente in modo integrale. Dato che lo specialista non conosce l'anamnesi precedente, non dispone di importanti informazioni. Molti esami e accertamenti vengono eseguiti due, o addirittura tre volte, in quanto, se il medico di famiglia non è coinvolto, manca il flusso di informazioni verso lo specialista.

Valutazione integrale del paziente

Per questi motivi ci si dovrebbe sempre rivolgere prima al medico di famiglia. Egli fa i primi accertamenti presta le prime cure. Svolge inoltre una funzione di selezione per le consultazioni presso specialisti, nel caso che non possa prestare lui stesso le cure necessarie. Si occupa però anche di altri problemi e preoccupazioni, come le

difficoltà psichiche o sociali, e valuta il paziente in modo integrale, tenendo conto anche del suo ambiente e della famiglia. In tale contesto il rapporto tra medico e paziente è fondamentale ed è al centro dell'approvvigionamento sanitario. Anche le cure a pazienti con malattie croniche sono un importante compito del medico di famiglia, che non può essere sostituito da uno specialista. Il medico di famiglia è il pilota, il coordinatore e l'accompagnatore di un settore sanitario sempre più complesso. È anche il medico che conosce il vissuto a l'anamnesi del paziente.

Immagine errata del medico

Molte persone pensano che il medico di famiglia sia quel medico che sa un po' di tutto, ma mai così bene come i relativi specialisti. Questa immagine non è corretta: nella medicina ci sono migliaia di diagnosi, ma il 98 per cento dei casi riguarda solo le 300 più frequenti. Il medico di famiglia è in grado di curare in modo competente la maggior parte dei pazienti. L'arte del medico di famiglia sta nel riconoscere quel 2 per cento dei casi che riguarda malattie più rare, per le quali è necessario mandare il paziente da uno specialista o ricoverarlo in ospedale. In concreto, il compito del medico di famiglia è quello di riconoscere, ad esempio, tra i 300 pazienti con il mal di pancia quello che ha un'appendicite acuta e deve quindi essere operato subito. Oltre ad ampie conoscenze specifiche, questo richiede anche tempo a sufficienza, interesse e comprensione nei confronti del paziente.

CONTINUA DALLA PAGINA PRECEDENTE



San Romerio

Foto: RZ

versanti orientali della catena montana, dalla valle dell'Adda in direzione del Bernina.

In parecchi posti se ne trovano tracce. Sopra l'Alpe Salina, ca. 3 Km a SE di S.Romerio, sotto il Banderola (o Pizzo Ometto) - la più alta cima di questa catena - all'altezza di circa 2200 m, si può vedere un lungo tratto selciato di questa vecchia strada.

S.Romerio non è un eremo sul quale la natura organica si estingue, come all'altezza del passo del S.Bernardo. Qui ci sono ancora oggi pascoli alpestri rigogliosi e, secondo i racconti dei vecchi, una volta il clima era assai dolce. La leggenda esagera senza dubbio quando racconta che a S.Romerio crescesse la vite e che non cadesse la neve.

Sicuramente è però certo che i monaci, a questa altitudine di 1795 m, coltivassero piante da frutta.

I monaci filantropi ricevevano, forse dalle persone vittime di incidenti da loro salvate e anche da altre, molti regali e ereditarono man mano importanti possedimenti a Poschiavo, Brusio e Tirano. Gli alpi e i monti più belli sul lato destro della vallata di Brusio erano, al tempo, di loro proprietà.

Nella chiesa vengono ancora conservate ossa di morti.

Verso la fine del 15° secolo, quando la strada di montagna alta già da tempo era stata sostituita da quella sul fondo della valle, si sciolse la comunità di questi "Volontari romiti" e l'Ospizio si trasformò gradatamente in un alpe. Dopo che i beni di S. Romerio furono

amministrati da famiglie milanesi, il Papa Leone X li attribuì nel 1517 alla Basilica della Madonna di Tirano, da poco costruita. Ancora oggi la stessa fa celebrare lassù ogni anno delle Messe. Nelle estati calde vi si recano sacerdoti valtellinesi per godersi la fresca aria degli alpi. La loro presenza viene annunciata alla sera da fuochi di gioia, ai quali rispondono altri religiosi dai monti valtellinesi.

