

Vivere Insieme

INSERTO TRIMESTRALE
DI VITA TRENINA
del 24 maggio 2020

Pastorale
Pensionati
e Anziani

2 2020

Volti, nel ricordo e nella speranza

di Claudia Dorigoni

Non amo le statistiche, i grafici, la conta dei numeri, e non è solo un retaggio dei tempi scolastici, quando l'ora di matematica mi faceva arricciare il naso e il prof mi squadrava dall'alto in basso, ripetendo con un sorriso ironico: "Dorigoni, ragiona!"

Eppure senza i numeri non possiamo vivere: non possiamo fare la spesa, lavorare, programmare le vacanze, festeggiare i compleanni, misurare il tempo, forse non potremmo nemmeno parlare. I numeri accompagnano ogni fase della nostra vita e hanno anche descritto e scandito questo lungo tempo di pandemia attraverso conferenze stampa, aggiornamenti web e televisivi, in una inesorabile sequenza di dati che teneva tutti con il fiato sospeso.

Questi numeri saranno studiati, analizzati, elaborati da specialisti, tecnici e politici, con il grande rischio di dimenticare ciò che ciascuna di queste cifre porta con sé. Non lo dimenticherà mai invece chi ha avuto un lutto da Covid-19 in casa, nella cerchia degli amici, dei colleghi, o qualcuno di cui si poteva dire "lo conosco". Ognuno di questi numeri è il volto, la storia, l'affetto, il lutto che segnerà per sempre la famiglia colpita e determinerà la memoria nel trigesimo, nell'anno, nelle generazioni future.

"Vivere Insieme" è listata a lutto per la perdita soprattutto di tanti anziani deceduti a causa di questo "tsunami" ed entra con profondo rispetto nelle case dei suoi lettori, con l'augurio e la speranza cristiana di ricordare ogni volto scomparso. E di ricordarlo soprattutto quando si dovranno mettere in campo progetti e risorse sanitarie e assistenziali, affinché siano realmente e sempre più al servizio delle fasce più deboli e bisognose della nostra gente.

Papa Francesco ha ricordato con forza che "mentre pensiamo a una lenta e faticosa ripresa dalla pandemia, si insinua il pericolo di dimenticare chi è rimasto indietro. Il rischio è che ci colpisca un virus ancora peggiore: quello dell'egoismo indifferente. La pandemia ci ricorda che non ci sono differenze e confini tra chi soffre: siamo tutti fragili, tutti uguali, tutti preziosi".

Avanti, piano!

Dopo la dura prova della chiusura e del distanziamento siamo chiamati a convivere col virus: alcune testimonianze



La pandemia ha tenuto in sospeso molti progetti e molte attività

foto Gianni Zotta

La voce in piazza



3

Luisa, la perugina



9

Quelli di Rovereto



11

LE RUBRICHE

Rsa, Case di Riposo



>>> 4

Riflessione spirituale



>>> 5

Voci di nonni



>>> 8

Letto per voi



>>> 9

Vita dei gruppi



>>> 11



Ho chiesto a un Anziano: "Anche dopo 95 anni, tu chiami ancora tua moglie cara, tesoro e amore. Qual è il segreto?"
L'Anziano: ho dimenticato il suo nome 10 anni fa e ho paura di chiederglielo.

Vecchi con gusto

Non dimenticatevi della SADAЕ, "strana" sindrome!

Parlamo di una strana malattia detta SADAЕ che sta per **Sindrome di Attenzione Deficitaria Attivata dall'Età**.

Si manifesta così:

Decidi di lavare la macchina; mentre ti avviai al garage vedi che c'è posta sul mobiletto dell'entrata.

Decidi di controllare prima la posta.

Lasci le chiavi della macchina sul mobiletto per buttare le buste vuote e la pubblicità nel bidone della carta straccia e ti rendi conto che il secchio è strapieno.

Visto che fra la posta hai trovato una fattura decidi di approfittare del fatto che esci a buttare la carta straccia per andare fino in banca (che sta dietro l'angolo) per pagare la fattura con un assegno.

Prendi dalla tasca il porta assegni e vedi che non hai assegni.

Allora vai su in camera a prendere l'altro libretto, e sul comodino trovi una lattina di coca cola che stavi bevendo poco prima e che t'eri dimenticata lì.

La sposti per cercare il libretto degli assegni e senti che è calda, allora decidi di portarla in frigo.

Mentre esci dalla camera vedi sul comò i fiori che ti ha regalato tua figlia e ti ricordi che li devi mettere in acqua.

Posi la coca cola sul comò, e lì trovi gli occhiali da vista che è tutta la mattina che cerchi.

Decidi di portarli nello studio e poi metterai i fiori nell'acqua.

Mentre vai in cucina a cercare un vaso e portare gli occhiali sulla scrivania, con la coda dell'occhio improvvisamente vedi un telecomando.

Qualcuno deve averlo dimenticato lì (ricordi che ieri sera siete diventati pazzi cercandolo).

Decidi di portarlo in sala (al posto suo!), appoggi gli occhiali sul frigo, non trovi nulla per i fiori, prendi un bicchiere alto e lo riempi di acqua... (intanto li metti qui dentro...)

Torni in camera con il bicchiere in mano, posi il telecomando sul comò e metti i fiori nel recipiente, che non è adatto naturalmente... e ti cade un bel po' di acqua... (mannaggia!), riprendi il telecomando in mano e vai in cucina a prendere uno straccio.

Lasci il telecomando sul tavolo della cucina ed esci ... cerchi di ricordarti che cosa dovevi fare con lo straccio che hai in mano...

Conclusione: Sono trascorse due ore - non hai lavato la macchina non hai pagato la fattura - il cestino della carta straccia è ancora pieno - c'è una lattina di coca cola calda sul comò - non hai messo i fiori in un vaso decente nel porta assegni non c'è un assegno - non trovi più il telecomando della televisione né i tuoi occhiali c'è una macchiaccia sul parquet in camera da letto e non hai idea di dove siano le chiavi della macchina!

Ti fermi a pensare: Come può essere? Non hai fatto nulla tutta la mattina, ma non hai avuto un momento di respiro... mah!

(Fammi un favore, condividi questo messaggio con chi conosci, perché io non mi ricordo più a chi l'ho mandato... E non ridere, perché se ancora non ti è successo, può darsi che ti succederà!)

Sgariá i marúch

Da ragazzetto, in estate mi capitava di aiutare i parenti in semplici lavori agricoli. Succedeva quindi di andare a "sgariá i maruch" (spargere i mucchi di fieno tagliato nei campi, per facilitarne l'essiccazione). Un giorno venne una "tanpesta" (pioggia e grandine) che bagnò e quasi macerò il fieno quasi essiccato. Quando la "tanpesta" cessò e tornò il sole, guardai perplesso il cugino anziano che

senza titubanze ed esitazione propose: "Andòn a sgariá ignèro i marúch" (torniamo a rifare il lavoro di prima), perché il fieno ben essiccato è vitale e prezioso per le stagioni successive.

Ecco il mio augurio: che possiate continuare a sgariá i marúch... E se una "tanpesta" irromperà nelle vostre vite, ricordatevi di attendere che ben si plachi e poi tornate a sgariá i maruch.

La ricetta

Crumble di mele e Pavesini

PER 4 PERSONE

PREPARAZIONE
E COTTURA
45 MINUTI CIRCA

COSTO BASSO

DIFFICOLTÀ
BASSA

Ecco un dolce perfetto per chi non vuole presentare a fine pasto un dessert goloso ma troppo pesante.

ingredienti

- 2-3 confezioni di Pavesini
- 100 gr di burro
- 20 gr di zucchero di canna
- 50 gr di pinoli
- cannella qb
- 4-5 mele
- zucchero a velo, gelato e ribes qb



Procedimento
Sbriciolare i biscotti.

Mescolare il burro con zucchero di canna, pinoli e cannella.

Unire i biscotti al

composto di burro e impastare leggermente per ottenere il crumble.

Tagliare a dadini la mela e comporre il dessert nella cocotte, iniziando con un pavesino spezzato a metà sulla base, una dadolata di mela e infine il crumble.

Cuocere in forno 25 minuti a 180 gradi.

Servire tiepido con zucchero a velo, gelato e ribes.

“È il tempo di scegliere”



di Anna Maria Minotto

Mesi di Quaresima, anche se il calendario dice qualcosa di diverso. Durante le restrizioni

subite per l'epidemia non sono mancate le occasioni di preghiera, riflessione e ascolto offerteci dai mass media e organizzate dai parroci per le loro comunità.

Molto pubblicizzato, atteso e seguito è stato “Il momento straordinario di preghiera in tempo di epidemia”, presieduto dal Santo Padre Francesco il 27 marzo, alle 18.

La gente era a casa, chi da solo, chi con dei familiari e il Papa era da solo, lì sul sagrato della basilica di San Pietro, la piazza enorme e assolutamente deserta; pioveva e la pioggia aumentava il senso di vuoto e di freddo, non fisico per chi era a casa, ma freddo nel cuore.

Il brano del Vangelo letto durante la preghiera (Mc 4, 35) è quello della tempesta sedata. Un racconto in cui è facile ritrovarsi, come ha osservato il Papa.

“Come i discepoli siamo stati presi alla sprovvista da una tempesta inaspettata e furiosa. ci siamo resi conto di trovarci sulla stessa barca, fragili e disorientati, ma nello stesso tempo importanti e necessari, tutti chiamati a remare insieme, tutti bisognosi di confortarci a vicenda”.

