

**COLLEGAMENTO  
CON GLI ISCRITTI  
ALLE UNIVERSITÀ**

# A Giornale digitale

Direzione: Via della Racchetta, 9c - 36100 Vicenza - tel. 0444 541860 - e-mail: segreteria@univia.it - Direttore responsabile: Giuseppe Dal Ferro - Mensile registrato al Tribunale di Vicenza n. 937 in data 23-09-1998 - Iscrizione ROC: 11424 - Poste Italiane s.p.a. - Spedizione in abbonamento postale D.L. 353/2003 (conv. in L. 27/2/2004 n. 46) - art. 1, comma 1 DCB Vicenza - Stampa CTO/VI - Spedizione riservata agli iscritti

## UNA PROPOSTA PER PROMUOVERE E RIAVVIARE ATTIVITÀ

### PRESENZA NEI SOCIAL

*In questo periodo di forzata sospensione delle attività per cercare di essere vicini agli iscritti dell'Università, la Direzione ha attivato anche i social collegati all'istituzione:*

- *Università Adulti/Anziani di Vicenza - Pagina Facebook*
- *Vicenza Università adulti - Canale Youtube*

*Per rispondere alle richieste dei corsisti pubblichiamo settimanalmente brevi lezioni e approfondimenti, che vengono diffusi anche tramite WhatsApp dai coordinatori e segretari delle varie sedi.*

*Siamo consapevoli che questi interventi non possono sostituire l'attività in presenza e la socialità che la accompagna. Ma quali alternative per raggiungere i corsisti se è pressoché vietato incontrarsi di persona? Il divario tecnologico è un problema che colpisce soprattutto la popolazione anziana e che deve essere affrontato a livello nazionale e intergenerazionale quanto prima.*

**L'**Associazione di promozione sociale Cultura e Culture affianca la Fondazione Università adulti/anziani quale strumento per creare condivisione e partecipazione. I soci sono quanti condividono le finalità e corsisti impegnati in attività di animazione e di docenza gratuita (club delle professionalità). Per loro assicura l'aggiornamento metodologico e valorizza il contributo per alcune proposte aggiuntive (come costruire presenze nelle frazioni, moltiplicando l'offerta di occasioni socio-culturali tipiche dell'Università).

Il progetto intitolato "Doppio binario. Azioni di promozione dell'età adulta e anziana", riconosciuto e finanziato dalla Regione Veneto, vuole sostenere la vita di relazione nella comunità di appartenenza, impegnando le persone, che hanno perduto il ritmo della giornata, a riconnettersi, grazie ad un potenziamento della rete territoriale locale, composta da soggetti che possono generare un welfare comunitario.

L'emergenza sanitaria, che purtroppo si protrae nel tempo, ha dimostrato come la rete del volontariato all'interno dei tessuti sociali abbia stimolato nuove forme di gratuità e accompagnato nuovi volontari nel mettersi in gioco in prima battuta.

Il progetto è stato ideato per i residenti delle frazioni da noi ritenuti con maggiori difficoltà di relazione. Le iniziative erano state pensate prevalentemente per i mesi invernali e progressivamente rallentate per permettere momenti di lavoro creativo personalizzato sostenuto da volontari, ma fatto conoscere sui social media nei Comuni di residenza. Se il progetto intende sostenere l'anzianità e la vita di relazione, impegnando le persone che

### PROGETTO DOPPIO BINARIO

hanno perduto il ritmo della giornata a riconnettersi, la situazione pandemica perdurante ci obbliga ad uno spostamento temporale. Ci auguriamo di poter quanto prima avviare la realizzazione e per questo invitiamo tutti a manifestare la volontà di frequenza.

Il progetto si realizza nelle periferie del contesto cittadino e nelle frazioni di alcuni centri minori provinciali. Sono partner i Comuni di: Arzignano, Brendola, Caltrano, Camisano Vicentino, Chiuppano, Costabissara, Dueville, Gazzo Padovano, Grisignano, Montecchio Maggiore, Sandrigo, Villaverla, Associazione Cultura e Vita.

Hanno dimostrato anche altre attenzione le Amministrazioni comunali.

