



Pastorale  
Pensionati  
e Anziani

4 2020

## Panico o speranza?

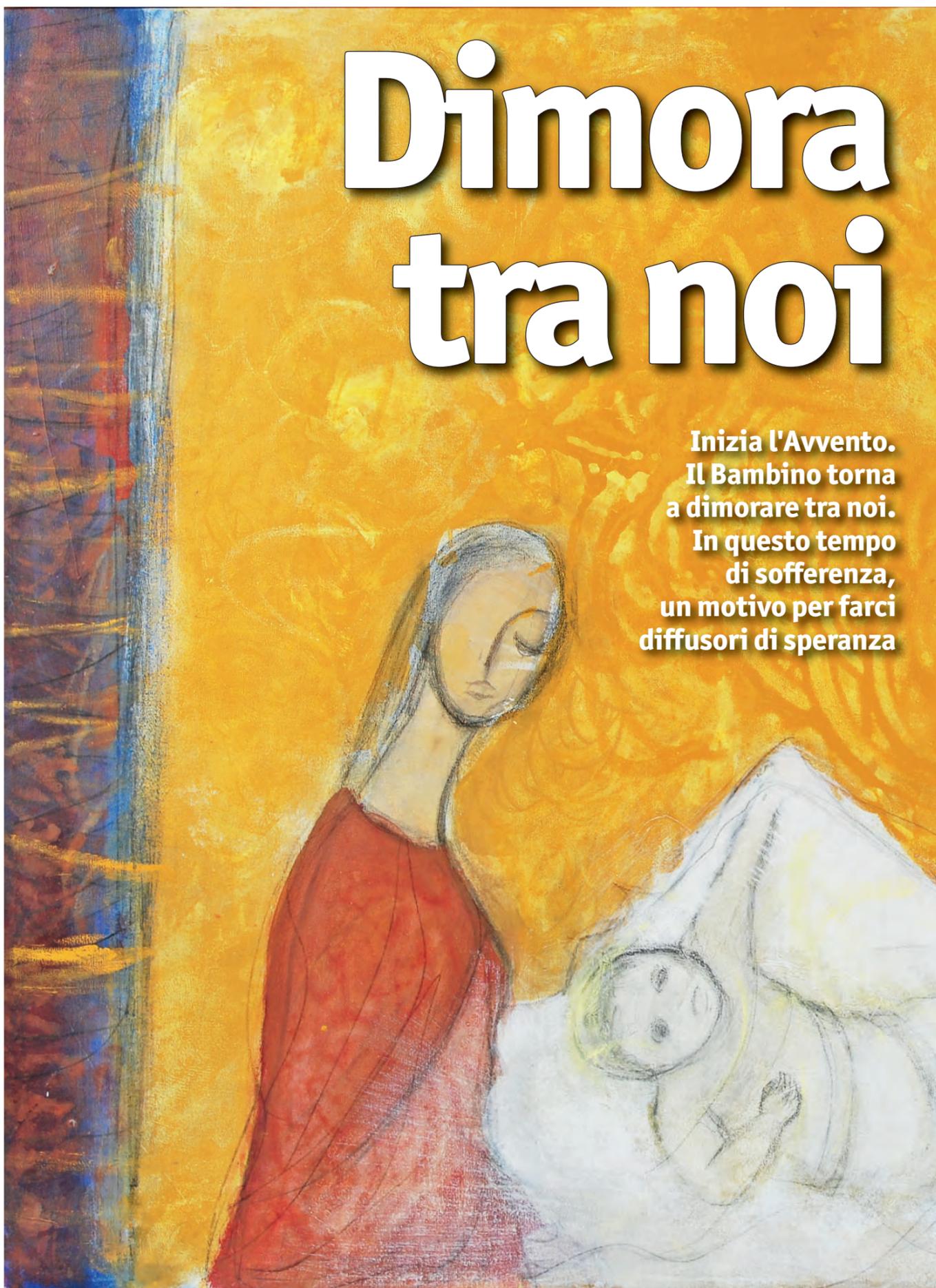
di don Piero Rattin

Panico si chiama: è la paura generalizzata che contagia molti e fa perdere le staffe, cioè impedisce di ragionare con obiettività, con equilibrio, e manda in esilio la saggezza. Proprio ciò che si è sperimentato nel corso di quest'anno, a causa d'un fenomeno preoccupante che non ha risparmiato nessun Paese al mondo: non occorre nemmeno nominarlo, tanto ne siamo esasperati: tutti sappiamo di che si tratta. Alcuni, giovani o adulti, l'hanno preso alla leggera; gli anziani invece ne hanno pagato un prezzo piuttosto elevato. Ciò nonostante l'interrogativo s'impone: è più ragionevole condividere il panico o non piuttosto diffondere speranza? E se optiamo per la seconda alternativa, a chi tocca farsene carico in modo prioritario?

Giovani e adulti son da capire (anche se non sempre da giustificare): è il primo fenomeno preoccupante di portata mondiale cui assistono. Ma per gli anziani è diverso; alcuni tra loro (se pure oggi particolarmente longevi) hanno già conosciuto fenomeni "da panico" nella loro più tenera età (il pensiero va all'evento drammatico della Seconda guerra mondiale); altri, meno longevi, ne hanno sperimentato le conseguenze negli anni di una ripresa faticosa ma comunque possibile. Sì, tocca agli anziani - in quanto persone che hanno già "provato" - diffondere fiducia e speranza.

Sorretti, in questo, da una roccaforte di sostegno che soprattutto a loro non è consentito banalizzare né sottovalutare: anche in quest'anno problematico l'inverno aveva ceduto il posto alla primavera, strana a causa del lockdown, ma non per la natura che ha fatto comunque il suo dovere; alla primavera è seguita l'estate: si è respirato, nonostante inevitabili limitazioni; ora è subentrato l'autunno, che probabilmente - come sempre - cederà il posto all'inverno. Nessun virus potrà mai bloccare la fedeltà della natura (solo l'insipienza umana la potrebbe compromettere, ma essa saprebbe comunque reagire...). Non è questo un punto d'appoggio che autorizza la speranza?

Per i cristiani inizia l'Avvento, poi sarà Natale. Certo, si potrà dire che "è sempre la stessa ruota che gira", ma per chi crede c'è una spiegazione migliore: non siamo proprietari di nulla alla fin fine, tantomeno della vita e della salute. Nessun diritto possiamo rivendicare, ma solo attivarci per proteggere e difendere quanto ci è stato dato. Sì, fragili e deboli, è da sciocchi negarlo. Tuttavia, quella che per alcuni non è altro che "una ruota che gira", è la garanzia inscalfibile (o "incontagiabile" se si preferisce) di una Presenza misteriosa sì, discreta anche, ma sovranamente potente e buona, che non verrà mai meno per nessuna ragione: infatti è "scesa" a dimorare tra noi, per non lasciarci mai più. Ecco perché noi anziani abbiamo più motivi di altri per diffondere speranza.

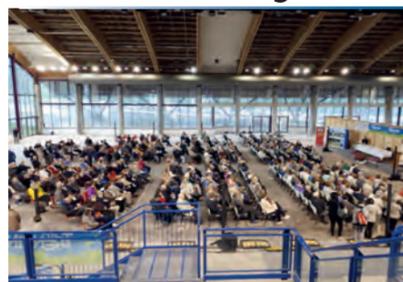


# Dimora tra noi

Inizia l'Avvento.  
Il Bambino torna a dimorare tra noi.  
In questo tempo di sofferenza,  
un motivo per farci diffusori di speranza

"Natività", opera di Mirta De Simoni, particolare

### Adelante, con juicio!



12

### Partenza graduale



14

IL VESCOVO LAURO AL PELLEGRINAGGIO "A DISTANZA" DEGLI ANZIANI A BASELGA DI PINÈ

# "Abitate questa stagione regalando tempo, ascolto, disponibilità"

di Claudia Dorigoni

**I**n circa 200 arrivano alla spicciolata alla Conca della Comparsa di Montagnaga di Pinè, la mattina di sabato 12 settembre, giornata tersa e serena, fra le ultime dell'estate. Sono ben distanziati, indossano la mascherina e prendono posto sotto il tendone, adeguato ad accogliere un numero ridotto di persone, nel pieno rispetto delle norme anti Covid. Questi pellegrini rappresentano l'intero mondo diocesano della terza età, raccolto a Pinè come ogni anno ormai da lunga tradizione, per affidare alla Madonna la ripresa delle attività di gruppo, ascoltare le parole di fiducia del proprio Vescovo e fortificarsi nell'incontro. Non tutti hanno potuto presenziare, ma in molti hanno seguito l'evento online da casa, grazie alla tecnologia diocesana. Il pellegrinaggio, guidato dall'arcivescovo Lauro Tisi, è stato introdotto da don Piero Rattin, che ha salutato i presenti e quanti seguivano in tv o streaming, con l'invocazione a Maria nel tempo della pandemia, ricordando i numerosi anziani che non sono sopravvissuti al virus. Particolarmente toccante il momento offertoriale all'interno della Messa, con la consegna al Vescovo, da parte



della presidente di UPIPA Francesca Parolari, di una pergamena con i nomi di tutte le Rsa trentine, per rendere presenti tutti gli ospiti delle Case di riposo. Un mazzo di fiori e un cesto di frutta offerti da FapAcli e Coordinamento Circoli Anziani, hanno ingentilito l'offerta. "Dobbiamo essere contenti di essere anziani. Non ci sono età belle o brutte della vita. Ogni stagione della vita ha le sue bellezze - ha



fotoservizio di Gianni Zotta

sottolineato con forza il vescovo Lauro nell'omelia - È una grande grazia diventare anziani, ci sono opportunità che in passato non avete potuto frequentare. C'è del bello nell'essere anziani".

Ha poi rivolto un plauso alla felice collaborazione tra gruppi anziani parrocchiali, Circoli Anziani del Coordinamento provinciale e del Fap Acli: "Regalate alle nostre comunità la gratitudine del 'noi'. I Circoli sono dei piccoli noi, dei gruppi di noi. Solo il 'noi' porta con sé le orme della bellezza. Abitate questa stagione regalando tempo, ascolto, disponibilità. Siate costruttori di sinergie e non gente che procede in ordine sparso aggrappata alla propria solitudine. Siate ricostruttori della comunione". Un particolare ringraziamento Tisi lo ha poi rivolto agli anziani ospiti e a tutti gli operatori delle Rsa, soprattutto in relazione ai giorni più drammatici della pandemia: "Non ci dimentichiamo di quello che abbiamo visto. Sia una provocazione a non smarrire la via del dono, del servizio e dell'incontro". Al termine della Messa i presidenti di FapAcli e Coordinamento Circoli Anziani hanno portato il loro saluto, alternato da un augurio cantato dal coro di S. Giuliana di Levico, che ha animato l'intera celebrazione con grande equilibrio e sensibilità.