Per noi il tempo delle restrizioni è coinciso con la Quaresima (e va oltre), mette in discussione le nostre sicurezze, abitudini, progetti e priorità; ci porta, o riporta, alla sobrietà, ci isola in casa e ci fa riflettere sul bisogno di socialità e di

La preghiera straordinaria di papa Francesco in tempo di epidemia a commento del brano evangelico della “tempesta sedata”

reciprocità, ci mette anche di fronte al nostro rapporto con Dio, a verificare la nostra fede, la capacità di pregare.

“La tempesta ci dimostra come abbiamo lasciato, abbandonato e addormentato ciò che alimenta, sostiene e dà forza alla nostra vita e alla nostra comunità”.

“Maestro, non t'importa che siamo perduti? È una frase che fa male quando in famiglia ci sentiamo dire: Non t'importa di me? Avrà scosso anche Gesù - continua papa Francesco - perché a nessuno più che a lui importa di noi. Infatti, una volta invocato, salva i suoi discepoli sfiduciati”.

Continua papa Francesco esplicitando i motivi della tempesta: **“... siamo andati avanti a tutta velocità, sentendoci forti e capaci in tutto. Avidi di guadagno, ci siamo lasciati assorbire dalle cose e frastornare dalla fretta. Non ci siamo fermati davanti ai tuoi richiami, non ci siamo fermati davanti a guerre e ingiustizie planetarie, non abbiamo ascoltato il grido dei poveri e del nostro pianeta gravemente malato. Ora, mentre stiamo in mare agitato ti imploriamo: “Svegliati, Signore! Non ti importa di noi?”.**

E il Signore risponde, tranquillo, basta leggere il brano del Vangelo: **“Perché avete paura? Non avete ancora**

fede?”.

Papa Francesco analizza l'appello di Gesù alla fede, Gesù che ci chiama in questa tempesta scoppiata in Quaresima, alla conversione, **“... a reimpostare la rotta della vita verso di Te, Signore, e verso gli altri”.** E ancora: **“... è il tempo di scegliere che cosa conta e che cosa passa, di separare ciò che è necessario da ciò che non lo è”.**

Il Papa vede poi l'opera dello Spirito Santo con la sua forza nelle coraggiose generose dedizioni di persone comuni che si adoperano per la salute e il bene degli altri, la vede in tutte quelle persone che affrontano la tempesta con corresponsabilità, in quanti si prodigano con bambini e anziani per affrontare la crisi, modificare le abitudini, stimolare alla preghiera.

“Quante persone pregano, offrono e intercedono per il bene di tutti. La preghiera e il servizio silenzioso sono le nostre armi vincenti”.

Francesco riprende la domanda di Gesù: **“Perché avete paura? Non avete ancora fede?”**

Ma per superare la paura e rinvigorire la fede bisogna essere umili e sapere di aver bisogno di Dio e di salvezza...

“non siamo autosufficienti da soli, da soli affondiamo”.

“Invitiamo Gesù nelle barche delle nostre vite... con lui a bordo non si fa naufragio. Perché questa è la forza di Dio: volgere al bene tutto quello che ci capita, anche le cose brutte... con Dio la vita non muore mai”.

Il Signore, continua papa Francesco, ci interpella durante questa tempesta in cui stiamo vivendo, ci dice di aprirci alla solidarietà ed alla speranza per darci e trovare un senso a quello che stiamo vivendo.

Papa Francesco da solo in piazza San Pietro, prima di pronunciare la riflessione sulla pandemia

foto Vatican Media/ Agenzia Sir

La speranza ha le sue radici nella Pasqua, nella resurrezione e nell'amore redentore di Cristo. La Pasqua è anche la croce. **“Abbracciare la sua croce significa trovare il coraggio di abbracciare tutte le contrarietà del tempo presente, abbandonando per un momento il nostro affanno di onnipotenza e di possesso”.** Significa che la croce che ci ha salvato ci dà la speranza di saper prendere le misure per custodire noi stessi, gli altri e il creato.

Significa lasciare che lo Spirito agisca dentro di noi e ci dia il coraggio di aprirci a nuove forme di accoglienza, fraternità, solidarietà.

Aver fede e avere la forza della fede, che libera dalla paura, significa abbracciare il Signore e con Lui la speranza.

Papa Francesco, anziano e solo, anche se ascoltato da migliaia di persone, in quella grande piazza ricca di storia, ha chiuso la sua preghiera affidandoci alla Madonna, **“salute del suo popolo, stella del mare in tempesta”.**

Ci ha benedetto chiedendo al Signore di non lasciarci in balia della tempesta; ci ha invitati a chiedergli, come Pietro: **“Gettiamo in te ogni preoccupazione perché Tu hai cura di noi”** (cfr 1Pt 5,7).

MASSIMO GIORDANI IL DIRETTORE DI UPIPA RIPERCORRE GIORNATE DIFFICILI

“Nelle Rsa un'emergenza impegnativa”

Forse con il senno di poi si può dire che qualcosa abbiamo sbagliato, che potevamo fare qualcosa di diverso, ma noi abbiamo cercato di agire con tempestività e con tutti i mezzi a disposizione”.

Il direttore dell'Upipa, l'Unione delle case di riposo del Trentino, Massimo Giordani, spiega che le Rsa hanno affrontato l'emergenza coronavirus che stava arrivando con tempestività,

ma dovendo superare anche molte difficoltà: “Molte strutture non sono particolarmente adatte per affrontare un'emergenza del genere ed è abbastanza facile che il contagio si diffonda. Le Rsa non sono strutturate come ospedali. All'inizio poi non venivano isolati gli asintomatici dagli altri ospiti, non si sapevano molte cose”.

“Adesso va molto meglio - è il punto di Giordani a metà aprile - Abbiamo i dispositivi di protezione individuale e sappiamo molto di più sul virus. Sulle 60 strutture del Trentino, sono 26 o 27 quelle in cui il Covid-19 non è arrivato. Ce n'è una, quella di Canal San Bovo, che è tornata a non avere casi dopo che l'unica paziente, trovata positiva appena rientrata dalla geriatria di Feltre, è guarita. In quel caso abbiamo avuto fortuna ed è stata molto brava la dottoressa della struttura che al rientro della signora si è accorta che c'era qualcosa che non andava e l'ha messa subito in isolamento sospettando che fosse stata contagiata dal Covid-19.

Così si è evitato che venissero contagiati altri ospiti o degli operatori. Le altre strutture con molti casi, poi, se si fa bene attenzione, si trovano in territori molto colpiti. Pellizzano ha 28 dipendenti che abitano a Vermiglio, uno dei comuni in cui l'epidemia è stata più pesante. E le Rsa sono come una spugna. Assorbono quello che c'è sul territorio. A parte questo, noi abbiamo agito tempestivamente. Dal 24 febbraio era ammessa una sola visita al giorno. Il 4 marzo è uscito il Dpcm che vietava le visite in casa di riposo e noi lo abbiamo applicato dalla mattina del 5 nonostante la Provincia non fosse d'accordo. Il 10 marzo abbiamo chiuso le strutture anche ai nuovi ingressi poi

“Ma è stato fatto tutto ciò che si poteva con i mezzi a nostra disposizione”



compartmentazione delle strutture creando piccoli gruppi di ospiti accuditi sempre dagli stessi operatori. Questo ha creato problemi perché il personale iniziava a scarseggiare e per questo motivo si sono allungati i turni di lavoro anche di molto. Ora dobbiamo stare molto attenti. Poi, se

abbiamo iniziato la

mi chiede se potevamo fare di meglio, io rispondo che si può sempre fare meglio, ma abbiamo fatto tutto quello che potevamo in quel momento”. Paola Demagri, che conosce bene il mondo delle Rsa, però sottolinea: “Ci sono molte strutture inadatte ad affrontare un'epidemia come questa e poi il personale è poco”.

La struttura di Volano che è stata destinata nel periodo dell'emergenza ai soli pazienti Covid. A sinistra, il personale pronto all'accoglienza

foto Gianni Zotta

LA TESTIMONE

La voce di una oss: “La misericordia nei giorni del virus”

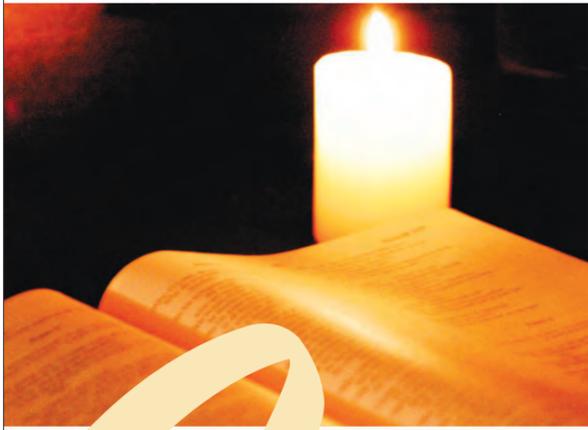
Le fatiche, i lutti, ma anche la fede e la speranza che può assicurare la “Divina misericordia di Dio”, ai tempi del Coronavirus in una struttura protetta (Rsa) dell'Alto Garda, sono state raccontate a fine aprile in diretta televisiva su Raiuno, subito dopo la messa domenicale di papa Francesco. È stata l'operatrice socio sanitaria di Riva del Garda Simona Proietti, originaria di Roma e attiva nella parrocchia anche come catechista e ministra della comunione a raccontare nella trasmissione “A sua immagine” di metà aprile scorso, la sua esperienza professionale e familiare.