Le sedi operative saranno una quarantina e coinvolgeranno circa 600 persone con corsi di psicologia, conoscenza del territorio, archeologia locale, lettura del giornale, problemi ambientali disegno, pittura, scrittura creativa, incisione, civiltà antiche, autobiografia, tradizioni popolari. Il rapporto tra docenti retribuiti e docenti volontari è di 24 a 24. Tutta l'organizzazione deve essere garantita da volontari, nello spirito del progetto, coinvolgendo altre persone disponibili a garantire servizi culturali per attività pregressa.

L'avvio pensato per febbraio resta alquanto incerto, speriamo nella realizzazione da maggio in avanti, con occasionali mostre per esporre i risultati delle attività laboratoriali e redazione di brevi sussidi per i seminari di impronta più culturale.

# COSA DICONO LE STATISTICHE

**“L’** emergenza Covid-19, primi sintomi di impatto sociale e prospettive nel nuovo periodo” è il titolo di una ricerca presentata ad inizio 2021 e pubblicata sul sito Spazio50.it, portale web della 50&Più Confcommercio nazionale, l’associazione degli anziani del terziario, con cui attuiamo il meeting della creatività. La ricerca è stata svolta da Format Research per conto della nostra associazione e ha avuto l’obiettivo di rilevare e descrivere i sentimenti dei cittadini italiani e dei soci di 50&Più nei confronti delle difficoltà vissute durante la pandemia e delle prospettive per il futuro. Si tratta di un lavoro molto articolato che offre uno spaccato intergenerazionale molto interessante e ci fornisce numerosi spunti di riflessione sul ruolo sociale della “generazione over” sia soci sia non iscritti.

Vediamone brevemente alcuni elementi. Prima di tutto emerge che la capacità di rimanere ancorati alle cose essenziali, oggi, è necessaria, perché il presente ci impone una serie di vincoli a cui non possiamo ancora sottrarci, ma proprio per questo anche la capacità di guardare oltre le limitazioni del presente è più che mai vitale. Che la famiglia sia l’ambito su cui investire nei prossimi anni, lo sostiene il 72,4% degli intervistati tra i 65 e gli 85 anni. Del resto, questa priorità è avvertita anche dalle generazioni più giovani, sebbene in misura minore. Ciò che colpisce è che solo a enorme distanza compaiono per gli over 65 altre necessità

come il desiderio di investire per il benessere psicofisico (31,1%), per la comunità (25,3%) e la crescita personale (14,6%).

## *Collante del nucleo familiare*

Gli anziani sono dunque il collante del nucleo familiare, un aspetto fondamentale in un periodo di distanziamento sociale, con le relazioni che si sono conseguentemente allentate. Sono gli anziani ad essere un punto di riferimento sicuro in un periodo di grandi incertezze. Sicuro al punto da aiutare anche economicamente i propri figli e nipoti colpiti pesantemente dai riflessi economici della pandemia: circa il 50% dei pensionati intervistati ha supportato economicamente la propria famiglia in questi mesi. Il sostegno della così detta “terza età” deve dunque tornare ad occupare i primi posti nelle priorità future del Paese, non solo perché questa generazione è stata duramente colpita nella salute dalla pandemia, ma anche perché rappresenta una risorsa di fiducia e di esperienza utile per i tempi che stiamo vivendo.

Sempre legato al bisogno di socialità è il capitolo relativo al digitale e alle nuove tecnologie che ci hanno aiutato a rimanere “connessi”. Secondo i dati raccolti con il sondaggio di 50&Più, più del 57% dei cittadini intervistati non ha vissuto situazioni difficili legate all’utilizzo delle tecnologie digitali, ma il dato scende al 41% quando si tratta degli associati, dunque dei più anziani: quindi la “generazione over” ha avuto chiara-

mente delle difficoltà, al punto che il 39% dei soci ha sentito la necessità di migliorare le proprie competenze informatiche. Non a caso l’aumento delle conoscenze digitali è una delle direttrici di impegno della 50&Più di Vicenza.