## LE RUBRICHE IN QUESTO NUMERO

In ascolto  
di papa  
Francesco



>>> 4

Voci di nonni  
In buona salute



>>> 10 e 11

Vita dei gruppi

Spiritualità  
degli  
anziani



>>> 5

Coordinamento  
Circoli



>>> 12 e 13

RSA  
Case  
di Riposo



>>> 6

Fap Acli



>>> 14

Speciale  
Natale  
2020



>>> 7-8 e 9

Il personaggio



Letto per voi

>>> 15

**Vivere  
Insieme**

Inserito 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)



RINNOVIAMO L'ABBONAMENTO PER L'ANNO 2021

# Continuiamo a farci compagnia



**C**i avviciniamo lentamente alla fine del 2020, anno che ha squassato le nostre vite, i nostri equilibri, le nostre economie e si è abbattuto pesantemente soprattutto sulle fragilità del mondo degli anziani e degli ammalati, mietendo troppe vittime.

"Vivere Insieme" in questo tempo sospeso ha continuato a testimoniare cristianamente vicinanza e partecipazione alla sofferenza dei più deboli.

"La curiosità non invecchia. Si invecchia veramente solo quando non ci si stupisce più", dice lo psicanalista Massimo Ammanniti, si invecchia quando si smette di raccontare e di raccontarsi e nel contempo ascoltare e ascoltarsi. Così pensa anche la Redazione della nostra rivista che da quarant'anni desidera destare stupore e curiosità nei lettori, accompagnandoli nelle loro vite, con storie fatte di racconti, riflessioni, spiritualità, informazioni utili e anche qualche sorriso che aiuti ad alleggerire le giornate. Se tutto questo vi è gradito, **rinnovate ora il vostro abbonamento a "Vivere Insieme" per il 2021**, così potremo farvi

compagnia anche nel prossimo anno, che fin d'ora ci auguriamo più sereno e illuminato sempre dalla speranza cristiana.

La Redazione



## LA NOVITÀ

UN LIBRO DEDICATO NON SOLO AGLI ANZIANI

### "Beata solitudine..."

**N**ell'occasione del pellegrinaggio degli anziani a Pinè, è stato presentato il nuovo libro di don Piero Rattin, rettore del Santuario, "Beata solitudine, ospite insopportabile", edito da Vita Trentina Editrice. "Un libro di poche pagine, ma di tanti pensieri scritti con chiarezza. Analisi molto rigorosa sul fenomeno della solitudine, anche con indicazioni su atteggiamenti, risposte, comportamenti da mettere in atto rispetto a questo ospite insopportabile, che entra nella vita delle persone senza chiedere permesso. Diviso in cinque capitoli ben scanditi ed efficaci nella sintesi, il libro potrebbe offrire anche la risposta a tante domande: perché la solitudine è "beata"? Perché si è diffusa in modo così grave da creare un'emergenza pubblica? Con quali atteggiamenti può essere affrontata? Quali inter-

venti amministrativi e politici possiamo invocare per prevenire prima di curare? Il tutto con un valore aggiunto: quello dello sguardo della fede".

Queste alcune delle parole del direttore di Vita Trentina, Diego Andreatta, che invita a diffondere questa seconda pubblicazione di Rattin, dal titolo ispirato alla sapienza biblica e reso attuale nei dati aggiornati. Un libro da donare a figli, nipoti e giovani, perché la solitudine non riguarda solo la

terza e quarta età; idea

regalo gradita e interessante in occasione del Natale, per una lettura singola o in gruppi parrocchiali e circoli.

**Info al numero: 0461/272.660.**



La copertina del libro edito da Vita Trentina

# Vivere Insieme

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

**PER L'ANNO 2021**

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

**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" **2021**

**► PER INFORMAZIONI ◀**

# Camminare insieme

di Anna Maria Minotto

**S**ono tante le frasi del nostro Papa che sono state raccolte e tante parole che possono essere considerate, nei suoi messaggi, parole chiave.

Una di queste è "camminare", unita a "insieme". **Camminare insieme.**

Ha sviscerato il significato di questa espressione in tante occasioni, più o meno recenti: durante il viaggio in Romania, in occasione della festa di Gesù e giornata delle comunicazioni sociali, durante catechesi ed udienze, durante una visita alla congregazione dei Gesuiti, a Ginevra, durante il Pellegrinaggio Ecumenico in occasione del 70° anniversario della fondazione del Consiglio Ecumenico delle Chiese.

È in questa occasione che papa Francesco evidenzia come l'uomo è in continua evoluzione e cambiamento, sempre volto a qualche nuovo obiettivo.

**"Per tutta la vita l'uomo è chiamato a mettersi in cammino... Il cammino è metafora che rivela il senso della vita umana, che non basta a se stessa, ma è sempre in cerca di qualcosa di ulteriore.**

Il cuore ci invita ad andare...".

Andare, sì! Ma andare richiede coraggio, capacità di scegliere la meta, costanza nel perseguirla, nell'affrontare la fatica, serve disciplina. Serve anche l'umiltà di tornare indietro, se necessario e **"la cura per i compagni di viaggio"**.

E qui si inserisce la seconda parola: **insieme.**

Dobbiamo guardarci dalla tentazione

**Camminare insieme, pregare insieme, lavorare insieme: ecco la nostra strada maestra**

di adagiarsi nella nostra personale situazione, senza rischi e senza doverci mettere continuamente in discussione, ma in questo modo restiamo ancorati a soddisfare bisogni materiali e non procediamo nell'elevazione del nostro spirito e nel raggiungimento della pace del cuore. Abramo si è fidato di Dio, è uscito dalla sua terra, è andato... ed ha avuto quanto Dio gli aveva promesso. "Così Mosè, Pietro e Paolo e tutti gli amici del Signore che hanno vissuto in cammino.

**Ma soprattutto Gesù ce ne ha dato l'esempio. Per noi è uscito dalla sua**

**condizione divina e tra noi è sceso a camminare. Lui che è la via! Egli, il Signore e Maestro, si è fatto pellegrino e ospite in mezzo a noi. Tornato al padre ci ha fatto dono del suo stesso Spirito, così che anche noi abbiamo la forza di camminare nella sua direzione"**.

E qui papa Francesco continua evidenziando l'alternativa al camminare secondo lo Spirito: è camminare secondo la carne, è non lasciarsi accompagnare docilmente dove Dio indica, ma perseguire la propria rotta, inseguire la via del possesso, la logica dell'egoismo e inevitabilmente, come conseguenza, perdere di vista i compagni di viaggio. Ecco allora l'indifferenza verso gli altri, verso chi non contribuisce al raggiungimento dei nostri obiettivi, ecco lo sfruttamento del creato. Il Papa approfondisce poi il senso del "camminare insieme" in riferimento all'Ecumenismo, che si celebrava quel giorno. Sottolinea come la divisione fra cristiani sia avvenuta perché in

**Il cammino è metafora che rivela il senso della vita umana**

seno alle comunità si alimentavano prima gli interessi propri, poi quelli di Cristo, perché non si sono seguite le indicazioni dello Spirito.

Le parole di Paolo ai Galati invitano a seguire la logica del **servizio e del perdono.**

**È calarsi nella storia col passo di Dio, accompagnati dal precetto "Amerai il tuo prossimo come te stesso"**.

Sulla strada dello Spirito ci sono le pietre miliari indicate da Paolo: **amore, gioia, pace, magnanimità, benevolenza, bontà, fedeltà, mitezza, dominio di sé.**

È per opera dello Spirito che è sorto il Movimento Ecumenico; sotto la sua guida si può rinvigorire il passo, coltivare la comunione, uscire da contrasti e rifiuti reciproci, **rifiutare le scorciatoie del mondo.**

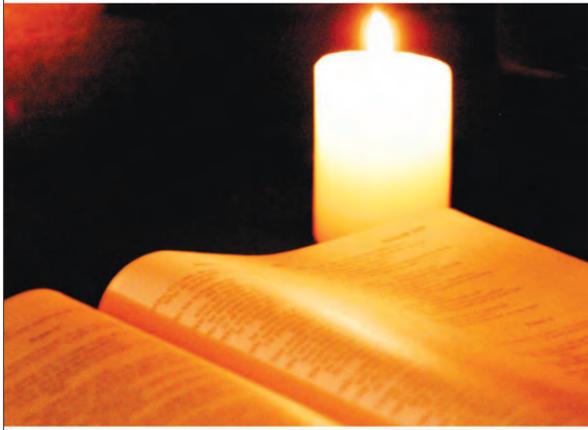
**"Camminare, pregare, lavorare insieme, ecco la strada che ci porterà all'unità.**

L'altra strada, quella degli interessi, dell'economia, della finanza, della globalizzazione, porta a guerre e distruzioni.

Il Signore ci chiede unità, il mondo dilaniato da troppe divisioni che colpiscono soprattutto i deboli, invoca unità.

**"Fratelli e sorelle - conclude il Papa - camminiamo insieme non per far valere il nostro peso, ma per obbedienza a Dio e amore verso il mondo.**





COL PADRE UNA RELAZIONE CONFIDENTE E SCHIETTA

# “Un padre sempre giovane sei tu...”

di don Piero Rattin

**E**rano le parole d'una canzone religiosa e moderna di qualche decennio fa. Parole in totale contraddizione con l'idea che ci hanno inculcato i pittori del passato nel raffigurare il Padre eterno: un vecchio canuto e dalla barba bianca che richiamava più la figura del nonno che quella di un papà (pur con tutto il rispetto per i nonni!). Certo, a partire dalla Bibbia, i tratti della canizie stanno a significare saggezza smisurata e profondità d'equilibrio, ma l'immagine di un papà semplicemente adulto, che tiene per mano il suo bambino, è molto più vicina a quanto Gesù ci ha fatto conoscere su Dio: egli lo chiamava semplicemente *abbà*, che nella sua lingua (l'aramaico) vuol dire "papà".