“Seguendo le indicazioni sanitarie e il mandato del nostro parroco don Dario Silvello, ho cercato di vivere il mio impegno e la mia fede accanto a tanti anziani provati dal contagio, offrendo loro anche l'eucaristia o l'acqua benedetta - ha spiegato Simona, rispondendo alle domande della conduttrice Lorena Bianchetti - con altri colleghi si è cercato di trasmet-

tere speranza e incoraggiamento, o un'ultima parola di vicinanza, a tanti ospiti anziani rimasti soli di fronte al contagio e impossibilitati a incontrare i familiari e visitatori esterni”.

Una testimonianza sincera e pacata, espressa da un volto provato da settimane di impegno, fatica e turni massacranti, giunta dopo le parole del Santo Padre, espresse nella “Giornata della Divina Misericordia”, che mettevano in guardia dal rischio che ci colpisca il virus dell'egoismo indifferente, mentre la pandemia ci ha ricordato che siamo tutti uguali. “Esperienza di carità e misericordia che portiamo con noi anche quando torniamo a casa - ha concluso l'operatrice socio sanitaria rivana - vivo in famiglia con la mascherina e la paura di contagiare i miei cari (mio marito e i miei quattro figli dormono in un'altra stanza). Un'emergenza da affrontare con i giusti dispositivi, ma senza tirarci indietro e vivendo con fede, speranza e vero servizio a chi più soffre e rimane solo”.

La rivana Simona Proietti, operatrice sociosanitaria in una Rsa dell'Alta Garda è stata intervistata da Raiuno



È IMPORTANTE NARRARE BENE LE ESPERIENZE VISSUTE

Nonni, depositari di sapienza

di don Piero Rattin

Sarebbe un danno imperdonabile se l'amara esperienza del Coronavirus non ci lasciasse in eredità nessuna lezione di vita. Ogni ambito sociale e culturale ha a disposizione almeno un insegnamento di cui far tesoro. Anche quello dei nonni e dei nipoti, del quale si era cominciato a parlare la volta scorsa. Un insegnamento che può essere ben illustrato dall'immagine delle due assicelle: nessuna delle due si regge da sola in verticale, ma se si dispongono oblique e si appoggiano l'una all'altra, si sostengono.

Tentazione frequente degli adulti (soprattutto se forti, pienamente autonomi, colti ed esperti in vari campi) è quella di ritenersi onnipotenti, capaci di far fronte a qualsiasi problema. Il virus che ha flagellato il mondo intero mietendo non poche vittime ha dimostrato più che a sufficienza quanto fosse illusoria una tale presunzione: menzogna, in altre parole. È stata smascherata una clamorosa menzogna.

L'unica potenza o consistenza affidabile è data dall'incontro "umano" delle fragilità, di cui nonni e nipoti in relazione costituiscono un ottimo esempio. Gli adulti la smettano di guardare a una tale esperienza soltanto come ad un comodo ripiego per quelle occasioni in cui non sanno dove "parcheggiare" i figli: imparino finalmente ad apprezzarla come opportunità educativa di cui loro, forse - e per vari motivi - non sono ancora all'altezza e soprattutto, dialogando con i figli, siano abbastanza saggi da essere al corrente dei contenuti.

Anziani, nonni! Avete camminato più o meno a lungo tutti, perciò voi siete i depositari della sapienza della vita; quella che, come già si diceva la volta scorsa, si impara vivendo, affrontando a volte con fatica, ma anche con fede, tutto ciò che c'è da affrontare. E via via che si va avanti ci si ritrova più forti "dentro", nell'intimo, e soprattutto più capaci di distinguere con spontaneità ciò che è importante ed essenziale, da ciò che conta poco o vale niente. Ecco cos'è la sapienza. Ecco la vera ricchezza che ci fa degni di stare al mondo. Salomone, che quanto a saggezza nel vivere e nel governare non aveva da imparare da nessuno, ha lasciato scritto nella Bibbia: *Ho amato la sapienza più di tutto, ho preferito avere lei piuttosto che ogni altro bene, la sapienza è una ricchezza incalcolabile.*

Ebbene, cari nonni, voi siete i depositari di questa sapienza. Allora, non tenetela solo per voi: donatela ai giovani, come esorta spesso Papa Francesco.

"Ma... i giovani non sanno ascoltare - si dirà - ... i miei figli non vogliono sentire quando dico loro certe cose...". È vero: questa società che ha saputo aggiungere

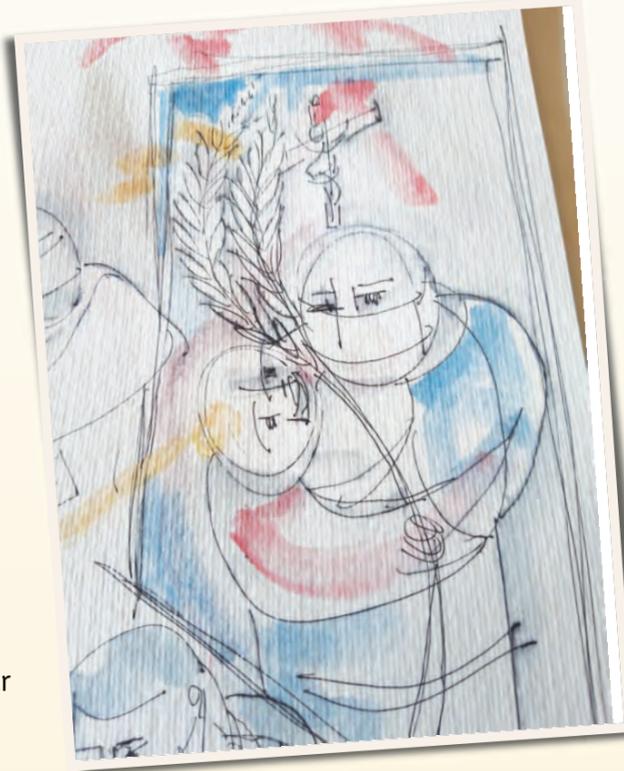


Illustrazione di Silvio Magnani

anni alla vita degli anziani, non è stata capace di favorire le relazioni tra generazioni diverse, anzi, si è molto impoverita su questo piano. In molti casi al posto dei nonni c'è la televisione, o i videogiochi, ma che relazione di affetto ci può essere con un televisore o con un videogioco? No, voi nonni siete insostituibili, e lo siete proprio nell'educare i vostri

nipoti a diventare persone in gamba. Non accettate di ridurvi solo a baby sitter quando i vostri figli non sanno dove mettere i bambini: sì, fate pure questo servizio (se siete in grado di farlo), ma abbiate anche il coraggio di dire ai vostri figli: "Sì, tengo volentieri i tuoi bambini, ma sarei anche contenta (o contento), che tu mi ascoltassi quando ho qualcosa di

È la virtù che s'impara vivendo, affrontando a volte con fatica, ma anche con fede, tutto ciò che c'è da affrontare. Compresa le pandemie

importante da dirti...".

E con i nipoti, attenzione! Non cadete nell'errore di cercar di conquistare il loro affetto dandogli tutto quello che vogliono: non è sapienza questa, non è educare. A differenza dei genitori (presi da tanti impegni, e che vanno sempre di corsa), voi nonni avete tempo: adoperatelo per dire con dolcezza ai vostri nipoti quelle cose che certi genitori dicono da nervosi o da arrabbiati. E ditele raccontando della vostra vita, di come vi siete comportati in quell'occasione, di come avete superato quella tal difficoltà... I bambini hanno la capacità di ascoltare e metter via anche quando sembrano distratti. Resteranno loro nel cuore le cose che dite. Anche se sono adolescenti, o giovani, e sorridono con aria di superiorità alle vostre parole: gli resteranno nel cuore comunque. Perché voi volete loro bene e alla fine fine son le parole delle persone che ci vogliono bene quelle che formano il nostro bagaglio di vita. Cari nonni, questo è l'augurio (e la preghiera!): che Dio tenga sempre sveglia in voi la sapienza del vivere e vi renda capaci di donarla a coloro che amate.

La preghiera

Preghiera dei nonni

Signore onnipotente, Dio della vita, ti ringraziamo per quanto abbiamo ricevuto nella nostra esistenza, nelle esperienze di gioia come in quelle di fatica. Siamo contenti di essere giunti a questa età, così ricca di saggezza, di esperienza, di pazienza, e soprattutto della tua grazia. Ricordiamo volentieri il tempo della giovinezza, ma senza troppa nostalgia o rimpianti, perché ora sappiamo di avere di più. Ci sentiamo arricchiti e confortati dal tuo amore, o Dio di misericordia, e questo ci basta per gustare nel cuore una pace profonda. Come il vecchio Simeone, anche noi ripetiamo: "I miei occhi hanno visto la tua salvezza". Ora rimangono fissi in te

con dolce speranza e in serena attesa. Per aiutare anche i nostri nipoti a guardare sempre più lontano... Padre onnipotente e buono, il compito che come nonni ci affidi è un ministero di gioia! È la tua Sapienza che tu vuoi far trasparire dai nostri atteggiamenti e dalle nostre parole. Aiutaci ad imitare Te, che non abbandoni nessuno, ma ci sostieni sempre con amore fedele. Fa' che sappiamo testimoniare ai nostri figli l'amore per l'essenziale, per ciò che vale più di tutto, e ai nostri nipoti - con le carezze, l'attenzione, l'ascolto - la bellezza e la stima per il tuo dono più grande: la vita!