## *Anziani e salute*

Un altro aspetto su cui prestare attenzione è emerso in un’altra ricerca riferita al periodo agosto-novembre 2020 realizzata da Passi d’Argento - il sistema di sorveglianza sanitaria per gli over 65 coordinato dall’Istituto Superiore di Sanità. L’indagine evidenziava come il 44% degli ultrasessantacinquenni aveva dichiarato di aver rinunciato, nei 12 mesi precedenti, almeno ad una visita medica o esame diagnostico di cui aveva bisogno e che questa decisione era stata motivata nel 28% dei casi dalla sospensione del servizio e per il 16% dei casi per la paura del contagio. Si tratta di un segnale preoccupante, perché questo significa che indirettamente il Covid-19 rischia anche di peggiorare i livelli di benessere complessivo della popolazione più anziana, che si fonda non solo sulla cura, ma anche sulla prevenzione. Chiaro allora che una popolazione fragile, ma importante come quella “over”, deve essere salvaguardata in ogni modo, anche nell’accesso alle cure in un periodo di pur comprensibile forte pressione ospedaliera.

**FIorenzo MARCATO**  
presidente 50&Più Confcommercio  
di Vicenza

## RIPROGETTARSI E RIMETTERSI IN GIOCO

L’iniziativa, riconosciuta e finanziata dalla Regione Veneto, si è sviluppata durante l’estate con 81 incontri ed è proseguita con tirocini guidati. Poiché non c’è stata la possibilità di attuare la proposta nelle sedi di Bassano del Grappa, Cassola, Creazzo, Cornedo Vicentino, Valdagno ed Ovest Vicentino, ci auguriamo che la primavera ci permetta l’attuazione. Scopo del progetto è individuare altri giovani pensionati disposti a dedicare del tempo ai coetanei per una presenza significativa nelle comunità di residenza.



# FAMIGLIE E PANDEMIA

**L**a solitudine è la sensazione di essere profondamente soli come se non si avesse alcuna possibilità di ricevere aiuto, supporto ed affetto. In alcuni casi ci si sente attanagliati dal terrore appena percepiamo la possibilità di non poter reclamare vicinanza. Questa situazione ha risvegliato in molti, sensazioni di paura. I legami ci aiutano a sviluppare le nostre capacità di regolazione emotiva e le relazioni, in tale direzione, hanno una funzione fondamentale per il mantenimento del nostro benessere e per la ricerca della reciprocità.

Le implicazioni nella famiglia dell'attuale pandemia, possono essere affrontate sotto numerosi aspetti. Sul comportamento, lo stato di benessere o di disagio dei giovani in casa, il rapporto figli-genitori, lo stato di benessere dei genitori, la riorganizzazione dei tempi familiari, l'isolamento sociale.

L'Unicef Italia, assieme al Dipartimento educazione dell'Università di Roma Tre, ha effettuato una inchiesta approfondita, con un questionario distribuito in tutta Italia, che in qualche modo ha fotografato le nuove dinamiche familiari, i disagi psicologici, il cambiamento di vita dei membri della famiglia italiana di fronte alla pandemia. È stato rilevato che ben il 48 per cento di famiglie italiane ha vissuto o sta vivendo l'esperienza dello smartworking di almeno uno dei genitori, che la famiglia ha dovuto riorganizzare tempi e spazi domestici in funzione sia della didattica a distanza, sia dello stesso smartworking. L'inchiesta ha anche rilevato che il 69,5 per cento dei "caregiver" familiari, ha visto un aumento significativo di lavoro.

Quello che però il questionario dell'Unicef non ha potuto rilevare, e leggere, anche perché oggettivamente difficile da quantificare, è l'impatto che la pandemia, il *lockdown* hanno avuto sulla relazione di coppia.

La presente riflessione vorrebbe invece affrontare ed approfondire

questo aspetto del problema. Lo vorrebbe fare cercando di portare a galla le esperienze di alcune nostre coppie del Vicentino.

La vita di relazione a due è un lungo viaggio, segnato da tappe, cambiamenti, ristrutturazioni, periodi di pause, di riprese, di rilanci, di ridefinizioni del rapporto. Questa della pandemia è una stagione che nessuna famiglia aveva messo in conto. Essa si è rivelata per la vita di coppia talvolta come uno stress-test, un momento forte in cui sono venuti a galla tantissimi nodi, tanti aspetti che forse erano finiti un po' sotto-traccia. La pandemia ha provocato

