

**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 - Grafica CTO/VI - Invio on-line riservato agli iscritti

Nuovo consiglio della Fondazione

Da qualche settimana si è insediato il nuovo Consiglio d'Amministrazione della Fondazione Università Adulti Anziani, nelle persone di Mario D'Angelo, Carlo Alberto Formaggio, Chiara Magaraggia, don Massimo Pozzer e Luca Ancetti, che ha assunto l'incarico di presidente-direttore, fino al rinnovamento dello statuto.

Ancetti è un profondo conoscitore del Vicentino, già direttore di Tva Vicenza, del Giornale di Vicenza, di cui è ora condirettore. Con i membri del Consiglio di Amministrazione si è dato l'obiettivo di rispondere ai bisogni dell'Università. L'organizzazione, così diffusa nel territorio e molto partecipata, ha difficoltà per le disponibilità economiche e limiti di carattere burocratico e amministrativo ai quali deve sottostare.

“In questa fase siamo impegnati - sottolinea il presidente - a cercare di ottimizzare le uscite e, per quanto possibile, di aumentare le entrate, ovviamente non gravando sui corsisti. In questi primi mesi ci piacerebbe privilegiare la fase di ascolto per renderci conto in maniera dettagliata della situazione e delle eventuali criticità esistenti, dei rapporti con le amministrazioni comunali, delle sedi ospitanti”.

I corsi, programmati fino a maggio, hanno rispettato le attese dei corsisti, presentato tematiche nuove, interessato nuovi utenti (oltre 25%). Gli iscritti sono ad oggi 4160.

800 ANNI DAL PRIMO PRESEPE DELLA STORIA

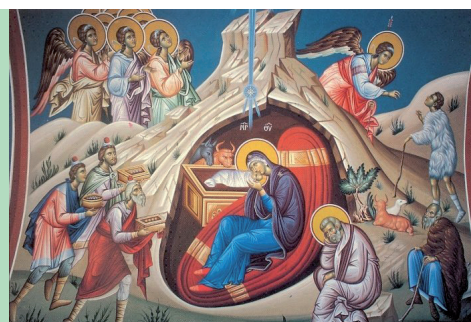
Per il Natale san Francesco ebbe l'idea di ricreare a Greccio la scena della nascita di Gesù a Betlemme, per vedere fisicamente, con i propri occhi, come il Bambino fu adagiato in una mangiatoia e come giaceva sul fieno, per osservare i disagi in cui si è trovato per la mancanza delle cose necessarie a un neonato. Chiese dunque al nobile Giovanni Velita, allora signore di Greccio, di preparare questa ricostruzione. L'uomo era molto caro al futuro santo, stimando più la nobiltà dello spirito che quella della carne. Il pio amico, ascoltata la richiesta, si prodigò subito a realizzare il disegno di Francesco nel posto designato.

Greccio, un paese incastonato tra le rocce a settecento metri di altitudine, faceva già parte della vita del Poverello di Assisi. Vi si era recato la prima volta nel 1209, per mettere fine alle calamità naturali che stavano martoriando quel luogo. Nel 1217 Velita gli chiese di passare nel centro abitato per permettere ai fedeli di ascoltare la sua parola e così Francesco iniziò la frequentazione del borgo. Borgo che gli venne in mente quando, dopo un viaggio in Palestina, pensò a un luogo che potesse fare da sfondo alla rievocazione della nascita di Gesù: Greccio gli ricordava Betlemme.

Per la mezzanotte del 24 dicembre 1223 tutto era pronto. C'era la greppia con il fieno, un bue e un asinello vennero condotti lì accanto. Molti frati da vari territori erano stati convocati, molti uomini e donne arrivarono festanti dai casolari della regione. Ciascuno, secondo le proprie possibilità, aveva portato ceri e fiaccole per illuminare la notte santa, che si accese di letizia come quando la Stella illuminò il cielo. Arrivò dunque Francesco, raggiante di felicità nel vedere che tutto era stato predisposto secondo il suo desiderio: Gesù poteva essere posto nella mangiatoia. In quell'ambiente umile, la scena risplendeva di semplicità evangelica. Ecco il primo presepe della storia.