Amen

di Luca Oliver *

FAP ACLI ORA PER LE ACLI

Un nuovo ruolo

La pandemia globale ha avuto come conseguenza immediata il ridimensionamento del delirio di onnipotenza che aveva caratterizzato negli ultimi decenni l'*homo oeconomicus* e questo modello di sviluppo. Il modo con cui il virus ha preso possesso del pianeta ha svelato inoltre i limiti di un sistema di pensiero che si è rivolto esclusivamente al profitto, alla speculazione finanziaria, all'exasperazione della mobilità accompagnata dalla spoliatura continua dei sistemi sanitari pubblici, del welfare state, dal venir meno delle regole economiche e bancarie, nonché dall'emergere dell'egoismo come modello unico di riferimento a livello etico e culturale. La crisi del modello neoliberista riconsegna però alla politica dei beni comuni una centralità per molti versi inedita in quanto mai come in questo momento si avverte la necessità di "correggere" e ridimensionare determinati comportamenti sia da parte dei singoli cittadini che, soprattutto, delle imprese e dei mercati.

In particolare per la nostra terra, oggi più che mai, si sente la mancanza di un servizio sanitario forte, di tipo territoriale, decentrato e comunitario/partecipato. Un sistema dove vengano valorizzati i medici di base, la domiciliarietà della

cura degli anziani, il presidio degli ospedali di valle. Un sistema sanitario dove il pubblico, oltre alla cura delle strutture, si preoccupi di promuovere ricerca e di coltivare professionalità adeguate.

Il bisogno di una rinnovata centralità della politica si esprime anche attraverso la "nuova domanda di Europa" e più in generale di una globalizzazione del volto umano sostanziata da diritti ed istanze altrettanto globali ed universali. Nessuno si salva da solo, è questa la grande lezione che possiamo apprendere dal Coronavirus e questo significa sentirsi tutti "sulla stessa barca" come ha affermato in proposito lo stesso papa Francesco.

RINNOVARE IL PATTO SOCIALE

Da qui la necessità di riscoprire la buona politica, di adeguare i nostri sistemi educativi per formare nuove classi dirigenti all'altezza dei compiti della nostra epoca, primo fra tutti quello di una nuova alleanza fra uomo e ambiente. E da qui la necessità, anche a livello locale, di mettere mano ad un nuovo patto sociale per superare l'emergenza ed affrontare con maggiore forza, energia e coesione il problema del "dopovirus".

Le Acli, che sono impegnate in uno sforzo straordinario per assicurare a tutti i livelli prestazioni sociali e servizi anche in piena emergenza, si rivolgono pertanto al governo provinciale per sollecitare il pieno coinvolgimento del Terzo settore, del volontariato e della società civile organizzata nell'opera di "ricostruzione" socio economica che seguirà a questo periodo di quarantena. Una ricostruzione che ha bisogno di nuova cooperazione, incentivazione e valorizzazione del volontariato e dall'associazionismo per costruire, fuori da logiche di appartenenza, un nuovo tessuto sociale e rafforzare la nostra comunità. Queste considerazioni, rivolte innanzitutto alla valorizzazione della comunità e del patrimonio sociale di questa terra, ci inducono a guardare anche con occhi e filtri diversi a questo momento emergenziale. Dentro la crisi si profilano infatti alcune opportunità e ripensamenti che ci inducono a rivalutare le tante risorse che appartengono al nostro territorio: le produzioni locali e le loro filiere, le pratiche di autoconsumo, l'economia domestica e i nuovi stili di vita in un'ottica di nuova responsabilità e consapevolezza rispetto all'utilizzo

delle risorse e alla loro condivisione.

VERSO UN NUOVO MODO DI FARE ASSOCIAZIONISMO

In questa situazione abbiamo poi scoperto che il lavoro intelligente a distanza è cosa utile e possibile. In questi giorni, attraverso i nostri Centri di Formazione Enaip ed i nostri servizi, abbiamo potuto testare i limiti normativi, tecnologici e di competenze di un sistema ancora gestito in forma "analogica" che diviene improvvisamente e per necessità interamente "digitale". L'abbiamo fatto perché abbiamo deciso, anche in questo momento, di perseguire un unico obiettivo: rimanere a fianco di chi ha più bisogno.

Questa esperienza ci sta mostrando la strada giusta per la costruzione di un presidio territoriale più performante, che grazie a queste tecnologie può raggiungere tutti coloro che hanno difficoltà a spostarsi (anziani, malati, disabili, mamme con bambini,...) e farci entrare in una connessione più profonda con le comunità. Testimonianze di un futuro possibile che si profila all'orizzonte, nonostante le difficoltà del momento.

* Presidente Acli Trentine



LA NUOVA INIZIATIVA

PILLOLE DI COMPAGNIA SERVIZI PROPOSTI DALLE ACLI TARENTINE ANCHE NELLA FASE 2

"Supportare la popolazione"

Nella Fase 2 non sarà consentito allentare la presa rispetto alle buone norme di prevenzione e di distanziamento sociale. Anche per questo le Acli Trentine hanno promosso una serie di servizi e di iniziative di vicinanza ai soci e alla cittadinanza per superare determinate situazioni di difficoltà, ma anche, e più semplicemente, per cogliere da questo prolungato periodo di isolamento e distanziamento un'occasione di serenità e costruzione di nuove relazioni. Tramite il canale Youtube delle Acli Trentine, i social e le app del movimento, i soci, gli utenti ed i cittadini interessati potranno accedere ad una serie di servizi di informazione ed intrattenimento che spaziano da video tutorial per anziani a materiali scolastici per gli alunni, dalla spesa on line a filmati su attività sportive e il tempo libero. "Pillole di compagnia", questo il nome dell'iniziativa delle Acli Trentine, si basa sulla praticità dei video tutorial che contengono una spiegazione operativa su tematiche di uso corrente. Le iniziative sono state messe a punto dalla Segreteria provinciale delle Acli e si avvalgono di competenze diversificate facilmente accessibili anche tramite gli hashtag #RestaACasa #VeniamoNoidaTe. I destinatari di questi servizi sono le famiglie ed i bam-

bini, ma anche la popolazione adulta ad iniziare dagli anziani. I giovani impegnati nel Servizio civile presso le Acli hanno ad esempio approntato una serie di filmati su Youtube per offrire un servizio di accompagnamento all'uso di smartphone o tablet, del PC, all'utilizzo di email o di videochiamate, fino all'attivazione di particolari servizi di ricerca canzoni o video/tv in streaming. Saranno inoltre promosse brevi lezioni di ginnastica e stretching quotidiano curata dal tecnico Eda Maistrelli dell'US Acli rivolti sia agli adulti sia al pubblico più giovane. Sullo stesso canale You-

tube saranno inoltre presenti tutorial per i bambini e gli alunni con laboratori creativi curati dal Centro Montessori di Trento. Altri filmati riguardano poi la gestione degli amici a quattro zampe guidati dall'addestratore cinofilo Giacomo Garatti in collaborazione con la Lega Nazionale Difesa del Cane Sezione di Trento.

Altri consigli e suggerimenti presenti in rete riguarderanno infine le recensioni di libri e le ricette gastronomiche con particolare attenzione alle intolleranze alimentari e ai celiaci, nonché il problema dello spreco di cibo. Attraverso il sistema a chiamata le Acli si rendono infine disponibili per suggerimenti, consigli o la compilazione diretta per i moduli relativi alla spesa online in modo tale da facilitare la popolazione anziana in queste operazioni sia presso gli esercizi commerciali, sia presso le farmacie.

Il servizio è stato messo a punto dal segretario provinciale delle Acli Joseph Valer con il supporto del personale della segreteria: Anna Baldessari e Nicoletta Pomella alle quali si sono affiancati i giovani in Servizio Civile Enzo Moser Andreatta e Federica Rosà e i collaboratori Stefano Depaoli e Nicolò Vadalà.

info

Oltre al canale Youtube delle Acli Trentine, il riferimento unico telefonico per chiamate e richieste di chiarimento, nonché per avviare il servizio di chiamata interattiva rimane sempre: 0461-277.277



Il ringraziamento in forma grafica di una Rsa trentina

COORDINAMENTO CIRCOLI DAI CIRCOLI PENSIONATI

Non servono molte parole

Molti Circoli hanno aderito ad una raccolta fondi straordinaria da destinare alle RSA attraverso UPIPA

di Tullio Cova *

Prosegono le iniziative di generosità per aiutare il Trentino alle prese con l'emergenza sanitaria e sociale legata alla diffusione del coronavirus. I Circoli anziani e pensionati della provincia hanno deciso di devolvere 9mila euro alle case di riposo che sono in prima linea in questa fase critica. «Non servono molte parole per dare testimonianza dello spirito di solidarietà e di attenzione verso le necessità del territorio che animano da sempre i soci dei circoli anziani e pensionati trentini», scrive il Coordinamento Circolo Anziani e Pensionati della Provincia Autonoma di Trento, che prosegue: «Così, con immediatezza, i Circoli Pensionati Anziani aderenti ad A.N.Ce.S.C.A.O. hanno corrisposto all'invito del Coordinamento trentino per una raccolta

fondi destinata a contrastare l'emergenza virus che attanaglia le case di riposo locali e finalizzata all'acquisto di dispositivi di protezione individuale, in particolar modo per gli operatori che sono in prima linea nelle Rsa del territorio. L'iniziativa ha portato alla raccolta di 9.000 euro che sono stati donati all'Unione Provinciale Istituzioni per l'Assistenza (Upipa) di Trento, promotore in collaborazione con le Organizzazioni sindacali del progetto "Un Aiuto per le Rsa trentine - Emergenza Coronavirus". Molti circoli hanno pure sostenuto le Rsa operanti sul proprio territorio con donazioni dirette. Tutto questo con l'esplicita motivazione che solo sostenendo la medicina territoriale e, soprattutto le Rsa che sono le più colpite, si potrà contrastare ed eliminare il virus».