Un interessante spettacolo viene offerto in questa stagione su queste alture dalla grande processione di Tirano. Già a partire dall'alba appare una quantità di uomini che, cantando e pregando durante tutta la notte raggiungono la chiesetta.

Davanti i sacerdoti con i paramenti seguiti da circa 200 membri di una confraternita in lunghi mantelli bianchi e da altri uomini e giovani.

Chi arriva oggi a S.Romerio non ha più bisogno dei Confratelli monaci che lo aiutano e lo rifocillano. Il ristoratore del posto sa esaudire ogni desiderio.

È bello poter vedere ancora, con gli occhi della fantasia, il cane rosso che protegge la misteriosa grotta e Romerio che, con un prodigioso salto, elimina il cattivo guardiano e si installa poi nella caverna e si inginocchia a pregare.

Guardando lo stupendo panorama che fa da sfondo alla chiesa sembra quasi di udire i canti e le preghiere dei pellegrini che da Tirano salivano lassù per ricordare con venerazione il Santo.

Pier Augusto Albrici

VITA DELL'ATE

Sfogliamo l'Animazione Terza Età

Volontariato

Negli scorsi mesi autunnali i volontari hanno ripreso puntualmente dopo la pausa estiva il loro servizio silenzioso, generoso e apprezzato nelle due istituzioni sanitarie della Valle, all'Ospedale San Sisto e in Casa Anziani. Anche nelle contrade i volontari della terza età sono presenti e attivi con idealismo ed efficienza.

Come noto una parte dei volontari dell'ATE interviene sotto forma di gruppo, cioè più persone propongono insieme e presentano un'attività specifica. Da alcuni anni il volontariato si esprime però anche tramite persone singole che si mettono a disposizione di singoli anziani in modo molto valido. In tutti i casi e in qualsiasi forma queste testimonianze di simpatia e di generosità verso la terza età vallerana sono molto apprezzate e umanamente molto preziose. Ciò è rallegrante per la nostra realtà di valle e perciò nutriamo verso i volontari sentimenti cordiali e sinceri di gratitudine e di profondo apprezzamento. Grazie di cuore!

Pranzo dei pensionati

Mariangela ha raccolto la felice eredità di volontariato del collaboratore Renato Tuena e lo scorso 24 ottobre ha proposto l'oramai tradizionale pranzo dei pensionati, questa volta all'Albergo Zarera. È stata una giornata piena di allegria, di incontri, di dialogo che

vale la pena ricordare e riproporre anche in futuro. La sessantina di partecipanti è stata rallegrata da uno squisito menu, dalla fisarmonica di Placido e dai giri di tombola delle volontarie. Chi vive questi incontri percepisce di per sé che la gioia dell'incontro è fatta di piccole cose, è fatta del dialogo semplice e schietto senza ricercare cose stravaganti. Nella semplicità della nostra realtà le persone si sentono bene insieme e così emergono sentimenti ed esperienze che sono il fondamento dell'ottimismo e del pensiero positivo. È importante che ciò emerga e venga valorizzato anche perché la vita a volte presenta sofferenza e solitudine. Perciò siamo grati a Mariangela e alle sue collaboratrici che manifestano la propria disponibilità nell'assumere il servizio di organizzare questi appuntamenti.

Buon Natale

A tutti gli anziani, ai pensionati, ai volontari, ai sostenitori e a tutte le loro famiglie il comitato dell'ATE esprime con particolare simpatia i migliori auguri di ogni bene per le feste di Natale e per l'Anno Nuovo. Auguriamo che la gioia di queste feste raggiunga ogni persona e riempi il cuore di ottimismo e di forza per superare le prove della vita che purtroppo non mancano mai! Auguri vivissimi!

