

CULTURA  
SOCIETÀ  
FUTURO

## Club Ipazia

### Nasce il circolo culturale Auser



di Guido Margheri

Carissime e carissimi Soci, facendo seguito alle decisioni assunte dal Congresso AUSER / VSSH del 17 marzo scorso il Comitato Direttivo, nella seduta dell'11 aprile, ha approvato la costituzione di un Circolo Culturale espressione di AUSER/VSSH affidando al sottoscritto l'incarico di coordinare questa nuova iniziativa.

La promozione della cultura è una dimensione fondamentale per poter perseguire gli obiettivi di  
*segue a pag. 2*

### Das Alter als Chance



von Paul Rösch

**Wenn wir den Herausforderungen der Zukunft gewachsen sein wollen, muss sich unser Verhältnis zum Alter ändern.**

Eine wesentliche Herausforderung der Zukunft, die wir in allen Ländern Europas beobachten, gilt auch für Meran: Weil die Menschen glücklicherweise immer länger  
*folgt auf Seite 17*

ALL'INTERNO

- 4 **La rete solidale dello sportello sociale Spi/Cgil**
- 5 **A caccia di vecchie foto delle Semirurali**
- 7 **Quale olio in cucina? I consigli di Cristina Tomasi**
- 9 **La quarantennale esperienza del "Club La Ruga" a Oltrisarco**
- 10-11 **Le storie dei nostri volontari al servizio degli anziani**
- 15 **ASAA, al servizio delle famiglie dei malati di Alzheimer**

Il tuo  
5x1000  
all'Auser  
per non dimenticarti  
degli anziani

**97321610582**





## CLUB IPAZIA

# Nuovo circolo dell'Auser dedicato a cultura e società

*segue dalla prima*

fondo per cui AUSER esiste, ma assume un valore generale per la qualità della vita delle persone, la salvaguardia della coesione sociale e il rafforzamento dei legami di solidarietà sociale e intergenerazionale.

In questo senso, la fondazione di un vero e proprio Circolo Culturale dell'AUSER può e deve essere l'occasione per aumentare l'offerta di servizi, di attività e di aggregazione che l'associazione offre alla sua base "naturale", gli anziani, per valorizzare il loro ruolo e il loro protagonismo sociale.

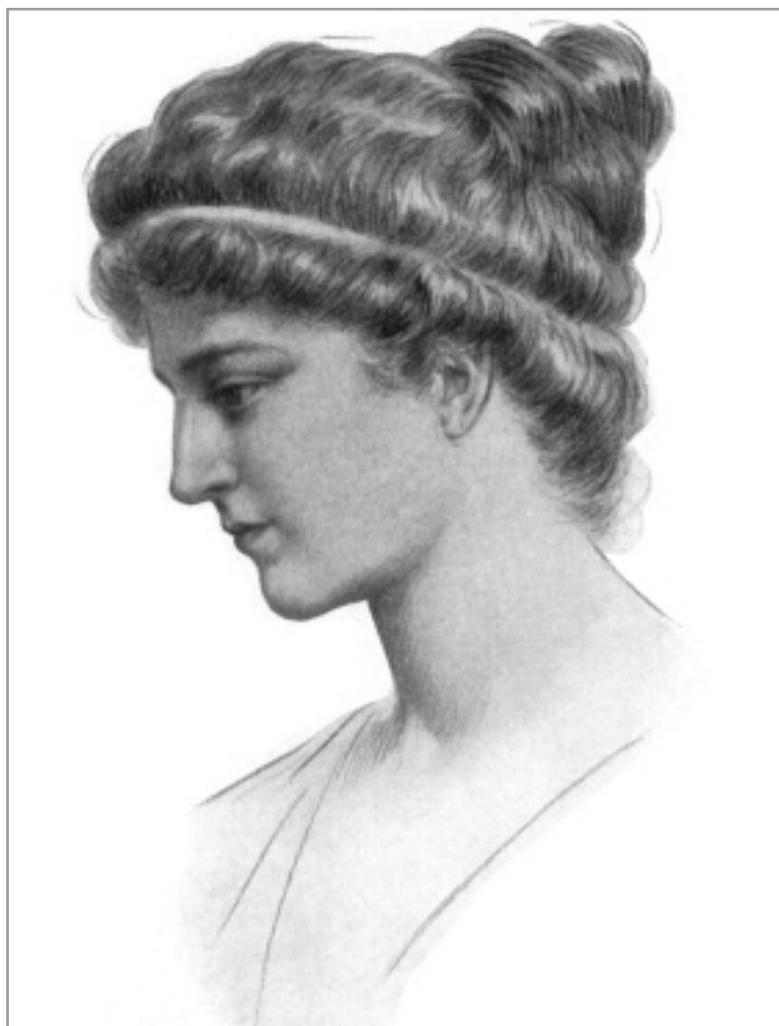
Ma per conseguire ulteriori risultati rispetto alle tante cose che già si fanno, dobbiamo avere l'ambizione di creare un punto di riferimento originale anche per chi normalmente non si rivolge all'AUSER. Non è certamente facile se si pensa, ad esempio, che, nella sola Città di Bolzano, si svolgono ogni anno centinaia e centinaia di iniziative culturali di tutti i tipi e che, spesso, ci si trova nell'imbarazzo di dover scegliere tra due, tre, quattro avvenimenti concorrenti. Certamente, la sede AUSER inserita in un contesto come quello del quartiere Don Bosco può e deve avere una funzione originale. Ma sono necessarie anche altre cose.