* Presidente Circoli Pensionati Anziani

La mia "risurrezione" dopo la malattia

"Sono ritornato a vivere grazie a persone straordinarie". Una testimonianza umana toccante, quella di Fernando Panizza, presidente del Circolo anziani e pensionati di Vermiglio, guarito dal Coronavirus e tornato a casa dai suoi familiari. Il ragioniere Fernando Panizza è una persona molto nota in Val di Sole, avendo ricoperto anche incarichi amministrativi e lavorato fino a poco tempo fa alla Cassa Rurale Alta Val di Sole".



Il ragioniere Fernando Panizza è una persona molto nota in Val di Sole

"Ciao a tutti, sono tornato. L'ho sperato, l'ho sperato tanto, non sapete con quanto desiderio ho sperato giungesse questo momento per dirvi che sono tornato, con qualche lacrima di gioia che scende dagli occhi mentre salgo le scale di casa, con la mente che velocemente mi ripresenta una serie di coincidenze positive, favorevoli, con il cuore pieno di felicità, di serenità, per abbracciarvi e ringraziarvi tutti, tutti proprio tutti, soci del Circolo, amici, conoscenti, vermigliani, solandri e trentini, tutti i presidenti dei Circoli anziani, le autorità civili e religiose. La vostra vicinanza ed i vostri auguri sono stati indispensabili per me, per la mia famiglia, per continuare a trovare la forza necessaria di andare avanti, di combattere, per tornare tra di voi. Poche righe per dirvi che il mondo visto da dietro le quinte della unità operativa di emergenza Covid-19, dentro la prima linea di combattimento di una unità di terapia semintensiva è e rimarrà un'esperienza significativa, indelebile, fatta di piccoli passi verso la guarigione. Si è visto il lavoro di tante persone che operano in continuo stato di emergenza, in situazioni spesso al limite della sopportabile forza fisica, alla continua ricerca della sconfitta della malattia, che non si preoccupano della propria incolumità, che non risparmiano tempo e amore, pronti anche ad un sorriso per accompagnarvi fuori dal tunnel. Pregate, pregate, pregate per loro, stanno salvando le nostre vite e quelle delle nostre famiglie. Non basterà mai un grazie per tutto questo, ma forse è proprio per questo che loro sono davvero i nostri angeli custodi. E con la stessa intensità e lo stesso affetto sono vicino a tutte le famiglie nella speranza che la Pasqua di risurrezione celebrata da poco in maniera diversa dal solito, dentro una comunità lacerata da troppa sofferenza, sia il primo passo verso un nuovo percorso di vera risurrezione, di fiducia nel futuro, del ritorno alla giusta serenità, anche per le famiglie provate profondamente negli affetti, consapevole che per molte, troppe ferite, ci vorrà tempo, molto tempo per guarire. Un augurio di cuore a tutti voi e un augurio di pronta guarigione a tutti gli ammalati, ricordando quanto sia importantissima una goccia di ossigeno per la nostra vita e per il futuro dei nostri figli e nipoti. Presto ci incontreremo di nuovo tutti per le strade di Vermiglio. E un grazie sincero e commosso a tutto il personale dell'unità di emergenza Covid-19 dell'ospedale civile di Arco, sono stati semplicemente meravigliosi".

Buon giorno



DI TUTTI I PRODOTTI CHE NEGLI ULTIMI ANNI HO UTILIZZATO PER CANCELLARE LE RUGHE, LA MASCHERINA È SENZA DUBBIO LA MIGLIORE!

APPUNTI DELLE LUNGHE GIORNATE SENZA POTER INCONTRARE I PROPRI CARI

Con figli e nipoti in tempo di Coronavirus

di nonna Anna Maria

Io sono e sono sempre stata lenta a recepire; mi pare che l'eccezione è stata per la notizia che saremmo diventati nonni, sia la prima che la seconda volta: in un secondo l'informazione mi è andata dritta al cuore, alla mente, all'anima, negli occhi, nel sorriso, è stata felicità! Ma ora, tempo di Coronavirus, sono tornata a recepire con la solita lentezza.

D'inverno vedo i miei nipoti durante la settimana con la solita cadenza, ma a fine settimana partono per la montagna, vanno a sciare. Questo porta delle modifiche nei rapporti, succede che mi manchino, ma è successo anche che il Grande, per non perdere scuola il sabato mattina, è venuto a dormire da noi, quindi nipote a cena, a dormire, a colazione, a pranzo, alla corriera. Un full immersion nella nipotanza, che bello! Ovviamente la nonna lascia traboccare la tenerezza, mentre il nipote grande, che grande si sente abbondantemente, cerca di nascondere sotto qualche sorriso sghembo la sua, di tenerezza. In altri fine settimana invece il Grande è stato a casa col papà, ma venivano a pranzo, magari a cena. La domenica, quando sapevo che sarebbero rientrati, non resistevo al bisogno di preparare una torta e fargliela trovare, anche se immaginavo che l'altra nonna poteva aver pensato pure lei e provveduto, ma tant'è, torta più, torta meno... A carnevale vacanza per tutti, e quindi astinenza da nipoti. E poi si è messo di mezzo il coronavirus. Le scuole prolungano la chiusura, quindi i nipoti restano in montagna; ma quando è uscito il decreto "Tutti a casa", anche i nipoti ci sono tornati, per dare un po' di normalità a questa vacanza innaturale e forzata, vedere di seguire da casa compiti e indicazioni di studio dati dalla scuola, per stare in famiglia. E qui ci si mette di mezzo la mia lentezza di comprensione. Tornano i nipoti, devo farmi viva con una teglia di quegli gnocchi per i quali il Grande mi aveva telefonato: "Grazie



La spesa al supermercato è stata portata come una buona motivazione per poter uscire

foto Gianni Zotta

**Illustrazione
Silvio Magnani**

nonna, ne ho mangiati tre piatti; ma la prossima volta puoi farne di più, dopotutto non erano troppi". E gnocchi siano. Ma non solo: il Piccolo mi aveva parlato di certi pennarelli per esercizi di bella scrittura, o per disegni decorativi di cui gli aveva parlato l'altra nonna, mi aveva anche fatto vedere una trasmissione sull'argomento e non era finita lì perché l'altra nonna gli aveva pure regalato un pennino di quelli di una volta, ma l'inchiostro, quello no, non ce l'aveva. "Chiedi alla nonna Anna Maria se magari..." Quindi la sottoscritta è andata a fare la spesa, in cartoleria, ha preso il tutto ed ha detto al nonno: "Portiamo questa roba ai nipoti" "Ma Conte non ha detto di stare a casa?" "Sì, ma gnocchi, pennarelli e inchiostro sono un buon motivo per uscire" "Di che hai voglia di vederli" Il nonno aveva scoperto l'acqua calda. Arriviamo a destinazione contemporaneamente a nostro figlio



che ci guarda basito, anzi guarda me che ho sempre la colpa di tutto: "Ma lo sai che bisogna stare a casa?" Mi faccio piccola piccola, consegno gnocchi, pennarelli e inchiostro al figlio che mi guarda storto: "Dove l'hai preso che io al tabacchino non l'ho trovato?" e deduce che se sono andata in cartoleria sono stata in giro tutta la mattina, mentre Conte ha

Il virus ci ha portato a dover modificare anche la nostra relazione di nonni. "Ma non lo sai che devi stare a casa?"

detto di stare a casa. Ho cominciato a capire! Ho salutato il Piccolo da lontano, il Grande attraverso il citofono. Ci si è messa anche la mia consuocera che proprio in quegli istanti mi ha chiamata per un'informazione e, saputo che ero lì mi chiede se ho il permesso. "Permesso? Ma ti sembra che andare a trovare la famiglia non sia un motivo serio e urgente? E gli gnocchi non siano un lasciapassare?" La mia consuocera ha il senso dell'umorismo e ha concordato

assolutamente sugli gnocchi. Io sono tornata a casa e... ci sono ancora. I nipoti mi mancano, non c'è gusto a cucinare e infornare torte se non puoi condividere, ma passerà. E tra un po' parleremo di quanto avremo imparato dal corona virus e dai nipoti comunicando via WhatsApp.

LUISA SPAGNOLI
Grande figura
di imprenditrice e madre,
titolare dell'industria
dolciaria

di Rita Grisenti

"Dolce sorriso, temprato d'acciaio". Così con un misto di ammirazione e invidia veniva

definita: un ritratto sintetico, ma realistico di Luisa Sargentini Spagnoli, nata a Perugia nel 1877: imprenditrice, donna sensibile, protagonista della vita sociale.

Con il marito parte da una piccola drogheria dove confeziona e vende confetti. Il suo dinamismo la conduce ben presto ad aprire con un socio, Buitoni, già allora signore della pasta, una nuova ditta "La Perugina"; diventerà famosa, un marchio simbolo dell'industria italiana.