A nome del comitato
il presidente
Franco Cramer-Droux

VIAGGI

Il Cammino di Santiago



Foto: EL

Ho avuto la fortuna di percorrere a piedi, assieme a Gisa e ad alcuni amici, il Camino Real Frances, ossia il percorso del Cammino di Santiago più frequentato e conosciuto dei cinque che da altrettanti punti della penisola iberica portano alla tomba di San Giacomo Apostolo appunto a Santiago di Compostela in Galizia.

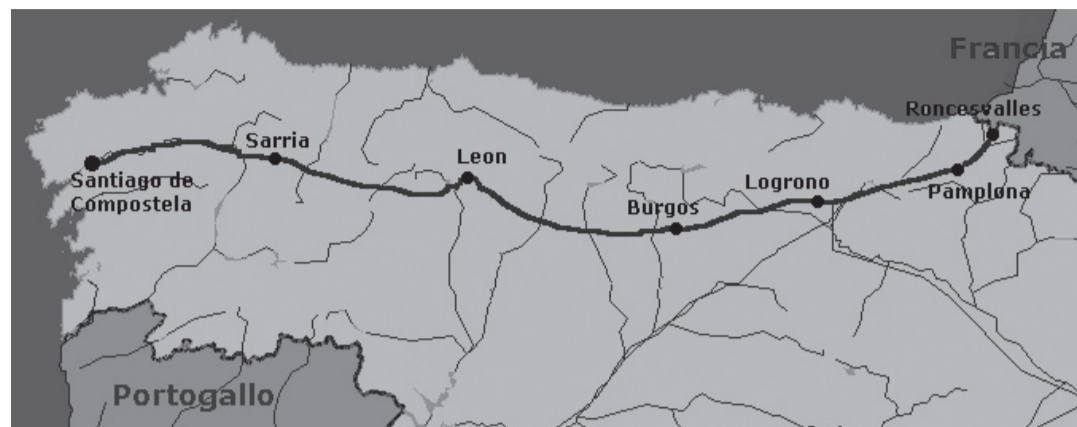
Con questo scritto vorrei testimoniare tutta la mia felicità al termine di questa esperienza, pur avendo percorso a piedi circa 800 km in 33 giorni, con uno zaino di dieci chili sulle spalle, sotto il sole "caliente" della Spagna.

Specifico subito che, contrariamente a gran parte dei molti pellegrini che annualmente si cimentano in questa avventura, per motivi pratici (non posso assentarmi per troppo tempo dal lavoro...) noi abbiamo suddiviso il per-

corso sull'arco alcuni anni; ogni anno abbiamo così compiuto una tratta, per poi riprendere l'anno successivo da dove eravamo rimasti.

IL CAMMINO

Il nostro cammino è iniziato dall'abbazia di Roncesvalles, la prima località in terra spagnola del Camino Frances, sui Pirenei a pochi chilometri dalla frontiera con la Francia. Abbiamo attraversato la Navarra, la Rioja, la Castiglia e la Galizia. Abbiamo visitato piccoli e sperduti villaggi e grandi città come Pamplona, Burgos e Leon. Il percorso ci ha portati dapprima attraverso i boschi pirenaici, poi fra le vigne della Rioja, sull'altipiano della Meseta fra immensi campi di grano, dove gli unici rumori erano il vento ed i nostri passi (e dove l'ombra dell'unico albero nel giro



di 10 km è diventata punto di incontro con un giovane pellegrino livignasco). Siamo saliti alla Cruz de Hierro sul valico di Foncebadón (1'517 m), per poi scendere e attraversare la fertile valle del Bierzo, quasi interamente coltivata a campi di girasole. Siamo entrati in Galizia da O Cebreiro e camminato in mezzo a stupendi boschi di castagni, eucalipti e mandorli fino a Santiago de Compostela.