In ogni persona, pur col passare degli anni e fino alla tarda età, la componente del bambino non viene mai meno, sia nei suoi risvolti positivi come in quelli negativi: nascosta, forse assopita, ma mai soppressa. Del resto, cosa ha detto Gesù a tale riguardo? Ha posto nientemeno che come condizione per entrare nel Regno di Dio la chiara coscienza di questa perenne fanciullezza: *“Se non vi convertirete, tornando ad esser come bambini, non entrerete nel Regno dei cieli!”*. Nell'esperienza della Fede occorre lasciarla emergere, senza falsi pudori e senza la preoccupazione di operare distinzioni troppo nette tra ciò che nel bambino è positivo e ciò che è negativo: Gesù non ha detto di tornare ad essere bambini *buoni*, ma semplicemente *bambini*. Con tutto il nostro bagaglio di inclinazioni anche un po' egocentriche, di paure non sempre motivate, di gran voglia di braccia vigorose che, all'occorrenza, ci sculaccino anche, ma che soprattutto ci stringano forte e ci sollevino con tenerezza e fermezza insieme: sì, poiché Dio è *Il Padre nostro*, lasciamo che nella nostra relazione con Lui salti fuori il bambino che è in noi, e abituiamoci – se non proprio a chiamarlo *Papà* – almeno a considerarlo tale con la confidenza e la schiettezza alle



Dipinto di Silvio Magnani

quali ci autorizza Gesù (... che di Dio se n'intende). Nel nostro linguaggio abituale di trentini (un po' per pudore, un po' per una Fede che forse è un tantino imbalsamata) è frequente sentir parlare di Dio con questa espressione: *“quel de sòra”*: definizione imprecisa e ambigua, non solo perché - se si vive in certi grandi agglomerati urbani - *quel de sora* potrebbe essere semplicemente l'inquilino del quinto o sesto piano, ma per il motivo ben più grave che nessuno parla così della persona che ama e con la quale intrattiene una relazione vitale: non sarebbe indice di freddezza, di indifferenza indicarla come *quello lì* o *quella là*? Come stupirsi allora se la Fede di certi

anziani in un Assoluto imprecisato, *quel de sòra* appunto, diventa nei loro figli adulti, o nei loro nipoti, *assenza totale* di Fede? Ciò che non vale niente non si può lasciare in eredità: gli eredi non sanno che farsene. Personalmente penso che in non poche persone anziane la Fede ha bisogno di salire almeno di un gradino, di compiere un salto di qualità: anziché un riferimento solo occasionale a un Dio indefinito e dai contorni nebulosi, deve diventare relazione calda e ininterrotta con Colui nel cui cuore possiamo rimettere tutto ciò che siamo e nel cui volto ci è consentito guardare senza timore. Sì, occorre convertirsi, in altre parole: non s'è mai finito, ma agli anziani questa necessità si impone con particolare urgenza, sia perché - detto francamente e, *se le carte non sbagliano* - più prossimi al grande incontro con il *Termine ultimo d'ogni umana attesa*, sia per l'eredità di Fede che devono lasciare a chi li segue e che - per valere qualcosa - dev'essere preziosa.

## La preghiera

### Padre, mi abbandono a te

Padre, mi abbandono a Te, fa' di me ciò che ti piace.

Qualsiasi cosa tu faccia di me, ti ringrazio. Sono pronto a tutto, accetto tutto, purché la tua volontà si compia in me e in tutte le tue creature: non desidero nient'altro, mio Dio.

Rimetto l'anima mia nelle tue mani, te la dono, mio Dio, con tutto l'amore del mio cuore, perché ti amo.

E per me è un'esigenza di amore il donarmi a Te, l'affidarmi alle tue mani, senza misura, con infinita fiducia: perché Tu sei mio Padre.

LA PRESIDENTE DI UPIPA RIPERCORRE LA VERA DIMENSIONE DELLA CURA IN RSA

# Una fase in cui bisogna “prendersi cura”

di Francesca Parolari

**N**elle Residenze sanitarie assistenziali (RSA), la cura della persona ha molteplici dimensioni. Ricordiamo tutti, venti, trent'anni fa come l'ospite di RSA fosse persona relativamente autonoma, che usciva dalla struttura, che andava al bar oppure che girava in paese da solo. La condizione di autonomia dell'utente di RSA non era l'eccezione, rappresentava molto frequentemente la regola. La persona anziana che entra in RSA oggi, versa invece in una condizione di salute molto precaria e compromessa. Dopo il “lockdown”, o meglio la chiusura per pandemia, ai primi posti delle graduatorie di accesso nelle RSA risultano collocate persone con forte compromissione cognitiva, affette da forme di demenza molto gravi, oppure persone con più malattie – le c.d. comorbilità – gravemente invalidanti.

È evidente che, di fronte a questa situazione, ci si chiede ancora se gli aspetti relazionali, di attenzione alla sfera personale e sociale dell'anziano, che anni fa erano impliciti ed avevano bisogno solo di essere sostenuti, abbiano ancora un senso, siano cioè praticati laddove paiono prevalenti i bisogni di tipo sanitario.

La risposta è ampiamente affermativa. Mai come in questi anni, infatti, è grande lo sforzo nelle strutture assistenziali trentine per prendersi cura del benessere dell'anziano nella sua totalità, a tutto tondo. In inglese si usa il verbo “to care”. E ciò a partire dal momento dell'ingresso in struttura. Grazie alla collaborazione della famiglia, qualora possibile, vengono raccolte una serie di informazioni su chi sia la persona che viene accolta. Non quindi un numero, ma un individuo con la sua storia, i suoi affetti, le sue passioni, i suoi gusti, le sue paure. Viene raccolto il più possibile affinché si possa elaborare un piano assistenziale individualizzato, centrato sulla persona per migliorarne la qualità della vita. A partire da questo momento la famiglia, qualora presente, assume un ruolo fondamentale. Il benessere dell'anziano convive, infatti, con il benessere della famiglia che lo sta accompagnando in questa fase.



Sostenere la famiglia significa anche preservare la buona permanenza dell'ospite in struttura. Se la famiglia accetta il distacco, riesce ad elaborare i sensi di colpa, si fida del personale a cui affida il proprio caro, la vita comunitaria della persona anziana è notevolmente facilitata. Per questo grande attenzione viene posta al fine di instaurare buone relazioni con i parenti e scambi informativi efficaci. Da qualche tempo in molte strutture è diventata strategica in questo senso la figura dello psicologo. Nel momento formativo organizzato sabato 10 ottobre dall'Ordine degli psicologi trentini, in occasione della giornata mondiale della salute mentale, si è parlato a lungo del ruolo sempre maggiore che lo psicologo sta assumendo in RSA, quale figura centrale in una relazione di cura che deve contribuire a preservare un giusto equilibrio fra individuo, in senso fisico, e persona.

Accanto allo psicologo, altre figure professionali sono deputate a sostenere la dimensione socio-relazionale dell'ospite. Fra queste l'educatore oppure l'animatore. Ma anche lo stesso fisioterapista rappresenta, a mio avviso, un professionista che, attraverso l'attività motoria spesso svolta in gruppo, contribuisce a curare e mantenere vivace l'anima, attraverso il corpo. Gli stessi operatori socio sanitari hanno in RSA una connotazione che ha un

qualcosa in più rispetto al profilo professionale tradizionale. L'accompagnamento di una persona anziana per un periodo medio/lungo crea, infatti, un intreccio di relazioni che rassicura da un lato l'anziano e dall'altro arricchisce e motiva al lavoro l'operatore, aiutandolo a superare le indubbie difficoltà di una professione sotto il profilo fisico spesso pesante e logorante. Questa particolare relazione di cura si è consolidata in questi mesi di chiusura forzata ai familiari. Gli operatori hanno surrogato i figli, le mogli, i mariti, i nipoti, hanno svolto un compito ulteriore rispetto al proprio, diventando elementi che hanno sostenuto la capacità di resilienza da parte degli anziani e di adattamento ad una riorganizzazione forzata ma salvifica. Non dimentichiamo poi gli innumerevoli volontari e le associazioni che rappresentano la linfa vitale delle attività di animazione, come pure l'attenzione riconosciuta in RSA alla dimensione religiosa. Il rischio che corrono le nostre RSA, visto il tipo di utenza che accolgono in questi ultimi anni, è che si vada verso una eccessiva caratterizzazione sanitaria dei servizi, ancorché sia

**Nonostante la pandemia, grande è lo sforzo nelle strutture assistenziali trentine per prendersi cura del benessere dell'anziano nella sua totalità**



indubbio che serva in questo senso una sempre maggiore specializzazione. L'esperienza, a volte tragica, che stiamo vivendo con il Covid-19 in questi mesi spinge possentemente in questa direzione. Non possiamo però stravolgere la natura originaria dei nostri servizi, il grande patrimonio che in questi anni è stato accumulato per **affrontare l'invecchiamento non come una malattia da “curare”, ma come una fase della vita di cui “prendersi cura”** affinché sia vissuta nel miglior modo possibile.

La ricetta

Il pane di Babbo Natale



PREPARAZIONE  
20 MINUTI

COTTURA  
35 MINUTI

DIFFICOLTÀ  
FACILE

**Il pane di Babbo Natale è una preparazione salata di pasta di pane a forma di Babbo Natale, per festeggiare la vigilia di Natale!**

L'impasto salato è realizzato con pasta di pane e l'aggiunta di burro, per donarle più morbidezza. Una volta fatto riposare, il composto viene diviso in più parti che formeranno il viso, la barba, il naso, perfino il pon pon del cappello! Ultimo tocco: il rosso! Con l'uovo sbattuto e l'aggiunta di colorante alimentare potrete colorare il cappello e il naso! Per gli occhi, invece, basteranno due olive nere!



Iniziate a sciogliere il lievito insieme all'acqua tiepida **1**, mentre nel latte tiepido aggiungete lo zucchero **2** e il sale e mescolate per amalgamare gli ingredienti. Prendete una ciotola capiente e versate la farina setacciata, quindi aggiungete prima l'acqua in cui avete disciolto il lievito **3**, poi versate anche il latte con zucchero e sale **4**. Quindi iniziate ad impastare e a mano a mano versate anche l'olio d'oliva **5** a filo. Quando l'olio sarà incorporato, versate anche il burro ammorbidito a fiocchetti **6** poco alla volta, aggiungendone altro quando il precedente sarà incorporato.

Impastate il tutto nella ciotola, poi trasferite l'impasto su un ripiano leggermente infarinato. Maneggetelo energicamente **7** fino ad ottenere un impasto morbido, omogeneo e liscio. Formate una palla, ponetela in una ciotola, copritela con la pellicola **8** e lasciatela lievitare a temperatura ambiente per un paio d'ore (o fino a quando avrà raddoppiato il suo volume) **9**.