In primo luogo costruire alcune collaborazioni stabili con altre associazioni e istituzioni che inseriscano le nostre iniziative in circuiti generali: le biblioteche istituzionali, l'ARCI, l'ANPI, altre associazioni e circoli, tanto per fare alcuni esempi. È un modo per valorizzare il ruolo della nostra associazione e per rendere patrimonio più ampio le sue ragioni di fondo.

In secondo luogo, proprio per valorizzare il fatto che il Circolo è un'emanazione diretta dell'AUSER è necessario che alcuni filoni di iniziative siano espressione diretta dei bisogni e delle preziose proposte dei soci dell'associazione. **Proprio per questo Auser notizie pubblica a fianco il questionario che vi preghiamo di compilare e di farci avere.** Incontri mirati su salute, sicurezza, servizi e agevolazioni legati ai rapporti con le altre istituzioni culturali, incontri e dibattiti con protagonisti della vita pubblica e della cultura, presentazioni di libri, proiezioni di film, concorsi, piccoli spettacoli, rassegne stampa con direttori dei giornali... tutto ci potrà stare nei limiti delle nostre capacità.

Gli eventi dovrebbero essere espressione di una programmazione annuale, ma prima di arrivare ad una programmazione vera e propria sarà avviata una sorta di fase sperimentale "0" nella quale, appunto, con l'aiuto di tutte e tutti, metteremo a punto meccanismi organizzativi, risorse e possibilità. Le primissime iniziative di "lancio" saranno, per esempio, pubbliche interviste a personaggi come il Landeshauptmann, il Sindaco, il Direttore del Teatro Stabile, il Presidente del Neruda Volley, ecc.

Infine, per quanto riguarda il nome da dare a questa iniziativa dell'AUSER, mettendo insieme le ambizio-



ni, gli ideali e i sogni che caratterizzano la nostra associazione e il contesto di genere, plurilingue e pluriculturale in cui viviamo, il Comitato Direttivo ha infine approvato la proposta di battezzare il Circolo "Club Ipatia", ispirato alla figura della matematica, astronoma e filosofa neoplatonica, vissuta a Alessandria d'Egitto tra la fine del IV secolo e l'inizio del V secolo dopo Cristo. La sua uccisione da parte di una folla di cristiani fanatici in tumulto l'ha resa una martire universale della libertà di pensiero. A lei è intitolata una strada cittadina grazie alla lungimiranza dell'ex Sindaco Giovanni Salghetti Drioli.

Guido Margheri coordinerà il Club Ipatia e sarà coadiuvato da Oreste Galletti, Agostino Accarrino, Rosalia Canova, Paolo Valentiniotti, Attilio Biolcati, Gabriele Antinarella, Riccardo Cumer.

Tutti i volontari e i soci che volessero portare un loro contributo di idee al progetto possono comunicarlo a Guido Margheri: [guidomargheri.bz@gmail.com](mailto:guidomargheri.bz@gmail.com) oppure [guidomargheri@yahoo.it](mailto:guidomargheri@yahoo.it)

o ancora a [presidenza@auserbz.org](mailto:presidenza@auserbz.org)

Infine possono prendere un appuntamento telefonando allo 0471 200588

# Club Ipazia Auser/Vssh

## QUESTIONARIO

Lo scopo del seguente questionario è quello di raccogliere le vostre idee e le vostre proposte per rendere più efficaci e interessanti le iniziative del nuovo circolo culturale e dare le risposte migliori alle vostre attese.

Ci piacerebbe che la nuova iniziativa contribuisse ad allargare la partecipazione e il protagonismo di tutte e di tutti.

Nome \_\_\_\_\_

Cognome \_\_\_\_\_

N. cellulare o telefono \_\_\_\_\_  
(dati facoltativi)

Email \_\_\_\_\_

**1** Saresti disposta/o a collaborare nella realizzazione delle iniziative del Circolo ?

SI                      NO

**2** Quali sono i principali interessi del tuo tempo libero ?

• Lettura <input type="checkbox"/>	• Cinema <input type="checkbox"/>
• Musica <input type="checkbox"/>	• Danza <input type="checkbox"/>
• Teatro <input type="checkbox"/>	• Arte <input type="checkbox"/>
• Musei <input type="checkbox"/>	• Pratica sportiva <input type="checkbox"/>
• Fotografia <input type="checkbox"/>	• Computer <input type="checkbox"/>
• Volontariato <input type="checkbox"/>	• Impegno politico e civile <input type="checkbox"/>
• Altro _____	

**3** Quali iniziative pensi che il Circolo dovrebbe intraprendere ?

-----  
-----

**4** Su quali temi il Circolo dovrebbe sviluppare le sue iniziative

-----  
-----

## DIRITTI INESPRESSI

# Sportello sociale dello Spi/Cgil Una rete solidale sul territorio

di Gabriella Rella Bissacco

In via Piacenza 54 a Bolzano, presso la sede del Sindacato Pensionati CGIL, è attivo dal lunedì al venerdì dalle 9 alle 12 e dalle 15 alle 17 lo sportello sociale (tel. 0471/ 926409 - 0471/ 926406 - 0471/ 926402 - cell.: 342 1225688).