LA STRADA

E' assolutamente impossibile perdersi perché, oltre a seguire le immancabili frecce gialle, è sufficiente camminare sempre verso Ovest: la mattina con la propria ombra dinanzi e il pomeriggio verso il sole che tramonta. Si cammina senza fretta, ognuno con il proprio ritmo, senza mete prefissate perché, come recita uno dei moti del pellegrinaggio trovato scritto su un muro di Pamplona, "Caminante no hay camino, il camino se hace al andar" (viandante non c'è la via, la via si fa andando).

Alla sera ci fermavamo per dormire e possiamo dire di aver dormito ovunque: soprattutto negli Albergue de peregrinos, speciali rifugi per i pellegrini, ma quando lì non trovavamo più posto, anche in semplici alberghetti privati, in una grande palestra con un centinaio di persone, in tenda, in una chiesa sconosciuta ed anche in un convento, dove abbiamo assistito ai Vespri cantati dei monaci benedettini.

LA GENTE

Gli altri pellegrini - Ne abbiamo incontrati tanti, in special modo durante l'ultima settimana in Galizia. Basta pensare che solo nel mese di agosto del 2008 sono state rilasciate oltre 21'000 Compostele (il documento rilasciato a chi percorre a piedi almeno gli ultimi 100 km del cammino). Lungo tutto il percorso abbiamo incontrato soprattutto spagnoli, ma anche molti italiani, francesi, brasiliani, tedeschi,

americani. Anche alcuni svizzeri, fra i quali due coppie partite a piedi da Berna. Per lo più camminano in piccoli gruppi e con i quali si scambiano impressioni, informazioni, riflessioni in un clima di amicizia e fraternità. Vorremo qui ricordarne solo alcuni: un cantante lirico veneziano e sua moglie, venuti poi a farci visita a Poschiavo; una famiglia di olandesi partita a piedi dalla porta di casa sei mesi prima, spingendo una carriola con dentro tutto il bagaglio; Manuel, barbone andaluso che da sei anni vive lungo il Cammino accompagnato dal suo cane fedele e che l'abbiamo ritrovato con piacere a due anni di distanza.

Gli hospitaleros - Sono le persone, per lo più volontarie, che gestiscono i rifugi e che offrono ai pellegrini un tetto, una doccia, consigli per la cura delle inevitabili vesciche ai piedi, talvolta una semplice colazione e soprattutto parole di conforto ed incoraggiamento.

La gente del posto - Meravigliosa, sempre disponibile, cordiale e generosa con i pellegrini nell'indicare la strada, nell'offrirvi qualcosa da mangiare o da bere. Ad Astorga, nel Bierzo, Gisa ha avuto un problema ad un piede: un automobilista l'ha accompagnata per una decina di chilometri da un medico che l'ha medicata gratuitamente, giustificandosi: "ognuno fa il proprio pellegrinaggio, chi camminando, chi aiutando coloro che bussano alla porta".

* * *

Se vi chiederete il perché di tanto entusiasmo per un pellegrinaggio, per un semplice camminare in mezzo alla natura, vi diremo che il Cammino di Santiago è una metafora del "cammino della vita" in quanto rappresenta in ogni suo istante un'esperienza indimenticabile che insegna a vivere.

Elvezio Lardi

Le nostre tappe:

