



**CISL**  
SONDRIO

# Anteas in...forma

Speciale n. 4



**ASSOCIAZIONE NAZIONALE TERZA ETÀ ATTIVA PER LA SOLIDARIETÀ**

NOTIZIARIO SINDACALE CISL - Unione Sindacale Territoriale di Sondrio - ANNO XXIX - N. 12 del 25 novembre 2013  
Poste Italiane SpA - Spedizione in Abbonamento Postale - 70% DCB SONDRIO

## TERZA ETÀ: TERZA VITA?

È la domanda che l'Anteas si è posta, sollecitata dalla celebrazione del 2012 anno europeo dell'invecchiamento attivo e della solidarietà tra le generazioni, e che ha dato il nome al convegno svoltosi il 19 ottobre scorso, a Sondrio, presso la Sala Vitali del Credito Valtellinese.

In apertura del convegno, la presidente Angela Giana ha illustrato il programma dell'incontro e i motivi

che lo hanno ispirato, tra questi la consapevolezza di quanto sia importante diffondere la conoscenza delle varie esperienze di invecchiamento attivo, sia quelle promosse dall'Anteas, da sempre impegnata a favorire l'invecchiamento attivo, sia quelle compiute in tante e diverse organizzazioni di volontariato presenti in provincia. Tutte infatti, ha affermato la Presidente, sono meri-

tevoli di essere conosciute perché rappresentano positivi esempi da seguire e mettono in discussione quella idea di vecchiaia come tempo residuale che si è consolidata nell'attuale cultura in cui giovinezza, forza e bellezza sono considerate valori fondamentali che danno senso e dignità alla vita.

È stato quindi proiettato il filmato "TERZA VITA - Storie di invecchia-



mento attivo in provincia di Sondrio” prodotto dall’Anteas con la regia di Mattia Canovi e Valentina Porcellana, nel quale, attraverso interviste, sono state presentate esperienze di persone “in terza età” che vivono attivamente questa fase della loro vita, impegnandosi nel volontariato o nella propria comunità, dentro organizzazioni formali o anche fuori.

La dott. Valentina Porcellana, antropologa presso l’Università di Torino che ha seguito come consulente scientifico tutto il percorso fino alla registrazione delle storie, ha commentato il filmato evidenziandone il valore e la pertinenza al tema dell’invecchiamento attivo.

L’incontro è proseguito con la tavola rotonda, costituita da persone competenti impegnate a diverso titolo in attività connesse al tema dell’invecchiamento, e coordinata dalla dott. Barbara Silvestri; il confronto ha dato un importante contributo di approfondimento alla riflessione proposta.

Riportiamo, nelle pagine che seguono, alcuni spunti contenuti negli interventi che riteniamo utile ricordare, non potendo in poco



spazio riprodurre la ricchezza del dibattito.

Significativo, oltre che gradito al pubblico in sala, è stato il canto eseguito nell’intervallo dai cantori Anteas guidati dal maestro Terenzio Della Fonte. Il loro entusiasmo e la voglia di mettersi alla prova in una situazione per loro inconsueta, hanno dato un esempio concreto di invecchiamento attivo, confermando il messaggio che il convegno ha

voluto lanciare: sì la terza età può essere terza vita se tutti, singoli cittadini, cominciando in giovane età, associazioni di volontariato e istituzioni pubbliche si impegnano, ciascuno per la propria parte di responsabilità e di competenza, a creare le condizioni favorevoli perchè ciò si realizzi; messaggio che Barbara Silvestri ha ben sintetizzato affermando: “È un po’ come dire: prendiamoci cura di noi!”



## LA TAVOLA ROTONDA



### **ATTILIO RIMOLDI**

*Segretario nazionale del sindacato pensionati FNP-CISL*

#### **GENERAZIONI SOLIDALI**

Devo premettere che il bellissimo filmato su alcune delle attività di volontariato presenti in Valtellina è ovviamente solo uno spaccato ma molto significativo; esso mette chiaramente in luce che si può invecchiare continuando ad essere una risorsa per tutta la società oltre che per la propria famiglia. A questo riguardo non si può ignorare l'importanza del rapporto fra le generazioni, attualmente caratterizzato da una infinità di esempi di azioni solidali, di sostegni di ogni genere che gli anziani rivolgono alle altre generazioni e non solo all'interno delle proprie famiglie.