**La pandemia e le forzate nuove abitudini hanno talora effetti devastanti. Nelle persone sole la trascuratezza ed i cambi di abitudini possono provocare tensione nelle relazioni.**

nella vita quotidiana della coppia il cambiamento di due "intensità", con dimensioni opposte: l'intensità spaziale, che è aumentata, con membri della famiglia costretti a vivere contemporaneamente insieme nello stesso ambiente fisico, con vissuti quotidiani materialmente più vicini. Questa distanza più ravvicinata ha causato e continua a causare non poche ansie, forme di aggressività, di sensazione di soffocamento psicologico. Ma la pandemia ha provocato anche il cambiamento dell'intensità temporale, che è diminuita, con tempi meno frenetici, più lenti, senza la fretta dovuta al posto di lavoro da raggiungere, agli impegni sociali per i figli, le esigenze pubbliche da soddisfare. Il concorso del cambiamento simultaneo di queste due intensità, spaziale e temporale, unite ad altre evenienze negative, come la crisi del lavoro, l'isolamento sociale, il senso di precarietà, la paura di essere contagiati, ha messo alla prova la relazione del nucleo centrale della famiglia. E così si registra il fenomeno di coppie che in questo periodo bussano presso centri, presso strutture per chiedere un aiuto.

La disponibilità diffusa oggi di mezzi di comunicazione "social", dallo smartphone, a Facebook, a Whatsapp, a Skype, permette una facilità di comunicazioni con gli altri impensabili in altri tempi. Come ha scritto dall'estero il giovane F., si nota in questo periodo chi ti telefona, chi ti chiede come stai, chi ti fa sentire comunque la sua vicinanza. Ogni coppia, ogni famiglia ha una sua rete di amicizie con altre coppie, con altre famiglie costruita nel tempo. È utile valorizzare questa risorsa, non aspettando sempre la chiamata degli altri.

Di fronte alle difficoltà attuali poi ognuno è chiamato anche a fare ricorso alle proprie risorse spirituali: religiose, per chi è credente, ideali, filosofiche, per chi si sente più laico. Non è produttivo continuare a riversare e scaricare tutto il giorno il proprio malcontento, il proprio disagio psicologico sull'altro partner, brontolando, criticando, lamentandosi. Si finisce per appesantire ulteriormente il clima critico domestico. È utile "spartirsi" la pesantezza della situazione, in modo che ognuno porti un po' la sua parte, cercando di mettere insieme piuttosto qualche momento di serenità, di amenità.

C'è infatti un'altra dimensione che sarebbe bello riprendere e rilanciare nella coppia e nelle famiglie, e l'ha ricordata la ricerca dell'Unicef di cui si è parlato sopra. Ed è quella di riscoprire e riprendere il gusto del gioco in famiglia: giochi da tavolo giochi a carte, o altri giochi, fatti in due o con i figli, i genitori anziani. Questo aiuta moltissimo il clima familiare, migliora il rapporto con i figli, creando un clima più allegro, ludico in famiglia. E questo aiuta moltissimo anche la vita di coppia.

"Ma lei che cosa vorrebbe in fondo in questo momento da suo marito?", ho chiesto alla fine di un lungo colloquio alla giovane mamma M. stanca dell'attuale situazione, "Un po' di leggerezza, come quando eravamo fidanzati", ha risposto.

**SILVANO BORDIGNON**  
psicologo



# VACCINI SÌ, VACCINI NO

**Q**uando offriamo il braccio al medico per ricevere una vaccinazione sappiamo precisamente cosa accade nel nostro corpo dopo l'inoculazione e abbiamo potuto valutare con calma il rapporto rischio/beneficio.

Il primo vaccino, contro il vaiolo, risale al 1796. La strada per giungere ad un completo riconoscimento della validità del vaccino antivaioloso non fu però facile, anche perché successive manipolazioni del vaccino furono contaminate da batteri o altri ceppi virali e causarono la morte o l'insorgenza di gravi malattie nei vaccinati.

Solo dopo gli studi di Louis Pasteur sui germi e sull'asepsi (1800) la vaccinazione perfezionò la sua sicurezza e giunse ad un indice di mortalità vicino allo zero. La storia di questa terribile malattia è emblematica: pur senza conoscere virus e batteri, i pionieri delle vaccinazioni riuscirono a mettere a punto un procedimento che, pur copiando il corso naturale della malattia (lieve infezione), limitava al massimo l'infiammazione e rendeva immuni senza ammalarsi.

L'obiettivo di un buon vaccino è quello di attivare la risposta immunitaria dell'organismo verso una malattia senza provocarla o provocandone una forma molto lieve.

Nella seconda metà del 1900 vennero messi a punto molti vaccini antivirali, ottenuti sia con virus inattivati con formaldeide (rabbia e influenza) che con virus vivi attenuati (morbillo, rosolia, parotite, febbre gialla).