Instancabile e di grande immaginazione, Luisa gestisce fin da giovane la piccola fabbrica da sola e sa proporre dolci dai sapori nuovi. Si devono a lei le caramelle "Rossana" dal dolce gusto cremoso al latte, la banana con il suo ripieno bianco fruttato. Leccornie che faranno impazzire i bambini di un secolo. Un premio che va a caratterizzare domeniche e feste. Con avveduta concretezza sfrutta gli scarti delle nocchie e ne ricava il prodotto principe della Perugina: il "Bacio" che avrà come immagine simbolo la romantica silhouette di due innamorati sullo sfondo di un cielo blu. In più le frasi "sdolciate" (ma non solo) che si trovano a sorpresa nei biglietti interni del cioccolatino e che spesso vengono pensate e scritte da lei.



Luisa come imprenditrice sa emergere e farsi rispettare, ancorché donna in un mondo occupato in buona parte dai maschi.

Madre di tre ragazzi, vive sulla propria pelle le difficoltà di conciliare famiglia e fabbrica. Lo stabilimento di Fontivegge non solo è all'avanguardia da un punto di vista strutturale, ma diventa un modello sociale per il lavoro femminile, quando gli uomini chiamati al fronte lasciano sguarnito l'opificio. Luisa non solo apre un asilo nido per le sue operaie, ma introduce anche il diritto all'allattamento, non separando più i

neonati dalle mamme. Ha un'attenzione particolare anche per le bambine più grandi e le fa studiare perché possano liberarsi dall'atavico retaggio dell'ignoranza e della povertà. Interpreta in concreto lei per prima, la donna non solo madre, ma persona con le sue esigenze, la sua dignità, una vita pubblica. La sua eredità filantropica verrà perpetuata dai figli. Negli anni '40 gli industriali Spagnoli a Natale regalavano maglie e calze di lana ai propri dipendenti per diverse migliaia di lire. Intorno agli stabilimenti si

costruivano case a schiera per le maestranze, si dotavano le fabbriche di asili nido e si organizzavano feste, partite, gare, per la socializzazione e il tempo libero.

Con un istinto creativo volto sempre all'innovazione, mentre la Perugina cresce con il graduale inserimento dei figli, Luisa si lancia in una nuova sfida. Lo straordinario spirito imprenditoriale, inteso anche come risorsa sociale ed economica offerta alla sua terra, l'Umbria e soprattutto alle donne, la porta a creare nel 1928, un'azienda tessile, basata sull'allevamento dei conigli d'Angora, prima nel cortile di casa e poi in un capannone. E ancora una volta rivela la sua sensibilità: nel rispetto della natura i conigli non vengono né uccisi né tosati, ma semplicemente pettinati: il pelo viene raccolto e lavorato. Con questo sistema non solo tutela il mondo animale, senza mattanze, riesce a dare opportunità di lavoro a 8 mila allevatori. Il filato ricavato le permetterà di imporsi nel campo della moda con abbigliamento, scialli, bolero di raffinata eleganza. "Luisa Spagnoli": un marchio ancora oggi conosciuto in tutto il mondo. Se l'imprenditrice con singolare energia percorre una strada che le dà soddisfazioni e riconoscimenti, la donna segue fino in fondo un altro cammino personale risoluto, fedele al suo principio: "Se vuoi qualcosa devi combattere per averlo, anche se gli altri ti prendono per matta". Dopo la separazione dal marito si lega al terzo figlio del suo socio, Giovanni, più giovane di lei di 14 anni. Sarà un amore duraturo, forte, però molto discreto. Quando gravemente ammalata si recherà a Parigi, Giovanni le starà vicino fino alla morte, avvenuta nel 1935.

di Anna Maria Minotto

Letto per voi

Storie di immigrati di successo

Mi è sempre piaciuto leggere; ricordo quando, ragazzina, arrivai a tavola con "Il Giornalino" in mano, non potevo interrompere la lettura della puntata del Racconto (a puntate) e il mio papà con molta decisione lo buttò nella bocca della stufa col fuoco acceso! Sigh! (al mio papà non piaceva leggere).

Non ho un genere preferito, ma ho scoperto che ci sono libri inutili, come li ha definiti mio figlio, con ragione e libri che invece aprono gli orizzonti, toccano le corde del cuore, danno delle risposte, insegnano come è e come va il mondo; ci sono libri che ti viene voglia di prestare o addirittura tenere gelosamente, ma di cui regalare copie ad amici per qualche affinità che senti di avere con loro.

Anche questo libro, "L'Italia siamo noi", scritto dal giornalista **Jacopo Storni**, io vorrei venisse letto da tutti, proprio tutti, giovani, adulti, anziani, basta che sappiano leggere e... abbiano voglia di interpretare la realtà della vita di oggi superando pregiudizi e stereotipi, smettendo di ripetere quelle banalità sempre uguali del tipo: "Ci portano via il lavoro... li dobbiamo mantenere... sono tutti delinquenti...".

Questo libro ci insegna o ci ricorda che dietro ai movimenti migratori di oggi c'è una storia universale che si ripete nel tempo.

Di facile lettura, composto da capitoli ognuno con una storia completa, parla di immigrati che hanno avuto successo in Italia, esattamente come un italiano qual-

siasi dotato di intelligenza, capacità, volontà di fare e spirito di iniziativa.

Ognuno è arrivato in Italia nei modi che conosciamo: chi coi barconi, chi dall'est con passaporto falso, chi in volo, sostenuto da una famiglia ricca e potente, come Otto, proveniente dal Camerun, di etnia Bantù, che vuole diventare sindaco di Milano; chi, come Jean Jacques, il prete africano che trascina le folle, mandato in Europa dal missionario che in Congo gestiva la missione in cui lui è cresciuto ed è stato educato.

Idris, giornalista, l'africano più famoso d'Italia, che non si riesce a capire come, perché e quando sia arrivato dal Senegal, si sa che ha 21 fratelli, "Conosco i nomi di tutti 21, ma non li vedo quasi mai. I veri fratelli spesso sono gli amici che si incontrano lungo il cammino della vita, io ne ho tantissimi e con loro ho un rapporto di profonda fratellanza... Se chiami fratello la persona che hai di fronte instauri subito un rapporto più vero, più sincero".

Il dottor Fuad, ora primario in un ospedale toscano, ricorda quando, con una borsa di studio per l'Accademia di sanità militare di Firenze, arriva in Italia e resta scioccato: "Era tutto così diverso. Sugli autobus in Somalia la gente parla, fa amicizia; in Italia ho scoperto che non c'è dialogo, ognuno guarda per la sua strada". "Non c'è reciprocità - dice Toni Iwobi, assessore "neger" di un comune del Veneto, Spirano - e questa è un'ingiustizia che condanna i popoli del terzo mondo nella loro povertà".

Ognuno degli immigrati intervistati da Jacopo Storni racconta anche cosa fa per la sua gente nel paese di origine, ma anche per gli immigrati come lui in Italia, a livello economico, di promozione e sviluppo; dà la sua versione filosofica, sociale e antropologica sull'emigrazione, il razzismo, le diversità tra i popoli, su come sono considerate le diversità dagli uni e dagli altri: "Io ho la pelle nera e tu bianca, e allora?".

Ognuno racconta aneddoti, storie di pregiudizi e di intolleranza, ma amano l'Italia e quello che ha permesso loro di fare e di diventare, amano ancora e sempre la loro terra e gente e la aiutano, sono orgogliosi di quei valori umani trasmessi nel loro DNA che noi stiamo perdendo, soprattutto ognuno ci insegna che noi, dalla pelle bianca, non sappiamo già tutto, ci sono molte cose che possiamo imparare da loro se solo vogliamo metterci da un altro punto di vista, metterci in discussione e guardare l'altro pensando che in quella immagine siamo noi con le nostre storie diverse e sempre uguali, nel tempo e nello spazio. Leggete questo libro, vi prego, leggete questo libro, o organizziamoci per leggerlo assieme.



CIRCOLO DI ROVERETO COME ALTRI CIRCOLI SI È MOBILITATO PER LE ESIGENZE DELLA PANDEMIA

“Terza Età” solidale con medici e infermieri

di Giovanni Peroni *

È un'importante gara di solidarietà quella promossa dalla Cassa Rurale di Rovereto con l'iniziativa “sosteniamoli insieme” in favore dei medici e infermieri che ogni giorno si occupano della nostra salute. Anche il “Circolo Terza Età” della parrocchia Sacra Famiglia di Rovereto ha voluto partecipare, con i suoi 500 soci, a quest'iniziativa. Poiché la sede è chiusa dall'8 marzo e non è prevista ad oggi (*ndr: 16 maggio, data di chiusura della rivista*) la data di apertura, il presidente Giovanni Peroni, sentito il parere di tutti i componenti il direttivo, ha deciso di intraprendere fra tutti i soci una raccolta di offerte da devolvere al reparto di rianimazione di Rovereto, in questo momento particolarmente impegnato. Con la sede chiusa dallo scorso 8 marzo, vista l'impossibilità o la difficoltà di uscire di casa per effettuare versamenti e la mancanza di previsione di una prossima apertura, con comunicazioni per email e soprattutto con il passaparola, i soci del Circolo si sono impegnati assieme alla Direzione a versare alla riapertura della sede quanto promesso. Per il momento siamo riusciti ad anticipare una somma di 3.000 euro. Oltre a questa somma, si è deciso di devolvere quanto anticipato per il pranzo sociale di febbraio che, coscientemente, abbiamo creduto



Un momento del pranzo sociale

opportuno non effettuare per l'avvicinarsi della minaccia Coronavirus. Considerata l'urgenza, abbiamo già versato quanto promesso per l'acquisto di dispositivi medici (mascherine, camici, ecc.).