Ci preme il rapporto con i giovani: abbiamo organizzato il Festival delle Generazioni tenutosi a Firenze nel 2012, che ha coinvolto, per diversi giorni, centinaia e centinaia di giovani e anziani, di tutta Italia, in dibattiti sociali, attività culturali e ricreative. E' nostra intenzione far diventare questa iniziativa un momento permanente della nostra azione.



### **CECILIA MARCHISIO**

*Docente di Pedagogia Speciale - Università di Torino*

#### **ABITARE L'ANZIANITÀ**

Oggi tendiamo a vivere questa fase della vita un po' come si abita la casa delle vacanze: sapendo che ci stiamo lì poco tempo, non ci curiamo molto di quella casa, dei suoi arredi, dei suoi spazi ecc... Nella casa in cui viviamo, vogliamo invece scegliere le cose, pensarci, progettarle, perché vogliamo starci bene, muoverci con agio. Se pensiamo all'arco della nostra vita quante cose succedono, facciamo, costruiamo da 0 a 20 anni? da 20 a 40? da 40 a 60? Tantissime. E sono fasi per le quali progettiamo, ci prepariamo.

L'anzianità, che di norma dura un ventennio, possiamo dire dai 60 agli 80 anni, tendiamo a percepirla come un tempo breve, a cui non ci prepariamo, non ci pensiamo, come la casa delle vacanze che abitiamo poco. Pensiamo che la vita esaurisce le sue possibilità con l'età adulta, il tempo dopo è un residuo. Invece è un tempo che possiamo vivere in modo attivo. Per fare questo dobbiamo prepararci, progettarla di più, ad esempio, impegnando risorse ed energie nella formazione: formazione agli anziani, perché si rendano consapevoli delle loro risorse e possibilità; formazione ai giovani: perché costruiscano un'idea diversa dell'anzianità; formazione ai decisori: perché facciano scelte adeguate.



### **PAOLO PROH**

*Responsabile Unità Operativa Fragilità - Dipartimento Assi Asl Sondrio*

#### **VITA E VITALITÀ**

Il video e le belle storie raccontate ci rimandano al tema “vita e vitalità”: non sempre stanno insieme come in queste esperienze, a volte c'è vita, si è vivi ma si è spenti. La vitalità va coltivata con i propri stili di vita, le proprie progettualità, le relazioni...

Ci sono esperienze interessanti in altri paesi che prevedono anche un dolce passaggio verso la pensione come la riduzione dell'orario di lavoro con tutta una serie di opportunità.

Nell'anzianità ci sono caratteristiche comuni ma anche le specificità di ognuno e le caratteristiche proprie di contesto. Noi come ASL cerchiamo di diversificare il più possibile gli interventi per andare incontro ai diversi bisogni (Case di riposo, Centri diurni, interventi domiciliari, ecc...).

### **ALCIDE MOLTENI**

*Sindaco di Sondrio*

#### **IL RUMORE SILENZIOSO DEL FARE**

Considero le esperienze di volontariato e di impegno civico che abbiamo ascoltato e visto nel video come “la società di mezzo” (utilizzando un concetto sociologico di Bonomi): il vostro ruolo è quello di “tirar giù, in basso” quelli che tendono a “stare sopra”, quelli che per status sociale o atteggiamento tendono a stare in alto, pronti a lamentarsi, a segnalare i problemi e pretendere che siano sempre gli altri ad intervenire, che tendono ad urlare ma non fanno...

Voi con il vostro lavorare insieme, il vostro fare, dimostrate che ognuno deve e può fare qualcosa... Abbiamo bisogno di condividere progetti, di condividere e costruire valori comuni, di lavorare insieme. Possiamo chiamarlo “il rumore silenzioso del fare” che non si sente ma costruisce.



### **GABRIELLA BERTAZZINI**

*Presidente del Centro Servizi Volontariato L.A. Vo.PS.*

#### **METTERSI IN RETE**

Occorre favorire i processi di unificazione tra le associazioni di volontariato, alcuni già in atto, e promuoverne di nuovi in modo da evitare duplicati o frammentazione sociale. Unirsi nella definizione degli obiettivi, ragionare insieme sulle azioni da intraprendere, ridistribuire e utilizzare razionalmente le risorse diventa la strategia vincente per crescere come associazioni e per ottenere risultati importanti.

Il Centro servizi Volontariato si sta impegnando su questo fronte tenendo conto anche dell'importanza di collaborare anche con le istituzioni per progettare insieme interventi in cui il volontariato può dare un contributo significativo.