Il frate era giunto con i paramenti diaconali, perché era diacono. Assieme agli altri cantò lodi per innalzare lo spirito al cielo, ai presenti rivolse parole dolcissime rievocando il Messia nato povero e la piccola città di Betlemme. Il suo amore per Gesù risiedeva nella sconfinata meraviglia per l'umiltà dell'Incarnazione e la carità della Passione. Tra le imponenti rupi dove riecheggiavano suoni festosi, la gente fu allietata da una gioia mai provata prima e, grazie al presepe, nel cuore di molti venne risuscitata la memoria Cristo.

*Auguri di un sereno
e santo Natale
a tutti gli iscritti,
ai docenti,
agli staff locali
e ai loro familiari*



VINCE CHI È CONSAPEVOLE DELLA NUOVA ETÀ

Lo psicologo Mario Cesa Bianchi, già vent'anni fa', asseriva che inventare il modo di invecchiare, o almeno orientarlo, è preferibile che assistere passivamente al proprio invecchiamento. Considerare anziano un sessantacinquenne oggi è anacronistico: a questa età moltissimi stanno fisicamente e psicologicamente bene.

Quand'è che si diventa vecchi? Quando si esce dal mondo produttivo? Quando si diventa nonni? O quando iniziano i veri e propri acciacchi?

È interessante notare che, quando si parla di vecchiaia, due sono gli atteggiamenti contrapposti: da un lato invecchiare è orribile, dall'altro è fantastico. La vecchiaia è un tempo da inventare sia socialmente sia individualmente nel quale ognuno, con il proprio grado di libertà, esprime la propria capacità di inventarla. La vecchiaia è una fase della vita, il luogo di arrivo nel quale la persona incontra se stesso ed intraprende altri percorsi ed altre azioni. Il termine terza età viene normalmente attribuito a Otto von Bismarck che attribuisce la scelta dei 65 anni come soglia di anzianità, ma ciò è stato smentito autorevolmente.

Le sue motivazioni erano più pratiche che scientifiche: all'epoca pochi varcavano il traguardo e, con lungimiranza, si preoccupava delle pensioni. Eppure la definizione di due secoli fa ha retto, sostenuta dalla convinzione che esistesse comunque un limite fisiologico per la vita umana. Come una corda che a forza di essere tirata deve prima sfilacciarsi e poi rompersi.

I dati demografici

I dati demografici dicono che, rispetto alla prima decade del 1900, l'aspettativa di vita è aumentata di

circa vent'anni. Non solo, parte della popolazione tra i sessanta e i settantacinque anni è in ottima forma e priva di malattie.

L'università per anziani risponde in pieno ad una terapia di prevenzione ed un metodologia per un invecchiamento attivo. Considerare anziani i 65enni è anacronistico perché risultano in forma come i 55enni di 40 anni fa.

Secondo un'indagine presentata alla London School of Economics, condotta intervistando oltre 12mila over 65 in diversi Paesi, due ultrasessantacinquenni italiani su tre dichiarano di non sentirsi affatto «anziani». Quattro su dieci pensano che la vecchiaia inizi davvero solo dopo gli ottant'anni: incoscienza giovanilistica di una generazione, o visione realistica di una terza età che non ha più i capelli grigi?

Gli intervistati affermano di non sentirsi vecchi: non lo sono e se hanno qualche piccolo acciaccio lo tollerano senza troppi drammi. Anche una ricerca dell'Università svedese di Goteborg ha dimostrato che i 70enni di oggi sono più «svegli» dei loro coetanei di 30 anni fa: ai test cognitivi e di intelligenza ottengono risultati migliori, probabilmente perché sono più colti, più attivi e meglio curati rispetto al passato. Ma chi sono, allora, i veri anziani? Gli ultraottantenni? Spostare la vecchiaia dopo gli 80 anni è forse troppo ottimistico, ma senza dubbio

abbiamo guadagnato una decina d'anni: la vera terza età inizia a 75 anni, ormai. In Italia, poi, l'aspettativa di vita è una delle più alte: significa che viviamo bene, e che da noi è ancora più probabile che altrove arrivare a 75 anni in buona salute» dice Trabucchi. La rivista Scientific American poco tempo fa si chiedeva addirittura: «I cento anni sono i nuovi ottanta?».