Il Direttivo del Circolo, ringrazia e fa i complimenti ai soci: sono stati tutti molto bravi e generosi. Per il nostro Circolo, così come per tutte le associazioni di volontariato, in questo momento risulta difficile mantenere i legami: mancano i ritrovi giornalieri, i pranzi mensili e la sede. Nelle quotidiane telefonate “di controllo” per raccomandare di stare a casa, ci sentiamo dire “sembra di essere in guerra”. Poi aggiungono “a quando il prossimo pranzo sociale? Ci manca

È stato deciso un contributo per l'acquisto di dispositivi medici

molto”. E dalle loro risposte e le loro domande troviamo il modo di ridere anche di questa disavventura: risparmiano soldi per i nipoti, riposano le ginocchia, fanno telefonate lunghissime con gli amici, imparano a usare le video telefonate e augurandosi di riabbracciarsi presto si sentono più leggeri. Raccomandiamo allora, ancora il nuovo comandamento: “state a casa” e come dicevamo una volta “fate i bravi”! State sereni e provate ad immaginare il programma che stiamo preparando per voi nel prossimo futuro e se vi viene qualche idea condividetela con noi.

* Presidente “Circolo Terza Età”, Rovereto

di dr. Maurizio Agostini

In buona salute

L'apparato cardiocircolatorio | 2

Un capitolo importante delle patologie del cuore è quello delle cardiopatie ischemiche. Ischemia è il termine scientifico che si usa per definire la sofferenza di un organo quando non è sufficientemente irrorato dal sangue e quindi diviene insufficiente l'apporto di ossigeno. Nel caso del cuore l'apporto dell'ossigeno necessario al buon funzionamento del muscolo (miocardio) è dato dalle arterie coronarie. Esse si dipartono dall'aorta e suddividendosi in rami sempre più sottili entrano nello spessore del miocardio andando a servire tutte le sue parti. Questa funzione è resa ancor più delicata e importante dal fatto che durante l'esercizio fisico, anche quello semplice di salire le scale, noi chiediamo al cuore di aumentare il suo lavoro, di fornire cioè una maggiore quantità di sangue ed ossigeno all'organismo.

Di conseguenza le coronarie devono essere in grado di adeguare il loro apporto alle aumentate richieste di lavoro. Inoltre il cuore è un muscolo particolare che non può mai essere messo a riposo totale, come possiamo fare con i muscoli delle braccia o delle gambe, deve continuare a lavorare anche quando dormiamo, seppure a basso regime. Nel corso della vita i fisiologici fenomeni di invecchiamento portano, tra l'altro, a un certo grado di irrigidimento delle pareti delle coronarie, con perdita della loro elasticità e minore capacità di far fronte al mutare delle richieste. Tuttavia l'apporto di sangue ed ossigeno rimane in grado di far fronte alle esigenze della quotidianità e di sforzi fisici moderati, a meno che altri fattori intervengano a ostacolare la funzione. È tutt'altro che raro, infatti, che la superficie interna di queste arterie si



ispessisce e divenga sede di un accumulo di sostanze che formano placche capaci di ridurre il calibro, di diminuire

quindi il flusso di sangue nel loro lume e di ostacolare il procedere. In qualche caso queste placche arrivano a chiudere del tutto un ramo delle coronarie privando una parte del miocardio dall'irrogazione sanguigna. Questo grado estremo di ischemia caratterizza l'infarto miocardico e determina la morte delle cellule miocardiche rimaste escluse dall'apporto di ossigeno. Se invece la chiusura non è completa e la carenza di ossigeno si manifesta so-

Vita dei gruppi

Rovereto

Ma cosa fa un Circolo Pensionati e Anziani?

È ripresa con il consueto pranzo sociale di gennaio l'attività del "Circolo terza età" di Rovereto. È un circolo pensionati (che non sempre significa anziani) che gode di buona salute con i suoi 500 e più iscritti ed è impegnato quotidianamente a rendere meno noiose le ore della giornata a tutti quei soci che vogliono trovarsi in compagnia.

Ma cosa significa partecipare alla vita sociale di un circolo? Semplicemente è un giorno in cui non vuoi stare in casa a guardare i soliti muri, parlare con loro, mangiare da solo o dialogare con la cassetta televisiva. Per questa socialità sei disposto anche ad affrontare il tempo incerto e freddo, il mal di schiena o di gambe per andare al Circolo.

Questo è l'impegno principale e l'assillo del nostro direttivo: organizzare varie attività perché i soci socializzino, si parlino, si facciano compagnia dimenticando per un po' i vari acciacchi o ascoltando anche gli acciacchi degli altri (mal comune... mezzo gaudio). Del resto il nostro statuto sottolinea che i soci sono persone "che desiderano riunirsi e socializzare in spirito di

cui va il nostro caloroso ringraziamento) si impegna quotidianamente per creare opportunità di svago ai nostri soci anziani. Va ricordata la preparazione di un pranzo mensile che seguiamo con particolare cura dove partecipano un numero sempre più consistente di soci: arriviamo ormai stabilmente a 130 presenze; posso ricordare i nostri "Giovedì culturali", le giornate mensili di catechesi tenute dal nostro don Daniel, le gite di una giornata effettuate tutti i mesi, nonché l'orario di apertura quotidiana al mattino della nostra sede proprio per venire incontro a quanto sopra espresso.

Abbiamo cercato nel 2019 di essere di aiuto organizzando conferenze sui vaccini, sugli antibiotici, sulla prevenzione alle cadute, sull'attenzione ad eventuali truffe ecc. Ci ha fatto molto piacere aver coinvolto un gruppo di giovani di "Noi Oratori" nel servizio a tavola per gli anziani del nostro Circolo. Un motivo di orgoglio è riuscire a gestire con passione da parte di alcuni nostri soci la biblioteca ricca di 2.000 volumi in continuo aggiornamento.



Il pranzo sociale e la nostra cucina insieme ai suoi volontari e don Daniel



amicizia fra loro, valorizzando questo nuovo periodo della vita..." e ancora, che lo "scopo del Circolo è quello di offrire ai propri soci e a tutti i pensionati e anziani d'entrambi i sessi che vogliono aderirvi, la possibilità di incontrare e conoscere altre persone di analoga condizione sociale, di stringere nuove amicizie, mettendo a frutto nell'ambiente che li circonda l'esperienza acquisita in campo lavorativo, evitando così i pericoli dell'inattività."

È con questo spirito che un bel numero di volontari (a

Tante cose abbiamo in mente di realizzare per il futuro, ma in questo è indispensabile l'apporto di idee e di disponibilità a mettersi in gioco da parte di tutti i nostri soci.

Col mese di gennaio abbiamo iniziato, nella nostra sala culturale, una serie conferenze sulla storia del nostro Trentino a partire dal 1850, delle conferenze ed esperienze di viaggio vissute e raccontate dai nostri soci nonché conferenze sulla salute degli anziani. Sono tutte iniziative che vorremmo aprire non solo ai nostri soci, ma anche a tutte le persone che volessero aderire a queste iniziative. Ne renderemo conto nei prossimi numeri di "Vivere Insieme".

Giovanni Peroni

La preghiera

Al crocifisso di San Damiano

Mai come in questo momento mi è sembrata significativa questa preghiera di S. Francesco recitata davanti al crocifisso di S. Damiano. Credo non sia molto conosciuta, di solito associamo a S. Francesco I fioretti, il Cantico delle creature; questa l'ho trovata ad Assisi cercando ricordi da portare ai ragazzi della catechesi; mi è poi capitato di sentirla cantare accompagnata dalla chitarra.

È una preghiera giusta giusta per i nostri tempi in cui viviamo nelle tenebre di un male che non sappiamo come combattere, di situazioni che nella nostra onnipotenza non abbiamo saputo prevedere, in cui ci si rifugia nella fede, non ci resta che sperare e soprattutto amare, essere compassionevoli e solidali.

Ma soprattutto ci serve l'umiltà per fare un passo indietro sulla nostra presunzione di onnipotenza e per riconsiderare il nostro essere uomini e lo scopo della nostra vita.

O alto e glorioso Dio,
illumina le tenebre
del cuore mio.

Dammi una fede retta,
speranza certa,
carità perfetta
e umiltà profonda.

Dammi, Signore,
senno e discernimento
per compiere la tua vera
e santa volontà.

Amen.

Attività svolte

La pandemia Coronavirus ha stravolto i programmi e le abitudini di tutti i Circoli Pensionati e Anziani, rendendo impossibile ogni incontro personale, ma la Redazione ha ritenuto importante dare spazio comunque alla cronaca delle attività e all'impegno degli organizzatori, nella certezza che alla ripresa della libertà di movimento, pur con ogni cautela e seguendo le indicazioni per la nostra salute e sicurezza, sapremo gustare e vivere in modo nuovo e in pienezza ogni occasione di incontro e di attività proposta.

lo in occasione delle aumentate richieste di lavoro (uno sforzo, il freddo, un'emozione violenta...) si parla di coronaropatia ischemica o di angina pectoris.