Passato il tempo necessario riprendete l'impasto, dividete l'impasto in due parti, una di circa 900 gr e l'altra di 450 g. Stendete quella più grande **10** dando una forma a triangolo di 36 cm di altezza, con la punta larga circa 6 cm e la base di 23 cm, con angoli arrotondati che rappresentano la testa e il cappello di Babbo Natale. Stendete il triangolo di pasta su una leccarda rivestita con carta da forno e spennellate con dell'acqua **11**. Poi con il tagliapasta fate delle striscioline di circa 1 cm di spessore, per tutta la base del triangolo **12**.

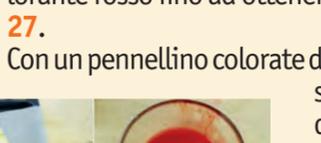
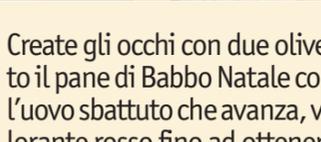
Dall'impasto rimanente, togliete un quarto che servirà per decorare, mentre il resto stendetelo leggermente e con il tagliapasta realizzate delle fettucce di 1 cm di spessore senza tagliarle del tutto **13**. Attorcigliate le strisce su loro stesse per dare movimento alla barba e adagiatele a circa metà del triangolo, lasciando spazio per la base del cappello e gli occhi **14**. Con parte dell'impasto avanzato, realizza-

te dei filoncini di lunghezze diverse che potete unire insieme per creare i baffi **15**.

Fate anche il naso con una pallina di impasto e adagiate naso e baffi al centro della barba **16**. Poi ripiegate la punta per simulare il cappello natalizio **17**, poi realizzate un pon pon e bucherellatelo con le forbici **18**.

Posizionate il pon pon **19** e poi dedicatevi alla base del cappello con la pasta rimanente, facendo un filoncino **20** da schiacciare leggermente **21**.

Rifinite il bordo con un tagliapasta dentato **22**, spennellate la fronte del Babbo Natale con l'acqua **23** e adagiatevi la base del cappello **24**.



Create gli occhi con due olive nere **25** e spennellate tutto il pane di Babbo Natale con un uovo sbattuto **26**. Nell'uovo sbattuto che avanza, versate qualche goccia di colorante rosso fino ad ottenere la colorazione desiderata **27**.

Con un pennellino colorate di rosso il cappello **28** e il naso **29** quindi cuocete il pane di Babbo Natale in forno statico preriscaldato a 180° per 35 minuti (se ventilato a 160° per circa 25-30 minuti). Quando sarà cotto, sformatelo **30**, lasciate intiepidire e gustatelo per festeggiare il Natale!



per l'impasto

- Farina 0 750 g
- Acqua 190 g
- Latte intero 120 g
- Burro ammorbidito 90 g
- Olio extravergine d'oliva 60 g
- Sale fino 15 g
- Zucchero 7 g
- Lievito di birra secco 6 g
- Olive di Gaeta 2

per spennellare

- Uova 1
- Coloranti alimentari rosso q.b.

TRA IL SERIO E IL FACETO

Bisticcio tra gli animali del presepio

**A**ccadde una volta che gli animali bisticciarono per via del Natale. Alla fine giunsero a una conclusione e si domandarono cos'era l'essenziale di quella Festa così grande.

"Il tacchino naturalmente" disse la volpe. "Cosa sarebbe Natale senza il tacchino?"

"La neve!" affermò l'orso polare. "Molta neve!" e rimase estasiato: "Ah, che bello il Natale tutto bianco!"

Il capriolo disse: "Io ho bisogno d'un abete, altrimenti non posso festeggiare il Natale!"

"Sì, ma non con troppe lampadine" ululò il gufo. "Basta una luce soffusa, confortevole. L'ambiente è essenziale!"

"Ma bisogna che si veda il mio vestito nuovo" esclamò il pavone. "Senza vestito nuovo per me non è Natale!"

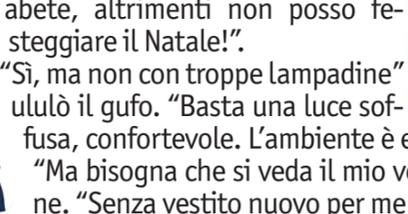
"E dei gioielli!" gracchiò la gazza. "A ogni Natale io ricevo qualcosa: un anello, una spilla o una collana; per me è questo che fa bello il Natale!"

"Ma, per favore, non dimenticate i dolci e il pane speziato!" brontolò l'orso bruno. "È questo l'essenziale. Senza questo, o dolciumi d'alcun genere, per me non è Natale".

"Fa' come faccio io" gli rispose il tasso. "Dormi, dormi, non c'è che questo di vero. Per me Natale significa dormire e dormire saporitamente!"

"E bere" aggiunse il bue. "Bere a sazietà, e soltanto dopo sonnecchiare!"

In quel preciso istante il bue lanciò un urlo: "Ahi!". L'asino gli aveva appena sferrato un calcio col suo zoccolo prima di chiedergli: "Ma tu, bue, non pensi al Bambino?". Svergognato, il bue abbassò la testa e disse: "Il Bambino! È ben questo l'essenziale! Ma, alla prova dei fatti - ribatté all'asino - questo... lo sanno gli uomini?"





di Claudia Dorigoni

“A

dmirabile signum” è il nome latino del documento che lo scorso dicembre il Santo Padre

ha scritto sul segno del presepe. Papa Francesco considera talmente importante il presepe che gli ha dedicato un’intera “lettera apostolica”, quarto documento della Chiesa in ordine di importanza, dopo “costituzione apostolica”, “enciclica” ed “esortazione apostolica”. Lo ha fatto a sostegno della «bella tradizione delle nostre famiglie, che nei giorni precedenti il Natale preparano il presepe. Come pure la consuetudine di allestirlo nei luoghi di lavoro, nelle scuole, negli ospedali, nelle carceri, nelle piazze... Si impara da bambini: quando papà e mamma, insieme ai nonni, trasmettono questa gioiosa abitudine, che racchiude in sé una ricca spiritualità popolare». Se pesco nei ricordi ormai lontani della mia infanzia, ma ancora vivissimi, non faccio fatica a ritrovare i miei nonni che mi incantavano nel raccontarmi la storia della statuina più vecchia del presepio, quella più scolorita, alla quale mancava un braccio, ma con l’agnellino ben aggrappato alle spalle; il pastorello presente da sempre nel presepe di famiglia al quale spetta ancora oggi il posto d’onore davanti alla capanna. Il Papa spiega che il presepe trova riscontro in alcuni dettagli evangelici della nascita di Gesù a Betlemme. Il primo posto del Figlio di Dio in questo mondo è dove gli animali vanno a mangiare. Il fieno diventa il primo giaciglio per Colui che si rivelerà come «il pane disceso dal cielo» (Gv 6,41). “Ma l’origine del presepe come noi lo intendiamo, risale a Greccio – prosegue il Papa – dove S. Francesco si fermò tornando probabilmente da Roma nel 1223. Le Fonti Francescane raccontano nei particolari cosa avvenne a Greccio: Quindici giorni prima di Natale, Francesco chiamò un uomo del posto, di



Il presepe annuncia con semplicità e gioia il mistero dell’Incarnazione del Figlio di Dio

nome Giovanni, e lo pregò di aiutarlo nell’attuare un desiderio: «Vorrei rappresentare il Bambino nato a Betlemme, e in qualche modo vedere con gli occhi del corpo, i disagi in cui si è trovato per la mancanza delle cose necessarie a un neonato, come fu adagiato in una greppia e come giaceva sul fieno tra il bue e l’asinello». <sup>1</sup> Appena l’ebbe ascoltato, il fedele amico andò subito ad approntare sul luogo designato tutto il necessario, secondo il desiderio del Santo. Il 25 dicembre giunsero a Greccio molti frati da varie parti e arrivarono anche uomini e donne dai casolari della zona, portando fiori e fiaccole per illuminare quella santa notte. Arrivato Francesco, trovò la greppia con il fieno, il bue e l’asinello. La gente accorsa manifestò una gioia indicibile, mai assaporata prima, davanti alla scena del Natale. Poi il sacerdote, sulla mangiatoia, celebrò solennemente l’Eucaristia, mostrando il legame tra l’Incarnazione del Figlio di Dio e l’Eucaristia. In quella circostanza, a Greccio, non c’erano statuine: il presepe fu realizzato e vissuto da quanti erano presenti. <sup>2</sup>

È così che nasce la nostra tradizione: tutti attorno alla grotta e ricolmi di gioia, senza più alcuna distanza tra l’evento che si compie e quanti diventano partecipi del mistero.

**Perché il presepe suscita tanto stupore e ci commuove?** – Si chiede il Papa –. Anzitutto perché manifesta la tenerezza di Dio che si abbassa alla nostra piccolezza. Il dono della vita, già misterioso ogni volta per noi, ci affascina ancora di più vedendo che Colui che è nato da Maria è la fonte e il sostegno di ogni vita.

# Il mirabile del



## PRESEPE NAPOLETANO

“I Magi insegnano che si può partire da molto lontano per raggiungere Cristo e davanti al Re Bambino li pervade una grande gioia”



Comporre il presepe nelle nostre case ci aiuta a rivivere la storia che si è vissuta a Betlemme. Il presepe è un invito a “sentire”, a “toccare” la povertà che il Figlio di Dio ha scelto per sé nella sua Incarnazione... un appello a seguirlo sulla via dell’umiltà, della povertà, della spogliazione, che dalla mangiatoia di Betlemme conduce alla Croce. È un appello a incontrarlo e servirlo con

## I PRESEPI DAL MONDO



### GRECCIO, SANTUARIO DEL PRESEPIO

“L’origine del presepe, come noi lo intendiamo, risale a Greccio, dove S. Francesco rappresentò il primo presepe della storia”

### PRESEPE D’ARGILLA

“Dio si presenta in un bambino, per farsi accogliere nelle nostre braccia. Nella debolezza e nella fragilità nasconde la sua potenza che tutto crea e trasforma”



### PRESEPE INDONESIANO

“San Giuseppe è il custode che non si stanca mai di proteggere la sua famiglia”



### PRESEPE BOLIVIANO

“I pastori, primi testimoni dell’essenziale, sono i più umili e poveri che sanno accogliere l’avvenimento dell’Incarnazione”

# segno presepe



misericordia nei fratelli e nelle sorelle più bisognosi (cfr Mt 25,31-46). Il Papa passa poi in rassegna vari segni che compongono il presepe, per cogliere il senso che portano in sé: **il cielo stellato** nel buio e nel silenzio della notte, che richiama le numerose notti che circondano la nostra vita. Momenti nei quali però Dio si fa presente per rispondere alle domande decisive che riguardano il senso della nostra esistenza;