Questo è un luogo dove le persone incontrano persone nel rispetto della privacy, si sentono ascoltate e dove si cerca di guidare l'interessato o il familiare alla richiesta del diritto previdenziale o socio-sanitario.

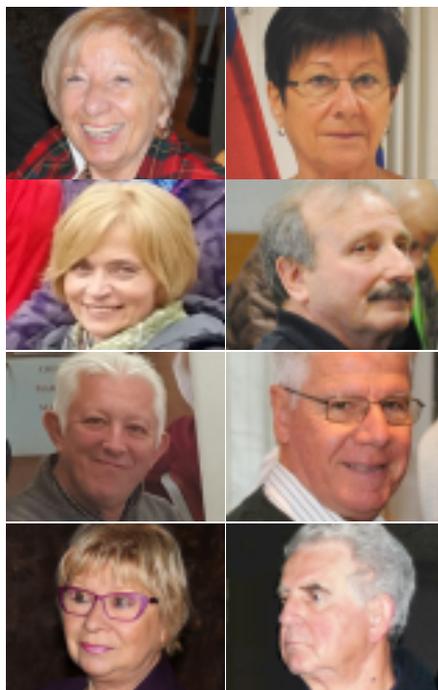
In questa occasione si favoriscono nuovi apprendimenti e informazioni.

Per questo servizio dove troverete Gabriella al mattino con Elida, Cristina, Valerio, Moreno, Renato, al pomeriggio Clelia e il mercoledì Enzo, per accogliere quanti si rivolgono sia per controllo pensione, stampa CU e OBISM, consulenza non autosufficienza, inoltre di pratiche per riconoscimento di diritti spettanti (assegno di cura, riconoscimento invalidità civile, L. 104, ricorsi, assegni al nucleo familiare, ricostituzione pensione, reversibilità, quattordicesima, verifica diritto ai bonus (gas, luce, sconto SEAB), turismo sociale, ecc... Inoltre le pratiche da inoltrare presso INCA/CGIL vengono preparate per l'inoltro in modo da agevolare il richiedente.

Si può inoltre prenotare il servizio CAAF/CGIL per RED, ISEE, DURP, 730, badanti, successioni, ecc...

L'attivazione delle pratiche con il Sindacato Pensionati CGIL, i servizi CAAF E INCA/CGIL e i vari distretti socio sanitari stanno dando soddisfacenti risultati e soprattutto hanno fatto sentire le persone prese in cura nei bisogni.

Troppe sono le persone che a tutt'oggi perdono dei diritti, per questo sollecitiamo a passare presso di noi o negli uffici delle sedi del Sindacato Pensionati SPI CGIL per un controllo della pensione e per attivare agli aventi diritto previdenze erogate dai comuni e provincia.



Gabriella, Elida, Cristina, Valerio, Moreno, Renato, Clelia, Enzo

Si fa presente con una sintesi che nel 2016 siamo riusciti a seguire 920 consulenze previdenziali; 1061 consulenze non autosufficienza; 49 riconoscimenti assegno familiare; 188 domande assegno di cura; 178 domande invalidità e Legge 104; 82 ricorsi (assegno di cura, invalidità, Legge 104); questi solo alcuni dati delle prestazioni ricordando anche l'invio ai servizi sociali, assistenza economica, case di riposo, ufficio tariffe, ecc.

Per la delicatezza delle richieste ci disponiamo con molta discrezione in un ascolto empatico per cogliere i bisogni che le parole non dicono, per questo il servizio si rivolge per essere sostegno alle persone che si prendono cura di anziani, malati oncologici, malattie degenerative, disagi sociali, ecc... Per questo è utile dare le informazioni e indirizzare nel servizio socio-sanitario e attivare tutte le previdenze che la situazione richiede e soprattutto verificare i "diritti inespresi". Si fa presente che tra qualche mese sarà attivo lo sportello presso SPI/CGIL in via Claudio Augusta con Cristina che ora è presso di noi.