L'aspettativa di vita

E quando arrivano i guai della vecchiaia, come gestire gli inevitabili cambiamenti? «Per continuare a stare bene non bisogna lasciarsi andare: mantenersi attivi mentalmente e fisicamente, avere interessi, accettando però i nuovi limiti. Non è giovanilismo, ma un sano approccio alla vita per rendere più lieve il peso degli anni, senza di colpo pensare solo al senso di perdita per ciò che non è più». Invece, spesso prende il sopravvento il cosiddetto «ageismo», la rassegnazione di fronte all'età che avanza: l'anziano, quando arrivano i veri problemi, pensa che curarsi non valga troppo la pena: in realtà la spesa sanitaria è per il 40% destinata alle persone anziane e molto anziane. Si ricorda che la spesa pubblica sanitaria è inferiore del 10% rispetto alla media europea e la percentuale dei costi a carico dei pazienti è la più alta (23% contro il 15%). C'è l'errata convinzione che una persona molto anziana non tragga bene-

fici dalle terapie; quello che si sa dagli studi non sempre è applicabile ai malati veri. La paura più grande degli italiani però non è esser curati male, ma, secondo uno studio del Censis, diventare non autosufficienti. «Un'analisi realistica perché nessuno sta affrontando il problema della gestione degli anziani non autosufficienti. Una situazione che diventerà presto esplosiva: secondo le proiezioni Istat nel 2050 potremmo avere quasi 160mila centenari. Se non saranno tutti arzilli e in salute saranno guai. Intanto oggi crescono le rette per gli ospiti di strutture per anziani che sono circa 300.000: scarso è l'interesse per questo punto.

È evidente che la soglia-SIGG non vale per molte parte del mondo: in Africa la speranza di vita è inferiore ai 75 anni! Pertanto la proposta di alzare a 75 anni la soglia della anzianità ha valore locale, nelle singole nazioni e non si presta a modificare l'età del pensionamento che deve tener conto del contesto lavorativo (lavori usuranti, turnazioni, lavoro intellettuale rispetto al lavoro manuale, lavoro familiare, etc), dello stato reale di salute dell'individuo, delle compatibilità economiche e della platea contributiva nel suo insieme.

Non si deve dimenticare che la speranza di vita in Italia è sicuramente molto aumentata, ma sono ancora troppi gli anni vissuti con disabilità, soprattutto al sud di Italia.

ALBO D'ORO ANNO 2023

Siamo particolarmente felici ed orgogliosi di annoverare nell'albo d'oro quanti hanno maturato 270 crediti dopo 15 anni di frequenza in università.

Lo siamo soprattutto perché questi studenti incarnano con assoluta fedeltà le mete, lo scopo, lo spirito secondo i quali sono nate le Università adulti/anziani tanti anni fa.

Quali sono dunque questi pilastri su cui sono state fondate queste nostre benemerite istituzioni? Sono a mio avviso due, da cui poi possono derivarne altri, di conseguenza, ma i fondamenti sono essenzialmente due, e cioè da un lato la voglia di conoscenza e dall'altro la socialità.

La prima rappresenta l'unica medicina che possa combattere le conseguenze del passare degli anni: infatti solo il desiderio di apprendere nuove conoscenze consente di mantenere attiva la nostra mente, di impedire che possa ripiegarsi su se stessa ed imboccare una spirale il cui esito certo è il ridimensionamento delle capacità intellettive, quindi la chiusura in se stessi, preludio di abbandono e di rassegnazione.

Scomodando velocemente un grande classico, racconta una leggenda che Ulisse, dopo aver peregrinato per vent'anni intorno al Mediterraneo, non si sia accomodato definitivamente tra le braccia della sua Penelope, ma che, spinto dalla necessità di conoscere, abbia ripreso il mare, abbia attraversato le colonne d'Ercole e si sia sperduto tra i flutti dell'oceano.

Ora penso che nessuno dei noi intenda imitare Ulisse, ma non c'è

dubbio che una volta acceso il lume della conoscenza, diventi poi impossibile spegnerlo, a dispetto delle vicende della vita, prima di tutte l'età.

Il secondo pilastro su cui si regge la nostra, ma anche tutte le altre università, è la socialità.