**i paesaggi** variamente rappresentati nel tempo e nel mondo, spesso con la presenza di antiche rovine, segno visibile dell'umanità decaduta, di tutto ciò che va in rovina, che è corrotto e intristito. Gesù è la novità in mezzo a un mondo vecchio, ed è venuto a guarire e ricostruire, a riportare la nostra vita e il mondo al loro splendore originario;

## PRESEPE TARENTINO

“Gesù è la novità in mezzo a un mondo vecchio ed è venuto a guarire e a ricostruire, a riportare la nostra vita e il mondo al loro antico splendore”



## PRESEPE AUSTRIACO

“Tante altre statuine che sembrano non avere alcuna relazione con i racconti evangelici, esprimono che in questo nuovo mondo inaugurato da Gesù c'è spazio per tutto ciò che è umano e per ogni creatura”



Didascalie da “Admirabile signum” di papa Francesco

Foto di don Piero Rattin



**gli angeli e la stella cometa** sono il segno che anche noi siamo chiamati a metterci in cammino per raggiungere la grotta e adorare il Signore; **i pastori**, primi testimoni dell'essenziale, cioè della salvezza che viene donata. Sono i più umili e i più poveri che sanno accogliere l'avvenimento dell'Incarnazione, mettendosi in cammino verso di Lui, per un incontro di amore e di grato stupore; **tante statuine simboliche**, spesso poveri e mendicanti, gente – sottolinea il Papa – che non conosce altra abbondanza se non quella del cuore. Anche loro stanno vicine a Gesù Bambino a pieno titolo, senza che nessuno possa sfrattarle o allontanarle da una culla talmente improvvisata che i poveri attorno ad essa non stonano affatto. I poveri, anzi, sono i privilegiati di questo mistero e, spesso, coloro che maggiormente riescono a riconoscere la presenza di Dio in mezzo a noi. Dal presepe emerge chiaro il messaggio che non possiamo lasciarci illudere dalla ricchezza e da tante proposte effimere di felicità. Il palazzo di Erode è sullo sfondo, chiuso, sordo all'annuncio di gioia. Nascendo nel presepe, Dio stesso inizia l'unica vera rivoluzione che dà speranza e dignità ai diseredati, agli emarginati: la rivoluzione dell'amore, la rivoluzione della tenerezza. Dal presepe Gesù proclama, con mite potenza, l'appello alla condivisione con gli ultimi quale strada verso un mondo più umano e fraterno, dove nessuno sia escluso ed emarginato; **tante altre statuine** che sembrano non avere alcuna relazione con i racconti evangelici, esprimono che in questo nuovo mondo inaugurato da Gesù c'è spazio per tutto ciò che è umano e per ogni creatura. Dal pastore al fabbro, dal fornaio ai musicisti, dalle donne che portano le brocche d'acqua ai bambini che giocano...: tutto ciò rappresenta la santità quotidiana, la gioia di fare in modo straordinario le cose di tutti i giorni, quando Gesù condivide con noi la sua vita divina; la grotta con **le statuine di Maria e di Giuseppe**. Maria è una mamma che contempla il suo bambino e lo mostra a quanti vengono a visitarlo. All'annuncio dell'angelo che le chiedeva di diventare la madre di Dio, Maria rispose con obbedienza piena e totale. Le sue parole: «Ecco la serva del Signore: avvenga per me secondo la tua parola» (Lc 1,38), sono la testimonianza di come abbandonarsi nella fede alla volontà di Dio. San Giuseppe svolge un ruolo molto importante nella vita di Gesù e di Maria. È il custode che non si stanca mai di proteggere la sua famiglia e spesso viene rappresentato con in mano il bastone o la lanterna; infine il cuore del presepe, con **la statuina di Gesù Bambino**. Dio si presenta così, in un bambino, per farsi accogliere tra le nostre braccia. Nella debolezza e nella fragilità nasconde la sua potenza che tutto crea e trasforma. In Gesù Dio è stato bambino e in questa condizione ha voluto rivelare la grandezza del suo amore, che si manifesta in un sorriso e nel tendere le sue mani verso chiunque. La nascita di un bambino suscita gioia e stupore, perché pone dinanzi al grande mistero della vita. Vedendo brillare gli occhi dei giovani sposi davanti al loro

figlio appena nato, comprendiamo i sentimenti di Maria e Giuseppe che guardando il bambino Gesù percepivano la presenza di Dio nella loro vita. Che sorpresa vedere Dio che assume i nostri stessi comportamenti: dorme, prende il latte dalla mamma, piange e gioca come tutti i bambini! Dio sconcerata, è imprevedibile, continuamente fuori dai nostri schemi. Il presepe ci provoca a pensare alla nostra vita inserita in quella di Dio; invita a diventare suoi discepoli se si vuole raggiungere il senso ultimo della vita; **le tre statuine dei Re Magi**, che si posizionano all'avvicinarsi dell'Epifania. Saggi e ricchi signori mossi dall'Oriente, che porgono al Bambino regali dal significato allegorico: l'oro onora la regalità di Gesù; l'incenso la sua divinità; la mirra la sua santa umanità che conoscerà la morte e la sepoltura. I Magi ci invitano a riflettere sulla responsabilità che ogni cristiano ha di essere evangelizzatore, portatore della Bella Notizia presso coloro che incrociamo, testimoniando la gioia di aver incontrato Gesù e il suo amore, con concrete azioni di misericordia. I Magi insegnano che si può partire da molto lontano per raggiungere Cristo e davanti al Re Bambino li pervade una gioia grande. Non si lasciano scandalizzare dalla povertà dell'ambiente; non esitano a mettersi in ginocchio e ad adorarlo. Davanti a Lui comprendono che Dio, come regola con sovrana sapienza il corso degli astri, così guida il corso della storia, abbassando i potenti ed esaltando gli umili. E certamente, tornati nel loro Paese, avranno raccontato questo incontro sorprendente con il Messia, inaugurando il viaggio del Vangelo tra le genti.

Il Papa con questa lettera ci invita anche a rinnovare la coscienza del grande dono che ci è stato fatto trasmettendoci la fede e al tempo stesso il dovere e la gioia di partecipare a figli e nipoti la stessa esperienza. Non è importante come si allestisce il presepe, può essere sempre uguale o modificarsi ogni anno; l'importante è che esso parli alla nostra vita e che questa pratica non venga mai meno; e là dove fosse caduta in disuso, possa essere riscoperta e rivitalizzata con gioia.

### Note

<sup>1</sup> Tommaso da Celano, Vita Prima, 84: Fonti Francescane (FF), n. 468.  
<sup>2</sup> Cf. ibid., 85: FF, n. 469.

A questo augurio e a quello di un sereno Natale, si unisce la Redazione di “Vivere Insieme”, raggiungendo con stima e riconoscenza, voi lettori e le vostre famiglie!



TRENTO RILANCIAMO SPAZIO ARGENTO, UNA GRANDE E UNICA STRUTTURA

# Una rete di servizi ad hoc per gli over 65

di Claudia Dorigoni

**I**l Coronavirus l'ha confermato: gli anziani nella nostra società sono sempre di più e sempre di più hanno bisogno di strutture, enti e progetti in grado di occuparsi a 360 gradi delle specifiche esigenze della terza e della quarta età. Il Comune di Trento risponde a queste necessità con un nuovo progetto, per il quale sono stati stanziati 360 mila euro, inserito nel piano provinciale più ampio di riforma dei servizi sociali. Il

**Welfare: ai primi di novembre è partita la sperimentazione**

progetto, avviato due anni fa e frenato ad inizio 2020 dall'emergenza sanitaria, consiste nell'ampliare e intensificare le attività già lanciate con l'istituzione dello Spazio Argento, che viene riorganizzato. Dai primi di novembre è partita la sperimentazione per un anno, dalla Valle dell'Adige e con il via libera della Provincia si passerà alla fase operativa. Questa sperimentazione ha fra le sue finalità (vedi box sotto):

- una **gestione integrata**;

- realizzare una **mappatura completa** delle risorse e delle reti;
- **creare sinergia** tra i diversi servizi sociali e sanitari;
- diffondere l'**invecchiamento attivo**.

Sul welfare anche l'epidemia ha insegnato qualcosa: i sistemi di supporto agli anziani durante la quarantena, come Pronto Pia e la rete di servizi di prossimità, hanno funzionato e saranno quindi rafforzati. Concretamente si prevede la concentrazione di tutti i servizi presenti nel Comune in un'unica struttura, in via Bronzetti 1, che fa capo ai Servizi sociali e al Servizio abitativo e Residenze protette.



## LE FINALITÀ

- Dare avvio ad una **gestione integrata** dei Servizi rivolti agli anziani e alle loro famiglie;
- realizzare una **mappatura completa** delle risorse e delle reti formali e informali del territorio, per individuare il più precocemente possibile gli anziani soli e fragili;
- **creare sinergia** tra i diversi servizi sociali e sanitari presenti sul territorio, che dovranno fare rete per dare sostegno e sollievo alle famiglie con a carico anziani fragili;
- diffondere il cosiddetto **invecchiamento attivo**; quindi niente isolamento, sì a stili di vita sani e all'integrazione sociale.

## info pratiche

Colloqui senza appuntamento il martedì dalle 8.30-12.30 in via Bronzetti, 1 a Trento. Telefoni 0461/884.039, 0461/884.040, 0461/884.087. Si può fissare il primo appuntamento in qualsiasi sede o attendere la disponibilità nella zona di residenza. È necessaria però la prenotazione ai poli territoriali: Gardolo 0461/889.825; Centro storico 0461/889.940; S. Giuseppe 0461/889.910; Clarina 0461/889.880; Povo 0461/889.960. Oppure mandare un'email a: spazioargento.politicheabitative@pec.comune.trento.it oppure servizio.attivitasociali@comune.trento.it

di dr. Maurizio Agostini

## In buona salute

### L'apparato cardiocircolatorio | 4

**C**on l'aumentare della vita media, aumentano inevitabilmente le malattie che vengono definite degenerative. Esse sono legate cioè a fattori di logoramento, di perdita di efficienza di un organo o di un apparato. Tra questi fattori c'è ovviamente l'età, ma contano molto anche le predisposizioni costituzionali e la presenza di patologie concomitanti, spesso di tipo cronico, in grado di deteriorare nel tempo, lentamente, il funzionamento di qualche struttura importante. Possono a lungo rimanere silenti, senza sintomi e poi evidenziarsi quando superano un livello di guardia che fa emergere la compromissione. Nel caso dell'apparato cardiocircolatorio, si descrivono queste situazioni con termini che abbiamo sicuramente sentito usare spesso: insufficienza cardiaca, scompenso cardiaco. Si tratta di espressioni abbastanza generiche ed

esprimono sostanzialmente il fatto che il cuore non è in grado di svolgere in pieno il suo compito nell'organismo: quello cioè di garantire in modo adeguato la circolazione del sangue e con essa la capacità di arricchirsi di ossigeno e di cederlo ai vari tessuti per il loro buon funzionamento. Accennerò a due situazioni più frequentemente in causa nel determinare lo scompenso cardiaco: le patologie valvolari e le miocardiopatie.