I vaccini più moderni, anti-Haemophilus influenzae, anti-epatite di tipo B e anti-influenza Ae B (*vaccino split*) non sono fatti con virus intero, ma con particelle virali di superficie e perciò efficaci e innocui.

Per quanto riguarda malattie batteriche gravi come tetano, difterite e pertosse (meno grave), i vaccini non sono fatti di batteri interi inattivati, ma di tossine batteriche inattivate con formaldeide per cui assolutamente incapaci di provocare la malattia.

Un aspetto molto complesso che i microbiologi hanno dovuto affrontare è stato quello di garantire un'assoluta sterilità del preparato, dal momento che fin dalle prime esperienze emerse ben chiaro il pericolo della contaminazione del vaccino con altri ceppi virali o batterici. Troppo spesso infatti a seguito della vaccinazione comparivano varie forme di encefalite o di setticemia molto gravi.

Oggi questa eventualità non è più possibile dal momento che i vaccini sono preparati in laboratori assolutamente sterili, irradiati con raggi ultravioletti che uccidono i batteri (anche il sole è un antibatterico!) e maneggiati da personale adeguatamente isolato (mascherine, tute tecniche, copricapo e scarpe sterili).

**Comportarsi con responsabilità ed attenzione è fondamentale in attesa dei vaccini.**

Da molti anni in Europa non si usano più a scopo disinfettante sostanze derivate dal mercurio che erano presenti peraltro in quantità minime.

Resta il problema del trasporto dei vaccini, che devono rimanere a basse temperature, nei paesi del terzo mondo, ma queste popolazioni dimostrano di avere compreso bene il problema e si prodigano per assicurare ai contenitori isotermici statunitensi e europei il mantenimento della catena del freddo e la velocità del trasporto, anche se i mezzi sono barche o motociclette.

Dal 1967 fino al 1999 in Italia esisteva già l'obbligatorietà della vaccinazione per poter essere iscritti a scuola. Chi è nato negli anni '60 dovrebbe ricordare le lunghe file in grembiule bianco per ricevere l'antipolio direttamente a scuola.

## **Vaccini e società**

I vaccini sono e sono stati insieme alla potabilizzazione delle acque i presidi più efficaci per ridurre la mortalità nel mondo. Hanno consentito l'eradicazione di spaven-

tose malattie, agiscono a dosaggi estremamente bassi e hanno effetti collaterali inferiori a quelli di altri farmaci. Possono determinare febbre, stanchezza, dolori muscolari e in qualche caso reazioni allergiche; solo rarissimamente sindromi neurologiche come la Guillain Barré (1 caso su 1 milione).

Perché allora tanta ostilità nei loro confronti?

Fin dal 1700, cioè dalla loro prima comparsa, i vaccini sono stati accolti con molta diffidenza dalla popolazione. In definitiva si trattava di farsi iniettare qualcosa che aveva a che fare con le odiate malattie e, nel caso del vaccino antivaioloso, anche con fluidi ricavati dagli animali. In Inghilterra fiorivano vignette con vaccinati a cui crescevano teste di bovino da tutte le parti del corpo.

Ci sono voluti tre secoli per verificare la straordinaria capacità dei vaccini di migliorare la salute pubblica. Oggi nei paesi economicamente più avanzati non si muore più di malattie infettive come in passato, se non in pochi casi che giungono per questo all'onore delle cronache, e l'aspettativa di vita rispetto al 1700 è salita di 55 anni.

Tra le ragioni psico-sociologiche che inducono esitazione vaccinale (*vaccine hesitancy*) la sfiducia nella politica gioca sicuramente il suo ruolo e fa temere che la scienza possa essere in qualche caso asservita alla cattiva politica, soprattutto quando gli interessi in gioco sono notevoli, come nel caso delle multinazionali dei farmaci.

In parte poi il fronte dei "no vax" si è nutrito della preoccupazione destata dal diffondersi di notizie infondate. In questo caso di confusione provocata da un conflitto tra bene individuale e bene collettivo ritengo sia indispensabile affidarsi alle regole della comunità scientifica, senza farsi fuorviare da false motivazioni pseudoscientifiche, ampiamente smentite da immunologi ed epidemiologi.

**MARIA LUISA PEDROTTI**  
biologa