## ORGANIGRAMMA RESPONSABILI AUSER DI SETTORE

**Presidente:** Elio Fonti

**Vicepresidente:**

Romolo Magosso

**Presidenza:**

Gabriella Bissacco,  
Rosa Bonelli, Orfeo Donatini

**Direttore Auser Notizie:**

Orfeo Donatini

**Portale Internet:**

Lorenzo Vidale

**Club Ipazia:**

Guido Margheri

**Coordinamento volontari:**

Irene Pampagnin/Vivian Critelli

**Coordinamento**

**call center/autisti:**

Irene Pampagnin/Vivian Critelli

**Coordinamento**

**tecnico autisti:**

Luciano Malfatti

**Coordinamento territorio /**

**assistenza a domicilio:**

Irene Pampagnin/Vivian Critelli

**Coordinamento**

**circolo "La Ruota":**

Carla Zaccone, Elisabeth De  
Wohlgemuth, Rosalia Canova,  
Tiziana Capuzzo

**Coordinamento**

**case di riposo:**

Rossana Ferrara

**Coordinamento reparto**

**Geriatria ospedale Bolzano:**

Maria Grazia Bruson

**Coordinamento balli:**

Rosa Bonelli, Heinz Peter Willeit

**Coordinamento sezione di**

**Merano:** Giorgio Claps

**Coordinamento sezione di**

**Laives:** Luciano Malfatti

**Coordinamento**

**gite/soggiorni:**

Lorenzo Vidale, Vania Bissacco

**Coordinamento**

**accompagnatori:**

Elio Fonti

**Formazione:**

Elio Fonti

**Organizzazione /**  
**amministrazione:**

Romolo Magosso



## QUARTIERE DON BOSCO



# Semirurali: un tuffo nel passato



Stiamo raccogliendo foto, filmati, testimonianze, ricordi personali e collettivi sulla vita nelle Semirurali. Con questo progetto intendiamo far rivivere la storia del quartiere Don Bosco, nato nei secondi anni Trenta come quartiere operaio, formato da centinaia di casette di tipo semirurale. Il quartiere fu costruito per accogliere la forte immigrazione italiana favorita in quegli anni dal regime fascista per disporre della necessaria manodopera per la zona industriale che allora si andava creando, e per contribuire all'italianizzazione dell'allora Tirolo meridionale, annesso all'Italia al termine della Prima guerra mondiale e rinominato in

Alto Adige. Negli anni Ottanta del Novecento fu demolito per consentire la costruzione di un quartiere a maggiore densità abitativa.

Tutto il materiale raccolto, che ovviamente verrà restituito ai proprietari, servirà a creare una mostra fotografica e diversi eventi pubblici in cui verranno coinvolti gli abitanti degli quartiere Don Bosco e tutti coloro che hanno vissuto in prima persona quel momento storico.

Chi volesse contribuire a questo progetto è pregato di mettersi in contatto con il Centro Auser, in Piazza Don Bosco 1A, tel.: **0471/200588**; email: **presidenza@userbz.org**



## SALUTE

# Quale olio usare in cucina? Controllate bene l'etichetta

di Cristina Tomasi

Vi consiglio tutti i tipi di olio non raffinato, perché la raffinazione li priva di importanti nutrienti, li distrugge e crea sostanze altamente dannose per la nostra salute.

**PER FRIGGERE** vanno benissimo tutti gli oli contenenti prevalentemente grassi saturi, perché più stabili alla cottura; non usate grassi polinsaturi per la frittura. Vi consiglio pertanto per la cucina calda, in altre parole per friggere:

- olio di cocco, (grassi saturi vegetali) \*\*
- burro (grassi saturi animali)
- burro chiarificato
- lardo

• olio di palma non raffinato (grassi saturi vegetali).  
\*\*GL. Hopper et al, *Reduced or modified dietary fat for preventing cardiovascular disease*, in "Cochrane Database Syst Rev", 7, 6 Juli 2001, cd 002137

L'olio di oliva extravergine, un olio contenente circa il 73% di acido oleico, un grasso monoinsaturo, è ideale per la cucina fredda, quindi aggiunto a freddo alle pietanze, per il soffritto, ma non per friggere. Ricordo che vi è un tipo di olio di girasole spremuto a freddo contenente oltre l'80% di acido oleico, che ha quindi le medesime caratteristiche dell'olio di oliva. Abituatevi a leggere l'etichetta dell'olio che comperate. Come una buona bottiglia di vino anche un buon olio di oliva non può costare pochi euro.

**PER LA CUCINA A FREDDO** potete usare:

- olio di semi di lino (la più ricca fonte vegetale di omega 3, che compare però solo sotto forma di acido alfa-linolenico, che può essere convertita in omega 3 solo nel 5%. Ciò vale per tutte le fonti vegetali di omega 3.)
- olio di noci
- olio di macadamia
- olio di sesamo
- olio di canapa (miscela ideale di omega 3/omega 6 e vitamina E)
- olio di avocado

**COSA EVITARE ASSOLUTAMENTE?**

Tutti gli oli vegetali, idrogenati, parzialmente idrogenati, raffinati o derivati da legumi o cereali. Sono tutti privi di sostanze nutritive e dannosi per la nostra salute, contengono grosse quantità di acidi grassi polinsaturi e omega 6, portando ad un rapporto omega6:omega 3 del tutto inadeguato.

Quindi evitate:

- olio di arachidi
- olio di soia
- olio di cardo
- olio di colza
- olio di semi di girasole (tranne quello ad elevato contenuto di acido oleico)
- olio di cartamo
- olio di mais
- margarina.

**ACIDI GRASSI TRANS**

Senza entrare in noiosi dettagli chimici, ricordiamo soltanto che un acido grasso può esistere in natura sotto due forme una cis e una trans (dal latino, al di qua o al di là della catena degli atomi di carbonio) a seconda della posizione degli atomi di idrogeno (H). Si tratta di un acido grasso insaturo (con uno o più doppi legami, pertanto inizialmente di consistenza liquida) artificialmente saturato (rompendo i doppi legami per aggiunta degli idrogeni mancanti, pertanto trasformato in solido) mediante un processo chimico-fisico detto idrogenazione.