“Nessun uomo”, qui inteso come umanità intera e non come connotazione di genere “è un'isola”, dicono i saggi, nel senso che l'uomo, sempre inteso come sopra, è un animale sociale. In altre parole per realizzare appieno la nostra vocazione umana, noi tutti abbiamo bisogno degli altri: per confrontarci, per scambiarci pareri, per formarci nuove idee, per interpretare meglio la realtà e così via. Ebbene il pericolo che si corre, specie ad una certa età, è quello della solitudine: i figli sono andati, a volte è andato avanti anche il coniuge e si rischia di rimanere soli, privi della linfa vitale delle relazioni. Ecco perché è necessario trovare luoghi dove recuperare la gioia dello stare insieme, magari solo per scambiare due parole, “Come va”? Per esempio dare la stura all'elenco di tutti i nostri acciacchi, anche se questo è terapeutico.

Ecco perché importante oggi ricordare e festeggiare questi nostri cari corsisti: con la loro presenza, con la costanza di una frequenza mantenuta anno dopo anno sono la migliore testimonianza che questo è un posto non solo fisico, ma soprattutto mentale, dove la vita riceve un poderosa spinta per andare avanti con serenità ed ottimismo.

URBANO BONATO
Camisano Vicentino

Arzignano: Masiero Giuseppe, Nogarole Waida

Asiago: Sartori Alda, Stocco Silvela Gattolin.

Bassano del Grappa: Menegon Celestina; Zanfrà Miranda.

Breganze: Angonese Gabriella; Marozin Liliana.

Caldogno: Campanaro Marina, Contin Giovanni Battista, Garbin Aureliana, Santolin Marisa, Voelker Margarethe Elisabeth.

Camisano Vicentino: Arcaro Ivana
Costabissara: Bernardotto Silvana, Callido Idea, Zaniolo Maria.

Creazzo: Piccin Maria Luisa, Rigo Loretta, Tempesta Giovanni.

Dueville: Dal Sasso Giovanna, Rigo Anna.

Longare: Peruzzo Vittorio

Lonigo: Foletto Tosca

Malo: Baio Maria Teresa; Baldinazzo Graziella; Brazzo Giorgio, Castagna Angelina, Castagna Fausta, Reghellin Paola, Spillare Anna Maria; Sterle Diana Carmela.

Marostica: Bonotto Lino, Meneghin Luigina, Parise Giorgio, Rodighiero Renata, Strazzari Anselmo.

Montecchio Maggiore: Dal Maso Gabriella; Feltre Gianna; Lora Armando.

Noventa Vicentina: Zanchetta Adriana

Schio: Bernardi Sergio; Casati Pieranna Mura; Costa Beppina Nadia; Danieli Maria Lucia Dalle Molle; Padrin Oscar Roberto; Penzo Maria Rosa Picco; Putin Giancarlo; Zeffiro Teresa.

Sovizzo: Fridegotto Maria Pia, Posenato Giannina Fracasso.

Thiene: Apolloni Maria, Zaltron Miriam Grotto

Torri di Quartesolo: D'Alto Michela, Zoppello Maddalena

Villaverla: Barison Maria; Brazzale Anna Maria; Dal Bianco Vilma; Todeschin Caterina.

Vicenza: Bagatin Luisa; Feltrin Adele; Ferraro Silvana; Rizzetto Nadia; Valdemarca Anna.

INIZIATIVE FUTURE

In molte sedi dopo Pasqua iniziano i seminari. In altre a metà maggio prende avvio aula aperta, attività su differenti tematiche a cui può accedere anche la popolazione. L'anno si concluderà con due corsi on-line su temi di attualità proposti dai coordinatori. Sarà una dimostrazione concreta dell'impegno di attivizzare i corsisti anche nel periodo in cui è sconsigliato uscire per la elevata temperatura.

LA NOSTRA RICONOSCENZA: ANCORA GRAZIE

L' Università si colloca nel mondo del terzo settore e dialoga, in modo differente, con le Amministrazioni comunali. La sua sopravvivenza è legata alla gratuità del gruppo dirigente centrale e da prestazioni di professionisti in molte sedi.

Taluni mettono a disposizione le abilità pregresse, altri servizi e tempo che condividono con gli iscritti. Nel corso dell'anno 2022/23 ringraziamo tutti coloro che hanno prestato attività gratuita e di seguito indicati, ma anche quanti hanno preferito non far conoscere la generosità del proprio servizio.