Il sintomo più classico di queste situazioni ischemiche è dato da un dolore al petto che ha carattere di oppressione e costrizione (più raramente è trafittivo), che non cambia variando posizione o con gli atti respiratori e tende ad irradiarsi al braccio sinistro, alla mandibola e al dorso. Ma i sintomi possono anche essere diversi o più sfumati secondo l'età del paziente, la zona del miocardio colpita e la sua grandezza. Infatti i quadri clinici possono andare da quello della morte improvvisa nel caso di un infarto particolarmente esteso, fino al caso di passare inosservato e di essere diagnosticato tempo dopo in occasione di un

ECG o di una ecografia che mostra qualche anomalia cicatriziale.

Naturalmente sarebbe bene accorgersi precocemente della presenza di una coronaropatia perché la situazione potrà essere migliorata con terapie farmacologiche o con la dilatazione della coronaria ristretta con l'applicazione di stent (piccole reti che aprono e ricalibrano una coronaria ostruita) o con un intervento di by pass che fa "saltare" al sangue la zona chiusa portando il sangue stesso a valle dell'ostruzione. Ci sono anche preziosi consigli riguardanti il nostro stile di vita e le attenzioni per prevenire, nei limiti del possibile, le coronaropatie. Questo argomento è così importante che gli dedicherò una trattazione a parte.

fine 2ª parte - continua

a cura di Daria Arduini

PADRE PAOLO BENANTI E LE APP DI TRACCIAMENTO

L'Italia ha confermato la scelta dell'App "Immuni", sviluppata per il tracciamento sociale delle persone positive al Covid-19. Ne parla p. Paolo Benanti, francescano, docente di Teologia morale ed etica delle tecnologie alla Pontificia Università Gregoriana e accademico della Pontificia Accademia per la Vita.

Cosa pensa delle applicazioni di tracciamento sociale?

Ogni artefatto tecnologico, può essere usato come utensile o arma. Per comprendere se l'App "Immuni" è uno strumento utile per la società, è necessario rispondere a tre domande: chi, come e quando. Il "chi", si riferisce al soggetto che sta dietro all'App. Se deve servire al bene di tutti, il soggetto deve operare per la comunità e non per il proprio interesse. Poi c'è il "come". Se chiediamo ai cittadini di fornire i propri

"Attenti alle deleghe"

dati, dobbiamo chiarire qual è lo scopo. Fino ad ora eravamo abituati a pagare il Servizio sanitario nazionale con il contributo di tutti tramite le tasse. Con una malattia che si propaga così velocemente è però evidente che il SSN ha bisogno di integrazione. Quindi se capiamo che i dati che diamo alla collettività, cioè a questo sistema, servono per curarci meglio come una sorta di tassa che versiamo per la nostra salute, è una cosa. Se invece questo diventa un esproprio da parte di un soggetto per fare business, allora è ben altro.

Che idea si è fatto dell'App "Immuni"?

Penso che la questione non sia più

sull'App, ma politica. Bisogna scegliere innanzitutto quale sistema verrà adottato. Si appoggerà a quello che hanno sviluppato le due grandi società americane Apple e Google, o sfrutterà altri modelli di decentramento, o modalità proprie? Supponendo che l'App sia corretta perché rispecchia i tre criteri di cui abbiamo parlato, rimane un fatto: se sarà ad installazione volontaria o obbligatoria. Un tema anch'esso politico. Senza considerare che la richiesta dell'utilizzo di uno smartphone con il bluetooth creerà un taglio all'interno della cittadinanza, perché non tutti hanno dispositivi di questo tipo o sono in grado di usarli. Questo creerà anche un problema di

giustizia sociale.

Se ci concentriamo solo sull'App stiamo dicendo che è importante solo la vita di chi usa lo smartphone. Questo può essere uno strumento in più ma la risposta deve essere sociale, perché ognuno è una vita che ha dignità e diritti. Su questo non possiamo delegare alla tecnologia, che può essere un supporto, restando però sempre umani. La risposta a questa pandemia dev'essere una risposta umana. Altrimenti rischiamo dei profili distopici e disumani. Ritenerne il modello smartphone quello standard, significa infatti affermare che chi resta fuori, bambini, anziani, poveri, è di serie B.

Ma in che mondo viviamo?

E SE IL CORONAVIRUS CI CAMBIASSE IN POSITIVO?

L'apertura possibile di una via nuova

Una reazione come questa davanti ad un virus, che ci si ricordi, non c'è mai stata. Ma c'è qualcosa di profondo che sta cambiando nella società, nella vita delle persone? E poi, questa mutazione potrà essere positiva? Dalla Malaysia alla California, senza passare per le drastiche misure nostrane, vediamo introdotti provvedimenti di chiusura scuole, teatri, conferenze, appelli alla cittadinanza per la limitazione dei rapporti sociali, fino ad arrivare a discussioni sulla distanza minima da tenere con il vicino, al rifiuto di stringere la mano ad un amico, per evitare il contagio. Il clima che si respira andando in giro è quello del sospetto, quello di una guerra chimica contro un nemico invisibile. La persona che si siede accanto a te, fosse anche tuo fratello, potrebbe nascondere un esplosivo! Guai toccare, guai abbracciare, su-

per guai a baciare! Effetti positivi di queste misure certo ce ne sono stati. Per esempio il numero dei morti rispetto ad altre epidemie è molto ridotto, e non è cosa da poco.

In tutto il mondo tutti i governi hanno adottato provvedimenti rigidi di protezione dal virus, nell'interesse della salute delle persone. Per una volta sembra quasi che la logica del profitto sia stata sovrastata dal principio della salvaguardia dell'individuo. Sembra che siano state messe da parte le priorità della macchina economica per far prevalere quelle della salute. Molto probabilmente, si sente dire, questo approccio sarà replicato anche per i virus futuri. Immerso dentro questo mood mi sto chiedendo: c'è qualcosa di profondo che sta cambiando nella società, nella vita delle persone? E poi, questa mutazione potrà essere positiva?

VEDO TRE POSSIBILI SCENARI

Il primo è che tutto tornerà come prima,

il paradigma dominante che continuerà a regolare i rapporti tra i popoli e gli individui, quello economico, ora neocapitalistico, resterà lo stesso. Finita la buriana, che per molti sarà pure diventata occasione di profitto, si ricomincia come prima e più di prima.

Il secondo scenario potrebbe vedere il permanere di una attenzione forte sulla integrità fisica degli individui. La salute prima di tutto. Accompagnata da un approccio scienziato e riduzionista ingenuo. In questo caso si accentuerebbe una tendenza molto pericolosa alla chiusura, alla diffidenza, all'individualismo. Che chiaramente si potranno permettere solamente le società e le persone agiate.

Ma vi è per fortuna un terzo possibile esito. Potrebbe infatti succedere, e bisogna fare di tutto perché succeda, che questa 'scossa di terremoto', nel mostrare i profondi limiti dell'attuale modello di sviluppo e nella necessità di cercare un'altra possibile via, non si fer-

mi alla superficie considerando solo l'aspetto della sanità degli uomini e delle donne, ma ponga finalmente al centro la persona nel suo valore fondamentale e unico. Solo così il coronavirus sarà servito! E potremo vedere da subito lo stesso impegno dei governi e delle imprese verso i bambini che muoiono di freddo sui Balcani, sulle popolazioni stremate dalla fame in Yemen e finanche sulle sofferenze e sulle morti di migliaia di donne e uomini a causa delle guerre e delle ingiustizie, in Libia, in Siria.... Capiremo che la morte da coronavirus non è più degna di altre morti.

Per verificare se stiamo imboccando questo stretto sentiero non dobbiamo aspettare i prossimi decreti del Governo o le dichiarazioni dei rappresentanti delle Nazioni Unite. Basta cominciare dai nostri occhi: se incrociando per strada uno sconosciuto non vedremo in lui un pericolo ma una occasione di miglioramento, allora siamo sulla strada giusta.

Franco Taverna

segretario generale della Fondazione Exodus di Don Mazzi

Vivere Insieme

Insero trimestrale di Vita Trentina
Registrazione del Tribunale di Trento n. 1157 del 9/9/1992.

Direttore
Diego Andreatta

Redazione
Piero Rattin, Claudia Dorigoni,
Anna Maria Minotto, Silvio Magnini

Impaginazione
Sergio Mosetti
Antonella Zeni, Viviana Micheli

Servizi fotografici
Gianni Zotta

Redazione - Abbonamenti
Servizio Salute Pellegrinaggi Anziani
via Barbacovi 4 - 38122 Trento
tel. 0461/891.127
anziani@diocesitn.it

Stampa e spedizione
Centro Stampa Quotidiani SpA
Via dell'Industria, 52
25030 Erbusco (BS)



Vivere Insieme

NOVITÀ

**OGNI TRE MESI
COME INSERTO
SPECIALE
DI VITA TRENINA**

**PER RINNOVARE L'ADESIONE DI € 15
ALLA RIVISTA "VIVERE INSIEME"
PER L'ANNO 2020:**

conto corrente postale
IT 48 G 07601 01800 001000139491

oppure

bonifico bancario sulla **Banca Intesasanpaolo** codice Iban
IT 84 X 03069 01856 1000 0000 1440
con causale:
adesione "Vivere Insieme" 2020

| PER INFORMAZIONI |

Servizio Salute Pellegrinaggi Anziani | via Barbacovi 4, 38122 Trento | tel. 0461/891.127 | anziani@diocesitn.it