Gli acidi grassi polinsaturi, contenuti negli oli di origine vegetale, sono particolarmente instabili, e quindi vanno incontro rapidamente a ossidazione e irrancidimento. Il processo di idrogenazione, scoperto all'inizio del XX secolo, consente di aggiungere atomi di idrogeno alla molecola di grasso vegetale polinsaturo, saturandolo parzialmente o totalmente. Come avviene tutto ciò?

L'olio viene riscaldato a una temperatura fino a 210° in presenza di un catalizzatore (il nichel è il più usato, ma anche il rame e il platino) e di idrogeno. Il risultato è un grasso meno insaturo, più duraturo e gradito quindi alle industrie alimentari che producono prodotti da scaffale di maggiore durata nel tempo. I "grassi/oli vegetali idrogenati o parzialmente idrogenati" che ne derivano sono presenti in grandi quantità nella margarina, ma anche nei prodotti da forno confezionati, nelle basi per dolci, negli oli per friggere, nelle patatine fritte, negli snack, in molti di prodotti dei fast food, ecc.

Questi grassi sono di tipo trans, nella misura del 25% - 45% rispetto al quantitativo totale di grassi. La loro struttura chimica li rende simili ai grassi saturi, per cui il nostro corpo non li riconosce come dannosi, e quindi sono inglobati nelle membrane cellulari, rendendole dure ed inflessibili, alterandone così la permeabilità. Gli acidi grassi trans interferiscono con il metabolismo degli acidi grassi essenziali omega-3, impedendone la trasformazione in importanti ormoni tissutali, abbassano colesterolo "buono" HDL e alzano quello LDL.

**COME DIFENDERCI** dagli acidi grassi trans?

- Eliminare tutti i prodotti che li contengono: alimenti confezionati come biscotti, croissant, pane da toast, cracker, salse pronte, cibi con pasta sfoglia, cibi impanati surgelati, pommes frites, pizze surgelate, dolci, merendine, gelati, prodotti di pasticceria industriale, creme alla nocciola da spalmare, prodotti surgelati e liofilizzati, cibi precotti.
- Controllare che sull'etichetta compaia la dicitura "non contiene acidi grassi trans" oppure "acidi grassi idrogenati o parzialmente idrogenati", oppure "acidi grassi esterificati".
- Evitare cibi fritti in ristoranti fast-food o tavole calde.
- Evitare margarine o grassi industrialmente prodotti.



**SALUTE**

# Farmaci: l'importante ruolo degli "informatori scientifici"

di Giorgio Dobrilla

"Rappresentanti di medicinali" è una qualifica sostituita oggi da quella più aulica di "Collaboratori scientifici". Niente di personale contro questa categoria di brave persone che lavorano anch'esse per vivere, ma i cittadini devono essere informati correttamente sul loro ruolo. Più che con i medici i rappresentanti "collaborano" in effetti solo con la ditta farmaceutica che li ha assunti. Il loro referente "debole" è il Direttore Medico, mentre quello "forte" è il Direttore del Marketing, da cui il primo sostanzialmente dipende.

Mansione dei rappresentanti è quella di convincere i dottori circa i farmaci della propria ditta e per questo essi vengono indottrinati periodicamente in azienda in modo che il messaggio promozionale sia recepito al meglio dai dottori contattati. Indirizzare le scelte verso il proprio preparato e non su quello della concorrenza è per il rappresentante un compito cruciale, tanto che per tale attività, le aziende spendono almeno il 30% del fatturato, mentre la spesa per la ricerca arriva a malapena al 10%.

Requisiti di un informatore sono una laurea (un tempo non richiesta), la bella presenza, la capacità di comunicare.

In Italia - rileva il prof. Garattini - gli informatori farmaceutici sono ancora circa 20.000 e ognuno di

questi deve contattare 6-8 medici al giorno per un totale di circa 120-160.000 visite al giorno. Il rappresentante insisterà con il medico affinché i "suoi" farmaci siano prescritti il più possibile, una promozione commerciale travestita da informazione scientifica. Un recente ruolo pe-

confronti dei medici buoni prescrittori, favorendo ad esempio la loro partecipazione a congressi o a corsi di aggiornamento (più o meno fasulli) o omaggiando gadget costosi, viaggi, e altro ancora.

Grazie alle critiche mosse sulle riviste internazionali importanti, gli enti regolatori stanno da tempo cercando di rimediare a questa distorsione imponendo una maggiore trasparenza. Solo a partire dal 2016 è previsto che le aziende in Europa rendano spontaneamente pubblici i benefit elargiti ai medici durante l'anno precedente. Garattini segnala al riguardo che negli Stati Uniti



culiare assegnato ai rappresentanti è quello di mettere in cattiva luce i farmaci "generici", sostanzialmente di pari efficacia, atti a ridurre la spesa farmaceutica. Per il marketing - annota ancora Garattini - i collaboratori dovrebbero insinuare che i generici sono meno sicuri e penalizzati da "presenza di impurità, assorbimento incompleto, efficacia ridotta, tendenza degli eccipienti a determinare allergie e altro ancora".