## IL DIBATTITO

Pubblichiamo le osservazioni scritte su foglietti che i partecipanti al convegno, invitati al dibattito con questa modalità, hanno espresso e consegnato di volta in volta al tavolo, nel corso della discussione; essi arricchiscono la riflessione proposta dal convegno e dimostrano l'attenzione e l'interesse con cui i lavori sono stati seguiti.

Oltre che credere di fare qualche cosa di utile per le persone più deboli e in difficoltà è un arricchimento continuo per me e un modo per sentirti più giovane e pimpante.

Aver visto il documentario mi ha fatto sentire ancora più utile e orgoglioso di far parte di questa associazione.

Cosa c'è di più bello che donare, donare, donare un po' del nostro tempo libero a chi ne ha bisogno.

Da questo incontro ho capito, che a una certa età avanzata bisogna avere sempre degli interessi (mente, lavori manuali, aiutare chi ha bisogno)

Difficoltà di "vitalità" di volontariato del singolo ("single") orfano (maggiore maschile e meno femminile) di coppia (vedovi). Mancanza di "offerta" associativa?!

Abbiamo oggi l'occasione di ringraziare pubblicamente, a nome di tutti gli Ospiti, la direzione e il personale, i dirigenti di Anteas ed in special modo il coro che con le proprie esibizioni è intervenuto presso il nostro Ente intrattenendo con canti e momenti gioiosi i nostri anziani.

Nella consapevolezza che queste iniziative verranno programmate anche in futuro, ci uniamo rinnovando i nostri ringraziamenti. Il consiglio di Amministrazione della Casa di Riposo di Talamona.

Credo che la nostra generazione sia "pilota" nell'esperienza del volontariato, originata anche dall'esperienza di vita non certamente facile e agiata. Necessita mantenere uno stretto legame con i giovani che, avendo una vita più facilitata, tenderanno ad essere più individualisti e forse meno sensibili.

Vorrei tanto che queste testimonianze le vedessero alcune mie colleghe cadute in depressione dopo il pensionamento. Quante cose si possono fare avendo tempo libero! Ottima iniziativa di Anteas! Complimenti a Barbara Silvestri e a LAVOPS.

CON L'AVVICINARSI DELLE FESTIVITÀ  
L'ANTEAS DI SONDRIO AUGURA A TUTTI  
BUONE FESTE

Quando si è in pensione, se si ha ancora voglia di essere utili, si deve fare volontariato e insegnare ai giovani le proprie esperienze.

I primi a dare il buon esempio dovrebbero essere i politici: dovrebbero fare i presidenti onorari e avere solo il rimborso spese.

Io non penso che l'anziano vada educato perchè in età adulta ci si arriva con il bagaglio a volte molto pesante, di quello che è stata la nostra vita - sarebbe molto utile educare il bambino ad affrontare con più serenità il percorso non sempre facile per poter poi vivere la vecchiaia con consapevolezza.

Il mio pensiero va a pensare a quelle persone che hanno tanto tempo non sanno come passare la giornata, e non si rendono conto che potrebbero dare tanto mantenendosi attivi e giovani sempre.

Per la mia esperienza di volontario una cosa che mi fa molto piacere è che nell'associazione non esistono ceti sociali. Io non chiamo mai anziani ma diversamente giovani i volontari. Noi riceviamo molto di più di quello che diamo.

Splendido  
arcobaleno di vita  
e vitalità dei...  
Giovani di un  
tempo

Quali strumenti la Cisl e Anteas può mettere in campo per intercettare i nuovi pensionati e inserirli nel mondo del volontariato.

La gioia che si legge nello sguardo degli intervistati è benefica e spero e auguro sia contagiosa.

Ho avuto modo di conoscere in quanti modi si può essere utili a se stessi ed agli altri, anche nella terza età. È stato interessante.

Filmato = Terza età - anziani = rapporto con persone più anziane e rapporto con i giovani (intergenerazionale).  
Emerge che impegnarsi non rappresenta un "segmento" della nostra vita, ma la continuità di un'intera esistenza. Importante sono i ricordi; questi ci aiutano ad attualizzarci oggi con il valore dell'impegno per gli altri e dà ancora speranza per un recente domani dove nostri stili di vita e capacità di relazione verranno portati avanti dagli "anziani di domani" cioè i giovani di oggi. Garanzia di speranza.

[www.anteas-sondrio.it](http://www.anteas-sondrio.it)