L'anatomia del cuore prevede la presenza di valvole che garantiscono il passaggio del sangue da un distretto all'altro e impediscono il cambio di direzione del flusso rispetto a quello dovuto. Le più note sono la valvola mitrale e quella aortica. Può succedere che, a causa di sfiancamenti, rotture o esiti di infiammazioni le valvole non si chiudano bene determinando rigurgiti retrogradi che riducono l'efficacia



della spinta in avanti del sangue, come quando pompando le ruote della bicicletta l'aria non entra tutta nella camera

d'aria ma si disperde indietro e la gomma non si gonfia a dovere. Oppure, al contrario, può succedere che le valvole non si aprano bene e lascino quindi passare solo una parte del sangue che il cuore dovrebbe spingere avanti. In entrambi i casi la corretta dinamica del sangue è compromessa e si verificano conseguenze sulla fatica del muscolo che pompa e sulle pressioni che si realizzano a monte o a valle. Nei casi lievi la situazione è tollerabile e vie-



## Gli anziani nella Valle dell'Adige

**I**n Valle dell'Adige il 23% della popolazione supera i 65 anni e il 10% fa parte della categoria dei cosiddetti grandi anziani, gli over 75. Questo porta l'indice di vecchiaia del Comune di Trento (il rapporto tra gli over 65 e gli under 14) a un indice di 170, contro la media provinciale di 149,7. Al momento sono 1.556 gli anziani in carico al servizio sociale (circa il 5% della popolazione corrispondente) e ben il 78,8% degli utenti in carico al Servizio Spazio Argento è composto da over 75enni.

La distribuzione della popolazione anziana non è uniforme sul territorio, concentrandosi prevalentemente nel centro città e nelle zone di Povo e Villazano, e proprio in queste zone è maggiore la presenza di realtà che lavorano nel settore del welfare per la terza età.

ne protetta da terapie farmacologiche, nei casi più severi si potrà pensare a un intervento chirurgico che ripristini il corretto funzionamento di queste valvole riparandole o sostituendole.

Le miocardiopatie definiscono invece difetti di funzionamento del muscolo cardiaco vero e proprio, della struttura cioè che deve garantire l'azione di pompa, spingendo con la dovuta forza il sangue nei vasi sanguigni. Le cause di una compromissione del miocardio sono molteplici e complesse. Di una abbiamo già scritto e consiste nelle cardiopatie ischemiche. Qui vorrei dire qualcosa delle due forme che può assumere macroscopicamente il danno al muscolo cardiaco. In certi casi esso può ipertrofiarsi e ostacolare la sua funzione riducendo lo spazio della cavità che ospita il sangue e il suo corretto riempimento. Più frequentemente il cuore si ingrandisce perché il muscolo si sfianca e si dilata perdendo elasticità e forza di contrazione fino a

non riuscire a tenere in circolo tutto il sangue che dovrebbe. L'inefficienza di pompa che si determina causa il depositarsi secondo gravità dei liquidi non più tenuti in circolazione e si verificano i segni più frequenti e noti dello scompenso cardiaco: il gonfiore delle gambe (edema) e il formarsi dei versamenti pleurici (liquidi alla base dei polmoni). I sintomi che il paziente può avvertire quando si stanno verificando questi fenomeni sono alterazioni del ritmo cardiaco e soprattutto la dispnea (affanno, fatica a respirare) con impossibilità a rimanere disteso anche durante il sonno. Molti farmaci sono in grado di curare lo scompenso cardiaco e di tentare di prevenire le ricadute, ma quando l'insufficienza cardiaca supera certi limiti di gravità lo scompenso diventa cronico e non più trattabile. In qualche caso si dovrà allora pensare al provvedimento più estremo: il trapianto di cuore.

quarta - fine

## Vita dei gruppi

di Anna Maria Minotto

# "In barba" alla solitudine!

**E**h, si ha un bel coraggio a parlare di gruppi dopo che abbiamo avuto due mesi di isolamento totale a casa, marzo e aprile, con le camionette dei pompieri che urlavano: "State a casa... State a casa!". E a casa siamo stati, ma Anna ed io, irriducibili, ci siamo fatte l'ultimo lunedì pomeriggio in oratorio, noi due sole, con campetto aperto e qualche ragazzino altrettanto irriducibile. Ma poi... Chiusura, chiusura totale! E allora è cominciato il periodo delle telefonate.

"Dobbiamo tenerci in contatto...".  
"Hai chiamato la signora...? Ha proprio bisogno di sentire qualcuno...".  
Non mancavano le informazioni: della Messa in streaming, del gruppo Preghiera, della tale o tal'altra celebrazione su questo o su quel canale.

E qualcuno si è pure ritrovato col telefono che diceva: "Non ti è consentita la chiamata, non hai più credito". Ma come? Con tutti i minuti che avevo!

Già, li avevi, prima di stare mezz'ora intere al telefono con un sacco di gente.

Poi c'è stata una certa apertura, ma chi si azzarda a lanciarsi?

Però c'è voglia di normalità, di routine e allora ci diciamo che riprendiamo ad incontrarci il lunedì, alle 15, come al solito, per il rosario, solo che l'incontro sarà... virtuale! Ognuno a casa sua, qualcuno però in videochiamata. Ecco che spuntano i privilegiati, quelli che hanno lo smartphone, WhatsApp e sanno smantellare un po'.

Sfortunati quelli che stavano prendendo lezioni dai nipoti, perché il tutto si è interrotto. Intanto si continua a sentirsi: "Oggi rosario" "Ci pensi tu a contattare il gruppo?...". E così intanto ci si sente.

E passano aprile e maggio. Ci vuole gradualità e prudenza, ma molti ne hanno abbastanza. Allora si interpella il parroco sull'incontrarsi

nel prato attorno alla chiesa.

"No, non si può, le delibere, le disposizioni... prato no, oratorio no...".

E allora?

Allora siamo andate in un bar; prima in poche, poi pian piano abbiamo permesso che il gruppo si allargasse, abbiamo visitato alcuni bar ai Solteri, ci siamo spinte fino a Cristo Re, ci siamo lanciate in una pizza e, soprattutto, ci siamo tenute in contatto per tutta l'estate, mentre in tempi normali ci si salutava alla fine di maggio per ritrovarsi a fine settembre.

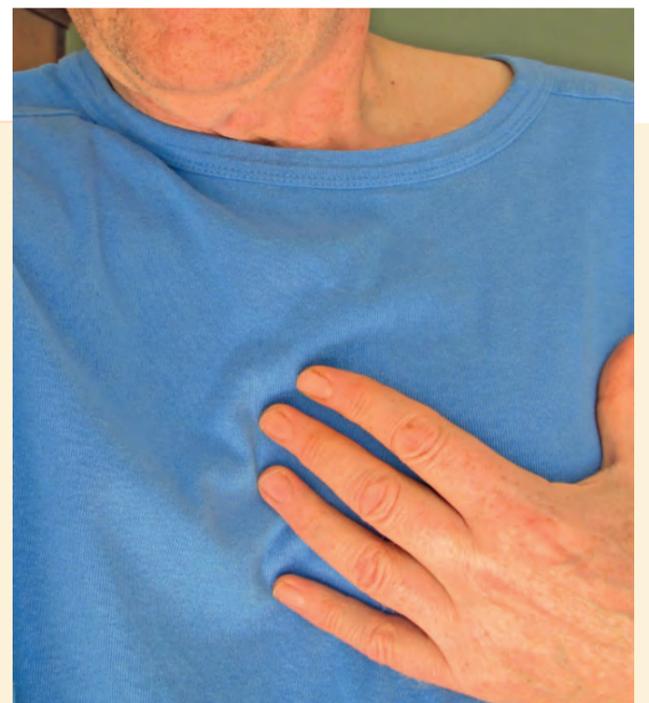
E se qualcuno qualche volta non è uscito per il caldo, la maggior parte ha rispettato l'appuntamento al bar.

Il 12 settembre, di ritorno dal pellegrinaggio a Pinè, un buon numero si è fermato a pranzare al "bar", il nostro arioso, luminoso, spazioso bar.

Da settembre ci ritroviamo in chiesa, per il rosario, poi ci si ferma un po' sul sagrato, ma per questo la stagione non è favorevole, perciò continuiamo a frequentare il "nostro" locale. Contemporaneamente sono riprese a piccoli gruppi, o individualmente, le visite a casa a chi non esce, o temporaneamente o, purtroppo quasi mai, per una situazione che ormai si consolida.

Non ci sono segni di miglioramento in questo avanzare di stagione, anzi! E sentiamo ripeterci che siamo una categoria a rischio e altre cose non proprio piacevoli, ma in qualche modo continueremo a tenere i contatti e sostenerci, constatando che il periodo di chiusura, costringendoci a tener i contatti in modo diverso da prima, ha permesso di approfondire, consolidare e ampliare le conoscenze.

In barba alla "solitudine", benedetta o no che sia.