Le aziende farmaceutiche vedono infatti di malocchio il prezzo più basso cui dovrebbero adattarsi se i generici si affermassero dopo lo scadere del loro brevetto. Specie anni fa le industrie farmaceutiche, su segnalazione dei loro venditori, tendevano a essere "grate" in vario modo nei

già dall'autunno 2013 le industrie dovevano rendere note per legge le spese promozionali di questo genere effettuate l'anno prima (più di 1 miliardo di dollari). In Inghilterra, dal *Registro della Trasparenza*, si evince che nel 2012 i medici hanno ricevuto "riconoscimenti" vari pari a 10 milioni di sterline. Anche in Italia la trasparenza è alla fine migliorata ma non è migliorata l'informazione istituzionale sui medicinali. Ad esempio, il *Bollettino Ministeriale dei Farmaci*, accurata fonte informativa indipendente che fino a due anni fa arrivava a medici e farmacisti non esiste più. Lo stesso è accaduto per un'altra preziosa rivista senza sponsor, *Dialogo sui Farmaci*, che pure ha chiuso nel 2012 (con grande dispiacere di chi scrive).

**NOVITÀ IN LIBRERIA**



## Cinquemila anni di **effetto placebo**

Nella pratica clinica, negli studi controllati e nelle medicine non convenzionali

di Giorgio Dobrilla

*La crescente sfiducia nella medicina ufficiale, il ricorso sempre più frequente a pratiche alternative – spesso inutili, se non perfino pericolose – mostra come le aspettative di cura e di guarigione siano influenzate da fattori non sempre riconducibili alla sfera razionale dell'uomo.*



## IL TUO 5X1000 ALL'AUSER/VSSH!

**Con una semplice firma aiuti il Filo d'Argento Auser/Vssh, il telefono della solidarietà amico degli anziani.**



Il tuo 5x1000 ad Auser/Vssh significa consentire all'associazione di migliorare e ampliare i servizi che ogni giorno offre agli anziani, soprattutto quelli che vivono da soli per affrontare con più serenità la vita di ogni giorno.

Con il tuo 5x1000 a favore del Filo d'Argento Auser/Vssh assicuri a chi ha bisogno di aiuto: trasporto protetto per visite mediche, aiuto domiciliare, opportunità culturali, di socializzazione e svago, informazioni sui servizi sociali.

**Non ti costa nulla.** La destinazione del 5x1000 è una scelta che non incide sul tuo reddito perché è una quota sulle proprie imposte, comunque dovute. Puoi destinare il 5x1000 utilizzando diversi modelli di dichiarazione: modello CUD, 730 e UNICO.

**Grazie alla tua firma ad Auser/Vssh tante persone sole e fragili hanno ritrovato il sorriso e la speranza.**

*Per destinare il tuo 5x1000 al Filo d'Argento Auser metti la firma nella casella "Volontariato" e scrivi il nostro codice fiscale*

# 97321610582

## DEINE 5 PROMILL FÜR VSSH/AUSER

**Mit einer Unterschrift für mehr Solidarität.**

Mit deinen 5 /1000 können wir die Dienstleistungen des Vereins verbessern, insbesondere können wir den Alleinstehenden bessere Hilfe anbieten. Z.B. den Transport mit unseren Autos zu ärztlichen Visiten, Haushaltshilfen, kulturellen Initiativen, Freizeitaktivitäten, Informationen für die sozialen Rechte und die sozialen Einrichtungen in der Gemeinde und im Land. Und im Staat.

**Es kostet nichts mehr.** Die 5/1000 werden auf jeden Fall vom steuerbaren Einkommen CUD, 730, UNICO abgezogen. Der Steuerzahler hat aber das Recht, seine 5/1000 an jenen sozialen Verein zu übergeben, den er für notwendig erachtet.

**Dank deiner Unterschrift haben tausende von Rentner eine neue Hoffnung erhalten.**

*Für deine 5/1000 genügt deine Unterschrift auf der Liste Volontariato (Freiwilligenarbeit) mit unserer Steuernummer*

# 97321610582





**OLTRISARCO**

# L'esperienza controcorrente del "Club La Ruga"



di Maria Grazia Zanetti\*

Scrivo a nome del CLUB LA RUGA di Oltrisarco/Aslago e ringrazio innanzitutto l'AUSER per questo spazio che ci consente di presentarci al suo vasto pubblico di lettori.

Siamo un Club che opera ormai da più di 40 anni nella nostra città.

È quindi un "vecchio" club?

Il nome "La Ruga" lo dice chiaramente. Chi può apprezzare questi segni del tempo sulla pelle che ci allontanano giorno dopo giorno dall'uso dello specchio?