In più sedi:

Tezze Jessica; Maggio Silvano; Garbin Chiara; Carli Valeria; Bordignon Dario; Rigon Claudio; Girardi Alberto
Asiago: Meloni Vanda; Porto Mario; Fincati Giuseppe; Rigoni Candida Giorgio
Arzignano: Zocchetta Mauro; Brunialti Sonia Garzotto; Pretto Patrizia
Bassano del Grappa: Banfi Paolo; Chenet Luisa
Breganze: Maestro Piero; Battistello Franco; Panozzo Riccardo; Minchio Eugenia; Boseggia Luisella
Caldogno: Eleuterio Marinoni
Camisano Vicentino: Pierantoni Abramo; Giaretta Piero; Bonato Urbano; Benazzato Francesco; Sofia Annalisa
Chiampo: Adami Renato; Bertacco Maurizio; Marchesini Cristina
Cornedo: Sacco Mario; Vigolo Fabio
Creazzo: Bucovic Mirco; Ortolani Marzia; Gonella Giuseppe
Dueville: Martini Giliola
Longare: Cenghiaro Gianfranco
Monticello: Marcolin Carla
Schio: De Zen Luciano; Carotti Giuliana; Bernardi Sergio
Sovizzo: Cenzi Alessandro; Pesavento Dario
Thiene: Brunello Igor; Panozzo Nicoletta
Valdagno: Urbani Camillo; Caruso Domenico; Lazzari Gianluigi; Asnicar Ortensio; Gaspari Silvana; Grigolato Manuela; Marinello Franco
Vicenza: Cangini Pierangelo; Gasparini Francesco; Gottin Francesca; Grison Renzo; Magaraggia Chiara; Morra Michele; Santoro Elisabetta; Tecchio Giliola; Rigo Giuseppe; Rigo M. Stella

“PIÙ INFORMATI, PIÙ PROTETTI”: LE TAPPE DI VICENZA

Giovedì 30 novembre e mercoledì 6 dicembre la campagna è approdata nella sede centrale di Vicenza.

Fornire informazioni corrette sul Covid-19 alle comunità e alle persone oltre i 65 anni è un'azione essenziale per salvare vite. Le persone hanno il diritto di prendere decisioni informate per proteggere se stesse, i propri cari e coloro che li circondano. Da qui la campagna “Più informati, più protetti”, che si è sviluppata attraverso un ciclo di 50 convegni presso centri dedicati in tutto il territorio nazionale. La sede di Vicenza ha accolto al volo la proposta di

Federcentri APS, nell'ottica di fornire una piattaforma di apprendimento e scambio di informazioni per gli iscritti. Gli incontri offrono una preziosa opportunità per discutere

temi legati alla gestione del COVID-19, includendo strategie di prevenzione, vaccinazioni, misure di sicurezza e comportamenti corretti da adottare nella vita quotidiana.

“Con questa campagna, Federcentri APS intende fornire agli anziani e alle loro famiglie informazioni accurate, aggiornate e scientificamente valide sulla gestione del COVID- - In un momento in cui la diffusione del virus continua a rappresentare una sfida, l'educazione e la sensibilizzazione sono fondamentali per proteggere la salute e il benessere di tutti.”

In questo percorso Federcentri si avvale della collaborazione di un Advisory Board di elevata

caratura scientifica, che include la Federazione Italiana dei Medici di Medicina Generale (FIMMG), il Sindacato Unico della Medicina Ambulatoriale Italiana e delle Professionalità dell'Area Sanitaria (Sumai Assoprof), la Società italiana di Pneumologia Interdisciplinare (SIPI), la Società Italiana di Cardiologia Geriatrica (SICGe) e la Società di Igiene Medicina Preventiva e Sanità Pubblica (SITI).

“Federcentri APS invita gli anziani, i caregiver e le famiglie a partecipare attivamente alla cam-



gna “Più informati, più protetti”. Attraverso la condivisione di conoscenze, esperienze e buone pratiche, possiamo lavorare insieme per affrontare la sfida del COVID-19 e garantire un futuro più sicuro per tutti”.

M. L.