Roncesvalles - Larrasoana	28 km	El Burgo Ranero - Mansilla de las Mulas	19 km
Larrasoana - Cizur Menor	21 km	Mansilla de las Mulas - León	19 km
Cizur Menor - Puente la Reina	22 km	León - Villar de Mazarife	22 km
Puente la Reina - Estella	22 km	Villar de Mazarife - Astorga	33 km
Estella - Torres del Rio	28 km	Astorga - Rabanal del Camino	21 km
Torres del Rio - Logrono	21 km	Rabanal del Camino - Molinaseca	27 km
Logrono - Najera	29 km	Molinaseca - Cacabelos	24 km
Najera - Santo Domingo de la Calzada	21 km	Cacabelos - Vega de Valcarce	27 km
Santo Domingo - Belorado	24 km	Vega de Valcarce - O'Cebreiro	11 km
Belorado - San Juan de Ortega	24 km	Pedrafita de Cebreiro - Triacastela	26 km
San Juan de Ortega - Burgos	27 km	Triacastela - Sarria	19 km
Burgos - Hornillos del Camino	19 km	Sarria - Portomarin	23 km
Hornillos del Camino - Castrojeriz	21 km	Portomarin - Palas de Rei	26 km
Castrojeriz - Fromista	25 km	Palas de Rei - Melide	14 km
Fromista - Carrion de los Condes	20 km	Melide - Arca	33 km
Carrion - Terradillos de Templarios	27 km	Arca - Santiago de Compostela	20 km
Terradillos de Temp. - El Burgo Ranero	31 km		



Foto: EL

La cultura, come tutte le cose belle e buone, appartiene a chi ne fa uso. I libri sono di chi legge

AVE MARIA

*E te ne vai Maria, fra l'altra gente
che si raccoglie intorno al tuo passare,
siepe di sguardi che non fanno male
nella stagione di essere madre.*

*Sai che fra un'ora forse piangerai
poi la tua mano nasconderà un sorriso
gioia e dolore hanno il confine incerto
nella stagione che illumina il viso.*

*Ave Maria, adesso che sei donna,
ave alle donne come te, Maria
femmine un giorno per un nuovo amore
povero o ricco, umile o Messia.
Femmine un giorno e poi madri per sempre
nella stagione che stagioni non sente.*

Fabrizio De André

RIFLESSIONI

Un mondo dipendente dalla terza età

Sono sempre molto cauto nell'usare termini quali terza età, anziano o vecchio perché ho il timore divenir frainteso. I motivi di tale ritrosia sono da ricercare, o per lo meno così presumo, nella mia istruzione e fors'anche nella mia sensibilità. Ricordo che durante gli anni delle elementari sia in famiglia che a scuola veniva tassativamente proibito di rivolgersi ad una persona avanti con gli anni col vocabolo «vecchio»; bisognava usare il più *politicamente corretto* «anziano». Un dramma per un ragazzo cresciuto a pane e dialetto, e che pertanto usava comunemente la parola «vec'». Provate ad immaginare la confusione in testa che regnava nella mia testa quando mi ritrovavo a dover distinguere fra un termine ritenuto dispregiativo - vecchio - e lo stesso che invece da sempre a connotazione positiva - «vec'» -. A complicare il tutto il fatto che «vec'», a quei tempi, non aveva sinonimi in dialetto («anzian» era, ed è forse ancor'oggi, non proprio del dialetto «pusc'ciavin»). Lungi da me il pensiero di offendere qualcuno, mi ritrovavo sempre nella condizione di prestare attenzione al vocabolario che intendevo usare. Se per altri termini tale problema si è risolto con gli anni, così non è stato per «anziano» e «vecchio». Se da un canto, come avrete potuto comprendere, ho sempre provato ritrosia a confrontarmi con il termine vecchio e i suoi derivati, dall'altro invece mi sono sempre trovato a mio agio nell'interloquire con persone anziane, o, per meglio dire, con voi che siete i destinatari di questo speciale inserto del «Grigri».

Ovunque mi trovi sono irresistibilmente attratto da quei capannelli di anziani che affollano le panchine delle piazze o dei parchi, non da ultimi anche quelli della nostra Valposchiavo.

Sempre con molta discrezione - mai vorrei essere invadente e ancor meno ascoltare discorsi personali - e tanto rispetto mi piace aggregarmi alla discussione, anche se, il più delle volte, mi limito solo ad ascoltare. Quanto cose si possono imparare dalla saggezza del vissuto e dalla tranquillità di chi sa d'aver fornito il proprio contributo allo sviluppo della nostra società.