**I sintomi sono alterazioni del ritmo cardiaco e affanno**

INCONTRO DEL DIRETTIVO DEI CIRCOLI DI TRENTO

# Adelante, con juicio!

di Tullio Cova \*

**N**onostante lo svolgersi delle attività in un clima irrealista, ricco di problematiche di tipo sanitario legate all'imperversare dell'epidemia di *Coronavirus*, il Coordinamento Provinciale dei Circoli tenta di riprendere le consuete attività cercando di non disperdere quello che con fatica, fino a qui, si è realizzato. Certo sono cambiate le regole comportamentali e amministrative disposte dall'ente pubblico. Tali regole hanno avuto sui Circoli aderenti l'effetto di spingerli a chiudere o, nel migliore dei casi, a ridurre notevolmente le consuete attività. È vero che il recente insorgere di nuovi focolai di contagio, ha indotto a restringere sempre di più il volume delle

**Graduale ripresa delle attività, compatibilmente con l'evolvere della pandemia**

manifestazioni dei Circoli, dei Centri Sociali e delle altre associazioni di volontariato sociale. In seguito a tali condizioni il 6 ottobre 2020 si è riunito, nella sede di via Sighele, il Direttivo del Coordinamento Provinciale. In quell'occasione si è aperta una animata discussione sul tema della pandemia e sulla problematica apertura o meno dei Circoli. Come è risaputo molti di questi sono tutt'ora chiusi. Devo dire che la discussione collettiva ha chiarito alcuni aspetti della questione. Anche in virtù di contatti telefonici avuti con i responsabili dei Circoli aderenti, il Coordinamento è venuto a



conoscenza che molti Dirigenti si rifiutano di prendersi la responsabilità di aprire il Circolo per il timore di un dilagare del *contagio*. Altri ritengono di non aprire in quanto manca lo spazio adeguato nella loro sede. Sono tutte legittime giustificazioni, ma che vanno meditate alla luce di assicurazioni che ci vengono trasmesse da autorità competenti. In breve il Direttivo del

Coordinamento, dopo aver dibattuto su queste questioni è giunto ad una convergente parziale soluzione. In sostanza si è ribadito di poter aprire solo dove sussistono condizioni logistiche adeguate per poter svolgere le normali attività collettive come gioco delle carte, tombola, attività artigianali, lettura dei quotidiani ed altro. Si è appurato che la chiusura dei Circoli ha notevolmente aumentato i

## LA NOVITÀ

*San Michele*

## Ma che bello il coordinamento

di Franca Pangrazzi \*

**D**a quest'anno il Gruppo Pensionati e Anziani di San Michele a/A e Grumo è divenuto Gruppo Pensionati e Anziani di San Michele a/A - A.P.S., in quanto si è associato al Coordinamento Circoli Pensionati e Anziani della Provincia. Dopo vari incontri e riflessioni, i soci hanno valutato in maniera positiva l'aggregazione a questa associazione, perché, pur rimanendo in contatto con la "Pastorale", si sarebbero aperte nuove possibilità di contatti con altri gruppi e un apporto più valido e

pronto per la risoluzione di problematiche che si sarebbero potute presentare. Grazie al supporto di Coordinamento Circoli Pensionati i soci hanno potuto avvalersi del corso di "ginnastica mentale", di cui sono stati molto soddisfatti. Purtroppo le attività sono state sospese per l'emergenza sanitaria che ha creato diversi problemi: la solitudine che ha invaso la vita di molti anziani; la paura del contagio e di conseguenza la mancanza di contatti; la limitazione anche nei normali comportamenti affettivi; l'impossibilità di contattare persone care, anche se bisognose di cure. In parte abbiamo cercato di venire in-

**Il gruppo dei Pensionati e Anziani di S. Michele a/Adige alla "Festa dei nonni" in ottobre**

contro a queste esigenze rimanendo in contatto telefonico, mantenendo le stesse abitudini di sempre, come l'invio degli auguri di Pasqua e per i compleanni, ma sono stati solo palliativi.

L'esigenza di tornare a fare una vita normale è molto forte, com'è stato dimostrato dalla numerosa partecipazione al pellegrinaggio al Santuario di Pinè per la giornata dell'ammalato, organizzato dal Coordinamento, Fap Acli e Diocesi. Profonde e molto senti-

te le parole dell'arcivescovo Lauro Tisi, che officiava la Santa Messa. Ormai abbiamo tutti l'esigenza di riprendere i "contatti sociali" e per questo abbiamo organizzato come avvio la "Festa dei nonni" che, come da foto, ha avuto un grande successo. Con il 1° ottobre abbiamo riaperto in totale sicurezza le sedi di San Michele a/A e Grumo dove i soci possono incontrarsi e riprendere i normali pasatempi, tra i quali il gioco del "Buracco". Da ricordare l'ottimo riscontro ottenuto dall'attivazione del corso di computer.

\* Presidente





**Il Coordinamento dei Circoli Pensionati e Anziani (foto precedente la pandemia)**

casi di solitudine, peraltro già ampiamente presenti, nella fascia anagrafica dell'anzianità. Ecco uno, non l'unico, motivo che ci spinge a riprendere le attività delle nostre associazioni. Pertanto il Coordinamento consiglia, nel rispetto della libertà di scelta dei singoli dirigenti e in piena osservanza delle norme di comportamento indicate dalle autorità sanitarie, di aprire le sedi delle associazioni.

\* Presidente Coordinamento Provinciale Circoli

## Zambana

Oltre trent'anni di vita

# Una vivace attività frenata dalla pandemia

Tullio Cova \*

**N**el panorama provinciale dei Circoli per le persone anziane, il Circolo di Zambana può ritenersi, con i suoi oltre 30 anni di attività, una delle più solide realtà. Di fatto nel marzo del 1990, per opera di alcuni concittadini nasce ufficialmente il Circolo di Zambana. In seguito assume una connotazione amministrativa nazionale con l'iscrizione ad Ancescao, una realtà burocratica con sede a Bologna e direttamente derivata dal Ministero degli Interni. Oggi il Circolo di Zambana si trova, come altre simili realtà, iscritto al Registro istituito dalla Provincia Autonoma di Trento delle associazioni di volontariato sociale.

Quindi, dopo aver riportato questi brevi accenni della nascita del Circolo di Zambana, vi è da aggiungere che l'intenzione da parte della reggenza del Circolo di continuare regolarmente l'attività sociale è stata bruscamente interrotta dall'insorgere repentino dell'epidemia del Coronavirus. Infatti con il consueto entusiasmo si era messo in cantiere un calendario per il 2019-2020, ricco di iniziative con le consuete partite a carte, tombola, attività artigianali, cucito, lettura dei quotidiani ed altre attività culturali. Si è organizzata la Festa in Sede aspettando l'Anno Nuovo 2020 e siamo poi riusciti a organizzare il pranzo per l'ultima domenica di Carnevale. Questa manifestazione ha, purtroppo, coinciso con l'interruzione delle nostre attività a causa dell'imperversare dell'epidemia. Da quel momento tutti gli assembramenti di più persone in un unico spazio chiuso sono stati vietati dalle autorità legali. Oggi si sono allentate le restrizioni tanto che alcune associazioni hanno regolarmente ripreso il loro lavoro ordinario. Per comodità ho allegato a questo intervento un semplice **codice di comportamento** (nel box sotto) contenente le principali norme da seguire per chi frequenta il nostro Circolo, che è regolarmente aperto.



**Il Circolo di Zambana in uscita, prima della pandemia**

\* Presidente

## misure di sicurezza per il Circolo

**1** È obbligo per chiunque entri nella sede del Circolo, adottare le precauzioni igieniche e l'utilizzo di mascherina. Per questo il Circolo ha provveduto all'acquisto di mascherine da distribuire a chi ne è sprovvisto.

**2** All'entrata igienizzazione delle mani, regolamentazione dei visitatori/soci, con indicazioni per ciascuno di essi, dei dati anagrafici (nome, cognome, data di nascita, luogo di

residenza e relativi recapiti telefonici, firma e autocertificazione), che non abbia avuto negli ultimi 5 giorni una temperatura corporea superiore a 37,5°.

**3** Il Circolo fa regolarmente detergenza delle superfici e degli oggetti destinati all'uso dei soci, garantendo l'adeguata aerazione di tutti i locali mantenendo costantemente (o il più possibile) aperti gli infissi dei servizi igienici. Assicura regolarmente le

**4** operazioni di pulizia dei locali utilizzando materiale detergente/disinfettante a base di cloro e alcool.

**5** I servizi igienici sono una zona di particolare rischio di contagio, quindi il Circolo la gestisce con estrema attenzione. Ad ogni uso/accesso viene disinfettata ed igienizzata.

**6** Per attività di gioco delle carte obbligo dell'uso della mascherina;

igienizzazione frequente delle mani e della superficie di gioco; rispetto della distanza di sicurezza di almeno un metro sia tra i giocatori dello stesso tavolo sia tra tavoli adiacenti, infine, una frequente sostituzione dei mazzi di carte usati con nuovi mazzi.

Naturalmente queste regole comportamentali non sono ristrette al solo Circolo di Zambana. È scontato che anche gli altri Circoli debbano rigorosamente attenersi a questo succinto protocollo normativo.

AGEISMO, DISCRIMINAZIONE SOCIALE NEL MONDO DEGLI ANZIANI

# Si riparte con gradualità per continuare l'importante missione

**I**n termini tecnici si chiama **ageismo** e indica la discriminazione nei confronti di una persona in base alla sua età, in particolare verso gli anziani. Un fenomeno sempre più diffuso e comune che, a differenza di sessismo e razzismo, non è punito dalla legge.

**Secondo uno studio condotto a livello europeo, il 28% degli anziani ha riferito episodi di intolleranza**

addirittura più di coloro che subiscono atti di sessismo (22%) e razzismo (12%). In uno dei settori che riguarda gli aspetti principali della vita della persona anziana, ossia quello della sanità, il 30% degli over 60 ha dichiarato di essere trattato in modo ingiusto a causa dell'età.

Non senza conseguenze: secondo una ricerca riportata dalla Società francese di Gerontologia e Geriatria le persone esposte a un comportamento negativo nei riguardi dell'invecchiamento vivono in media 7 anni e mezzo in meno rispetto alle altre.

"Rispetto al razzismo e al sessismo, l'ageismo è ancora relativamente tollerato perché, a differenza dei primi due fenomeni, è l'unica discriminazione non punita dalla legge e a volte gli anziani si considerano troppo vecchi per trarre beneficio dalle cure più avanzate perché ritengono sia normale essere malati a partire da una certa età", affermano Raffaele Antonelli Incalzi, presidente SIGG e Alberto Pilotto, presidente SIGOT. Per questo, in occasione della celebrazione dei 20 anni della Carta Europea dei diritti fondamentali, la SIGG e la SIGOT, insieme a 42 organizzazioni di 29 Paesi, promuovono lo slogan "#OldLivesMatter" - "Le vite degli anziani contano" - lanciato dalla Campagna globale contro la discriminazione nei confronti delle persone anziane per sensibilizzare i cittadini, il mondo sanitario, le istituzioni e i media.