Quando si pose il problema del nome per la nostra associazione, un socio fondatore, Elio Frisanco, noto commerciante di Oltrisarco, buttò lì questo nome. Per qualcuno era una scommessa, per altri soprattutto donne e anche per me era un messaggio di libertà ed emancipazione che si condensava in una sola parola. Eravamo negli anni Ottanta, tutti rifiutavano la vecchiaia (come è spesso ancora oggi), chi andava in pensione ed all'epoca era ancora "giovane" (si direbbe oggi) era considerato "fuori mercato". Noi ci volevamo chiamare così "La Ruga" per andare controcorrente. Volevamo costruire un contesto in cui, anche chi ha le rughe, si sentisse protagonista di momenti significativi di formazione, cultura, divertimento.

Un vecchio club superato? Noi pensiamo di no, siamo ricchi di esperienze, pronti a metterci in gioco e aperti al nuovo. Prova ne sono le iniziative che mettiamo in campo anno per anno.

Vogliamo essere un punto d'incontro per non sentirsi più soli.

\*Maria Grazia Zanetti  
presidente Club La Ruga

**"LA RUGA" (Filastrocca semiseria)**

*Senti un po', stammi a sentire della RUGA di vo' dire una vecchia nuova idea che amicizie molte crea.*

*Senza impegno o compromesso tu ci puoi passare spesso nella sede rinnovata così passi la giornata ora a carte puoi giocare con l'amica chiacchierare!*

*Poi ti va l'aggiornamento?*

*Questo è proprio il tuo momento il computer imparerai e i nipoti stupirai!*

*Ben graditi sono poi quei che sanno più di noi hai un dubbio? Un dolore? Lo puoi chiedere al Dottore!*

*Se ti senti in confusione ti misuran la pressione!*

*Conferenze in ogni campo ti riagganciano alla vita molte cose ti chiariscono con parola ben scandita.*

*Programmata è poi con cura anche tutta la cultura chiese antiche e poi castelli dagli affreschi molto belli.*

*Con le gite giornaliere posti ameni visitiam le bellezze del paese così meglio apprezziam.*

*Con il nostro Parmeggian sempre allegri noi cantiam ci accompagna il menestrello così il canto si fa bello le canzoni, le più belle e più note, noi cantiam pur senza dote!*

*Gran fermento c'è in cucina la Domenica mattina dove i soci cuccinieri sembran cuochi proprio veri lor preparan su due pie' piatti degni quasi di un re e gli amici in allegria tutto quanto spazzan via!*

*Fra le molte attività pur la tombola ci sta sempre svelte le donnine a segnar le caselline alla fin grande attenzion perché arriva el tombolon!*

*Quando poi vuoi riposare monti o mare, ci puoi andare. Sempre in buona compagnia dove regna l'armonia.*

*E se all'imbrunir nuova ruga ti offusca il viso vieni alla Ruga ritornerà il sorriso!*

Vittoria Bernardinello



## VOLONTARIATO

# Dal profondo Nord al congresso nazionale Auser

di Rosalia Canova

Sono entrata casualmente, 23 anni fa, in un piccolo ufficio Auser di Bolzano attratta da un volantino affisso in una vetrina con scritto: "Cercansi Volontari".

Era mia convinzione che l'immagine del volontario fosse quella di una persona positiva e sorridente che mette a disposizione delle persone bisognose, in modo del

modalità e comportamenti adeguati ad ogni specifico intervento. Con il tempo e l'esperienza ho capito l'importanza dell'ascolto e dell'empatia. Ritengo che

l'ascolto sia un'azione fondamentale nel servizio di volontariato verso le persone anziane che non sempre ci chiedono di fare qualcosa. Spesso chiedono che tu le stia ad ascoltare, anche in silenzio, senza dare pareri, consi-

nuovi obiettivi.

Ad una certa età l'autostima si trova a fare i conti con nuove sfide. Questo per esempio spiega il successo del nostro coro Ciribiribin dove le coriste con l'età media più alta d'Italia sono apparse anche in Rai nella trasmissione ELISIR, non mancano mai ad una prova e non vedono l'ora di andare in tournée per esibirsi nelle case di riposo o nelle manifestazioni cittadine.

"Anche la mente matura ha un futuro". Questo è il titolo di un recente corso di formazione a cui ho partecipato. Questa affermazione mi ha fatto riflettere che qualunque persona anziana, purché lo voglia, può potenziare le proprie capacità intellettive, emotive, ed intuitive perché può contare su un bagaglio di conoscenze ed esperienze acquisite che gli permettono di vivere una vita ancora piena e soddisfacente.

All'interno del nostro gruppo di animatrici non temiamo le sfide ed è forse anche per questo che tanti nostri progetti presentati e poi sviluppati, hanno riscosso negli anni il meritato successo. Perché al Circolo Auser il pomeriggio conosce cose che il mattino non sospettava.

Spero di poter continuare con entusiasmo in questa mia attività di animatrice perché credo nella capacità delle persone di crescere, di cambiare, di vivere finché ci sarà vita.

Invito i giovani ad avvicinarsi al mondo del volontariato perché donare fa bene agli altri ma anche a se stessi.

La mia speranza è che l'Auser diventi un luogo d'incontro tra le generazioni, dove ogni persona possa essere accolta per ciò che è, dove il volontario con più esperienza aiuti il volontario più giovane a trovare le motivazioni per crescere nell'impegno.