Contributo che sempre più spesso non si esaurisce con l'abbandono della vita lavorativa, al contrario, col passare degli anni, è divenuto sempre più prezioso. L'evoluzione dell'economia basata sul capitale ha allargato sempre più i suoi tentacoli modificando in maniera fors'anche troppo rapida le nostre abitudini e la nostra quotidianità. Se sino a qualche anno fa il nostro sistema economico si basava su due pilastri - le persone in formazione professionale e i

lavoratori effettivi - , oggi, per contro, si è passati ad un modello a tre, che vede sempre più coinvolti gli anziani. Ritmi di lavoro troppo asfissianti, ristrettezze economiche, necessità di contare sulla doppia busta paga, disoccupazione, integrazione dei giovani nel mondo del lavoro sempre più difficile, globalizzazione e incertezza sul futuro sono solo alcune delle problematiche che stanno



La nonna che si prende cura della nipote: una realtà sempre più affermata

Foto: AP

affliggendo il mondo e valorizzando la figura dell'anziano nel mondo dell'economia.

Per trovare conferma a tale affermazione è sufficiente guardarsi attorno. Sono sempre più i «nonni» *obbligati* dalle circostanze - necessità per entrambi i genitori di lavorare per sbarcare il lunario e famiglie monoparentali per citare due esempi - a prendersi cura dei propri nipoti oppure chiamati in causa per aiutare finanziariamente i figli o ancora impegnati nella manutenzione ordinaria e straordinaria degli immobili di famiglia. Senza poi citare quella fetta di pensionati che svolgono per figli e nipoti attività così dette invisibili, quali cucinare, lavare i panni, stirare, spaccare la legna, spalare la neve, rasare l'erba e via di seguito. Considerato in quest'ottica, ben si comprende che il nostro sistema economico sarebbe destinato a collassare senza la spinta fornita dal mondo della terza età, in quanto verrebbero a mancare quei lavoratori sgravati nell'economia personale dall'intervento degli anziani.

Certo, qualcuno potrebbe essere tentato di affermare che per secoli l'uomo è stato obbligato a lavorare per tutta la vita e che il pensionamento è solo un privilegio acquisito da poco. Affermare il contrario significherebbe negare l'evidenza. Ciò nonostante la situazione d'oggi è molto diversa. In primo

luogo, nei secoli scorsi, l'uomo - inteso come essere umano e quindi maschio e femmina - era obbligato a lavorare sino all'ultimo dei suoi giorni per mantenere non solo la famiglia ma anche se stesso (modello a due pilastri, per l'appunto) e, secondariamente, le aspettative di vita erano molto meno elevate.

Ma l'importanza dell'anziano nella società odierna ha un'ulteriore valenza

che non possiamo ignorare e, che in futuro neanche troppo lontano, è destinata a ricoprire sempre più importanza. Già oggi molte società riescono a sopravvivere solo ed esclusivamente grazie al lavoro di volontariato prestato da coloro che si *godono* la pensione. L'anziano che aiuta l'anziano è già una realtà assodata. Si pensi ai tanti volontari che distribuiscono i pasti per la SpiteX, senza l'apporto dei quali i costi di tale operazione non sarebbero sostenibili. Per non parlare delle prestazioni a costo zero, quelle che alle nostre latitudini amiamo definire «n plasé», ma che invece sono vere e proprie opere di volontariato. In questo senso ben s'integrano le tante attività promosse proprio dall'ATE che vedono sempre più persone anziane impegnate per offrire momenti di svago e comunione. Non di meno negli ultimi tempi abbiamo assistito al boom di un altro fenomeno di volontariato, ovvero quello d'aggregazione. Sono sempre più le società, le associazioni e gli enti che sono divenuti dipendenti dall'intraprendenza degli ultrasessantacinquenni. La creazione del Giardino dei ghiacciai di Cavaglia, vanto del nostro turismo, è una realtà che per buona parte si deve al lavoro prestato da molti pensionati.