Ageismo è il pronto soccorso che ha rifiutato di accogliere gli anziani nel pieno dell'epidemia di Covid-19; sono le solite pubblicità per le creme antirughe che stigmatizzano l'invecchiamento; è la perpetua denigrazione degli anziani - una sorta di "bullismo anti-anziani" - a causa della loro inabilità nell'uso delle nuove tecnologie; è la parola "pensionato" che cala come una mannaia e li fa sentire immediatamente



**I partecipanti alle uscite Fap Acli nel pieno rispetto delle norme di prevenzione Covid**

respinti dalla società. Il culto della giovinezza si contrappone alla demonizzazione senza fine della vecchiaia.

**La maggior parte delle persone non è conscia di contribuire alla diffusione di stereotipi** nei confronti degli anziani, che tuttavia li distrugge lentamente: "Questi dati fanno capire come nelle politiche della salute ci sia una profonda discriminazione nei riguardi dei più anziani - spiegano Pilotto e Antonelli Incalzi -. Questo pregiudizio sull'età si è evidenziato anche durante l'emergenza Covid, quando la selezione dell'ordine di priorità delle cure intensive ha toccato anche fattori legati all'età, discriminando gli anziani". Proprio per sostenere i senior e

ridurre emarginazione e solitudine, la FAP ACLI di Trento si è impegnata a riprendere gradualmente le attività di promozione sociale; attività che erano state bruscamente interrotte dal Covid.

Sono quindi ripartite le tanto apprezzate escursioni nell'ambito del progetto "due passi con le Acli" alla scoperta del territorio.

Recentemente uno studio dell'Università del Texas - Sant'Antonio (come da Journal of Geriatric

Psychiatry) ha dimostrato come camminare e pensare vadano di pari passo. Rallentare la prima azione comporta una diminuzione della seconda capacità, essendo due espressioni tipicamente parallele: sembra dimostrato che ad un rallentamento fisico e mentale si associ un maggior rischio di mortalità anticipata.

Necessariamente i gruppi sono stati limitati a dieci iscritti nel pieno rispetto delle norme di prevenzione Covid e di distanziamento sociale a tutela dei partecipanti per i quali è stato redatto uno specifico protocollo.

È stato riproposto anche il servizio dedicato all'alfabetizzazione digitale con la possibilità di prenotare su appuntamento lezioni personalizzate per imparare l'uso di tablet, smartphone e pc (per info e prenotazioni: Segreteria Acli Trentine 0461/277.244 - 0461/277.277 - segreteria@aclitrentine.it).

La mission della FAP che ha a cuore l'invecchiamento attivo, la promozione di sani stili di vita, e la socializzazione nei senior, non poteva fermarsi!

parte dell'articolo è stata tratta dal sito: [www.agi.it](http://www.agi.it)

*Per ulteriori informazioni sul progetto e la programmazione*

**FAP ACLI**  
0461.277244 - VIA ROMA 57  
FAP@ACLITRENTINE.IT

ADAMELLO COLLINI

di Rita Grisenti

**I**l bimbo che nasce il 19 luglio 1890 a Pinzolo da Libero e Fortunata Collini è figlio della sua terra, tanto che viene chiamato Adamello, come le possenti montagne che fanno da sfondo alla Val di Genova.

Con l'orizzonte che è stato teatro della Grande Guerra, giovane uomo vive in prima persona il tempo delle armi, della paura, degli stenti, della provvisorietà della vita.

Nel 1931 con le sue forze, a costo di grandi sacrifici, sulle rovine del Rifugio Bolognini, eretto nel 1886 dalla SAT e distrutto durante la guerra nel 1917, comincia a costruire un nuovo rifugio. Durante l'inverno una valanga lo rade al suolo e lui, con grande determinazione, trova una nuova collocazione e porta a termine il suo progetto: il rifugio Collini al Bédole, di fianco alle balze rocciose che portano a Cima Presena.

Scoppia la Seconda guerra e Adamello, che è una grande guida alpina, continua la sua attività sulla montagna. Vive gli anni oscuri dell'occupazione nazista, proseguendo con coraggio e umiltà il mestiere per il quale è nato. Quando i corsi storici dell'ideologia politica incupiscono le menti degli invasori e anebbian le coscienze d'interi popoli, con perseveranza rocciosa e forza cristiana autentica, lui trasforma il suo rifugio in approdo per disertori tedeschi, prigionieri e fuggitivi anglo-americani, partigiani.

Entra in contatto con la rete di soccorso di Giannantonio Mancini e il gruppo combattente di Gastone Franchetti, "Fieramosca".

In simbiosi con le sue montagne, forte della sua abilità, guida quei disperati in fuga dagli occupanti attraverso il

gruppo della Presanella fino al Passo del Tonale: da lì possono raggiungere facilmente la Svizzera. A lui con fiducia si affidano tutti e li fa passare perfino in piccoli gruppi di venti alla volta.

Non fa gesti clamorosi, incarna e vive da cristiano e uomo della montagna un suo codice di silenzioso eroismo. La sua conoscenza di sentieri impervi e passi alpini gli permette di aiutare uomini in pericolo di vita e lui con umiltà fa quello che sa fare al meglio, rende salvifica e complice la montagna.

I rischi sono enormi, ne è consapevole, ma non si tira mai indietro.

In valle c'è un delatore. Nel tardo pomeriggio del 27 settembre 1943, un uomo dall'apparenza distinta entra nel rifugio e s'informa per essere accompagnato al Mandrone. Adamello acconsente. Il visitatore esce - dice - per avvertire gli amici e rientra con altri cinque in divisa delle SS. Lo



**Negli anni dell'occupazione nazista il suo rifugio diventa approdo per disertori tedeschi, prigionieri alleati in fuga e partigiani. Sopra, il busto di Collini a Pinzolo, particolare**

foto Carmelo Ossana

# L'eroe silenzioso

prendono, perché è un uomo che non si nasconde; viene interrogato davanti al figlio Remo, presente alla tragica cattura.

Durante l'interrogatorio con fierezza non nega la sua attività partigiana e non si umilia a chiedere clemenza. Al comandante delle SS, Heinrich Schwarz, che lo incalza, lui risponde con coraggio e fermezza, affermando i valori dell'onore e dell'obbedienza ai Comandamenti di Dio: "Non sono a conoscenza del Codice di Guerra, ma, anche se lo conoscessi, al di sopra di questo Codice c'è una Legge che, anziché proibire, ordina di accogliere, in questi luoghi selvaggi, chiunque chiede aiuto. È la Legge di Dio!".

Tradotto dal Bédole a Pinzolo, Adamello rinuncia alla via di fuga che gli offre un giovane carabiniere, consapevole che la sua salvezza significherebbe la morte del milite e la persecuzione dei suoi familiari. Con il numero di trasporto 104, dal Lager di Bolzano viene deportato in Austria, al campo di concentramento di Mauthausen: numero di matricola 110444.

Muore al sottocampo di Melk, il 12 febbraio 1945.

## il riconoscimento

**I**l 25 aprile 2002 il Presidente della Repubblica Ciampi conferisce ad Adamello Collini la medaglia d'Oro al merito civile. Questa la motivazione: *"Guida alpina, sempre generosamente disponibile nel soccorso in montagna, durante l'ultima guerra, incurante del grave rischio personale, accompagnava militari sbandati e alleati in fuga verso i territori liberi. Catturato dai tedeschi, veniva internato nel campo di Mauthausen, dove immolava la vita ai più nobili ideali d'umana solidarietà".*

di Anna Maria Minotto

## Leone e la nonna

**H**o conosciuto questa scrittrice grazie ad un mio amico che parlando di genitori e figli, professori e studenti, nonni e nipoti, mi ha prestato il libro "Non so niente di te", scritto appunto, da Paola Mastrocola. E mi è piaciuto tantissimo, tanto che il mio amico me ne ha prestati altri ed io ne ho comprato uno dal titolo "Leone", incuriosita dal titolo e dalla recensione.

Non sono stata delusa.

Mi piace come scrive questa autrice, in modo semplice e chiaro, come se si rivolgesse a bambini, spiega le cose nei dettagli e soprattutto si sofferma a descrivere comportamenti, atteggiamenti, aspetti delle emozioni e dei sentimenti delle persone.

Non si limita a questo. Spesso crea situazioni divertenti, addirittura di sapore magico e fiabesco attorno alle persone; non si sa più se stiamo leggendo un libro per adulti o per bambini.

Leone è un bambino che vive con la mamma separata dal marito, che gli vuole molto bene e si preoccupa molto di lui e per lui e che si accorge, con grande



### Il libro di Paola Mastrocola

sgomento che Leone prega, dappertutto e in qualsiasi momento.

Sgomento, appunto! Perché? Come mai? Da chi ha imparato? E se gli altri lo prendono in giro?

Attraverso le domande e le preoccupazioni di questa mamma si sviscera il racconto della vita di Leone, a casa, a scuola tra compagni che lo ignorano, altri che lo prendono in giro, uno, solo come lui, con cui inizia un'amicizia; e sempre Leone prega, non solo, arriva a chiedere a mamma e papà di portarlo in chiesa, non necessariamente tutti due assieme, basta anche uno.

Si scopre che la nonna lo portava in chiesa, pregavano, a Natale andavano a vedere il presepe e lo allestivano pure a casa. Ora la nonna è morta, ma i semi gettati da lei germogliano.

E poi nella vita di Leone e del quartiere in cui vive capita una alluvione: piove, piove, piove! Le strade, i negozi, le abitazioni a piano terra si allagano; la gen-

te, come per un tacito accordo e invito, sale nell'appartamento di Leone. C'è posto e accoglienza per tutti. A un certo momento la vocina di una compagna di Leone, una che non lo aveva mai preso in giro, propone: "Preghiamo?". E tutti pregano, come lo avessero sempre fatto, come fosse la cosa più semplice e scontata del mondo.

Durante la chiusura per il virus ho riletto le pagine dell'alluvione: mi sono sentita come se tutta la gente con cui ero in contatto telefonico fosse in casa mia e tutti pregassimo, con naturalezza e semplicità, ma soprattutto in comunione.

In questa storia, come negli altri libri della Mastrocola che ho letto, c'è la vicenda dei protagonisti che è anche la vicenda universale dell'uomo, ora e nel tempo, ma soprattutto c'è quel tocco di fantasia e magia che ci riporta ai miti antichi, che ci fa ricordare che il nostro destino non è regolato solo dalla razionalità, dalla programmazione, ma anche e forse, soprattutto, dall'amore e dalle relazioni tra le persone, dalla fiducia, dalla speranza, dalla fede per chi ce l'ha e vuole coltivarla.

La nonna di Leone non è tra i personaggi principali del libro, ma è quella che tira le fila di tutto e dà un senso alla storia. Buona lettura.

Letto per voi