Le attività sociali di svago sono sempre più impregnate dall'impegno dedicato dagli anziani, che, per puro piacere, si mettono a disposizione per ricoprire cariche di comitato, occuparsi di magazzini, sorvegliare infrastrutture, coordinare attività, insomma svolgere tutti quei lavori invisibili ma indispensabili per il buon funzionamento di qualsivoglia sodalizio. Un trend che quasi certamente è destinato a caratterizzare sempre più la società del futuro.

Inutile, a questo punto, soffermarsi sull'importanza di poter attingere all'esperienza della terza età per risolvere determinati problemi che esulano dalla nostra quotidianità, o che richiedono quella manualità ed ingegno tipico d'altri tempi.

Considerando tutti queste argomentazioni ben si comprende che la nostra società è passata da un ciclo a due fasi - «gioventù» e «adulto» - ad una

a tre, nella quale l'insieme «adulto» si è scisso in «adulto economicamente attivo» e «pensionato garante dell'equilibrio sociale».

Una realtà che però sembra non essersi ancora radicata nel nostro modo di pensare. La continua pressione esercitata per alzare l'età di pensionamento in maniera indiscriminata - ovvero senza tener conto dell'attività professionale che si svolge - rischia di minare un equilibrio già precario e duramente messo alla prova dalla recente crisi economica. Se è indiscutibile che le casse dell'AVS piangono e aumentare la soglia d'uscita dal mondo del lavoro retribuito potrebbe sembrare un toccasana - maggiori entrate nelle casse e minori emissioni -, al contrario, invece, rischia di rivelarsi una bomba ad orologeria. Venendo a mancare uno dei tre pilastri su cui ormai abbiamo poggiato la nostra società, essa rischia di inclinarsi pericolosamente e nella peggiore delle ipotesi di crollare con conseguenze inimmaginabili. D'altro canto la disoccupazione giovanile - si è già iniziato ad aver problemi nell'offrire un posto di tirocinio per ogni giovane - continua a dilagare con conseguenze che sono dinanzi ai nostri occhi: aumento dei costi sociali, mancanza di personale formato e specializzato, difficoltà nel formare nuove famiglie e via di seguito. così facendo stiamo veramente rischiando di andare alla deriva.

Aggregando queste due ultime considerazioni sembrerebbe che la soluzione sia a portata di mano. Sfruttando l'esperienza accumulata in anni di attività lavorativa delle persone che si avvicinano all'età di pensionamento si potrebbero formare i giovani con maggiore attenzione, evitando così di intaccare il ciclo produttivo e quindi gravare sulle finanze aziendali. Ogni persona in formazione verrebbe seguita con meticolosa attenzione da un professionista di vasta esperienza, mentre il giovane, dal canto suo, metterebbe a disposizione dell'azienda tutta la sua forza fisica e la sua freschezza mentale. Una soluzione che richiederebbe un minimo sforzo da parte dello stato che contemporaneamente ne trarrebbe però grande giovamento.

In conclusione vorrei dedicare due parole a quelle persone che potrebbero sentirsi esclusi da quanto illustrato sopra. Il mio invito è quello di voler prestare maggior attenzione non solo a ciò che si è fatto durante la vita lavorativa, bensì a ciò che ogni giorno si continua a fare. Anche solo regalare un sorriso è un gesto che ha un valore enorme di questi tempi caratterizzati sempre più spesso dalla poca attenzione verso i gesti di gratitudine. Piccoli gesti che sono un toccasana per l'animo umano, che mai come oggi ha bisogno di essere valorizzato.

Ecco, questo è la realtà dell'anziano, un mondo sommerso e poco appariscente, ma indiscutibilmente indispensabile per il bene della comunità.

Antonio Platz



Capannelli di anziani

Foto: AP

Manda le tue esperienze,
le tue opinioni,
i tuoi racconti
e ORIZZONTI
sarà sempre
più interessante!