*\*La testimonianza di Rosalia Canova è stata letta dall'autrice al Congresso nazionale dell'Auser svoltosi a Salerno nei giorni 5, 6 e 7 aprile, riscuotendo grande apprezzamento.*



La platea dei delegati al Congresso nazionale di Salerno

tutto gratuito, il suo tempo, le sue risorse, le sue capacità, per aiutare, senza chiedere nulla in cambio.

Ma mi sono ben presto accorta che questo impegno, proprio perché espresso nei confronti di persone che vivono situazioni di disagio, aveva bisogno di combinarsi con una particolare attenzione al modo di comunicare.

Mi sono resa conto che le parole ed i gesti, nelle relazioni con le persone anziane, richiedevano una certa attenzione se il fine era quello di trasmettere sensazioni positive, fiducia, affettività e rispetto.

Per raggiungere, almeno in parte, questo obiettivo, mi è stata di grande aiuto la formazione.

Ben presto ho sentito la necessità di imparare a comunicare usando

gli, giudizi, ma facendo capire che quel momento è dedicato solo a loro, far vedere attraverso i tuoi occhi che nel tuo profondo hai accolto il dolore, il disagio, il bisogno che ti hanno confidato.

Entrare in empatia, immedesimandoti nei sentimenti e nella mente di chi ti sta esponendo i propri problemi, la ritengo la forma più elevata di ascolto considerando che spesso i bisogni sono silenti come afferma il nostro Presidente Elio Fonti.

Il nostro Circolo è frequentato più da novantenni che da ottantenni, e nel relazionarmi con loro cerco di dare molta attenzione all'autostima.

Ho potuto verificare negli anni come questa qualità sia fonte di energia e di fiducia che spinge a credere nelle proprie possibilità e come porti a realizzare sempre



## VOLONTARIATO

# La grande umanità del lavoro nelle case di riposo

di Rossana Ferrara

Sono sposata e ho due figli ormai grandi. Assieme a loro, per molti anni, ho fatto attività ricreative con bambini e ragazzi.

Mi sono avvicinata al volontariato grazie ad un'amica, che mi ha proposto di prendere il suo posto come volontaria in casa di riposo. Per fare volontariato nel modo giusto e con un'adeguata e valida preparazione, mi sono iscritta all'Auser, dove nel corso degli anni ho potuto frequentare corsi di formazione che mi hanno poi permesso di svolgere attività di volontariato ormai da circa cinque anni presso il centro diurno di Villa Europa e in ospedale nel reparto di geriatria.

Ho subito preso a cuore questa attività, tanto che per tre ore due volte a settimana, ho il grande piacere di frequentare gli ospiti della casa di riposo. Per me è un immenso piacere essere lì con loro, e partecipare alle loro attività, tre ore passano così velocemente! Mi piace ascoltare le loro storie di vita vissuta, fare una partita a carte, e realizzare oggetti con diversi materiali, ma



*Consegna dei diplomi al corso per la formazione di volontari impegnati nell'attività di volontariato rivolto alle persone anziane organizzato dall'Auser presso la scuola "Levinas"*

anche semplicemente far loro compagnia e vederli sorridere, questa è la cosa che più mi gratifica perché significa che il tempo che dedico al volontariato è un tempo ricco di valore e soddisfazioni. Fare volontariato significa donare del tempo agli altri, questo oltre ad arricchire chi lo fa,

arricchisce anche chi lo riceve, perché gli anziani, con la loro storia, sono una grande risorsa per gli uomini di domani, l'anziano non avrà più forza fisica, ma ha ancora la grande spinta del cuore, e per me volontaria è un beneficio riceverla, mi arricchisce e mi dà serenità.

## L'impegno in Geriatria al San Maurizio

Un saluto a tutti da Gabriella Rella Bissacco, dopo molti anni credo sia arrivato il tempo di passare la mano del coordinamento dei volontari operativi in ospedale. Io rimarrò come volontaria e ringrazio tutti quelli che hanno collaborato ed hanno fatto in modo che questo servizio possa essere attivo. Ora lascio lo spazio alla nuova coordinatrice sicura che saprà continuare questo impegno con serietà e competenza.



**Mariagrazia Bruson** si presenta

Sono Mariagrazia Bruson, volontaria "AUSER". Dedico il mio servizio di volontariato e le mie capacità nel reparto geriatria dell'ospedale di Bolzano. Noi volontari diamo linfa vitale agli ammalati specie a chi ne ha più

bisogno, entriamo in punta di piedi, sorridiamo, stringiamo loro la mano, chiediamo loro se hanno

dei bisogni, ci prestiamo all'ascolto e all'empatia, diamo loro calore umano e in alcuni casi, su indicazione degli infermieri, aiutiamo il malato a consumare il pasto.

Molte volte entri a far parte della loro vita soprattutto per chi non ha nessuno a cui rivolgersi, custodiamo nel cuore le loro storie, asciughiamo le lacrime e accogliamo i loro sorrisi. Mi è stato chiesto di prendermi l'incarico del coordinamento dei volontari e cercherò di portare avanti il servizio con impegno. Spero che ci siano persone interessate a questa attività. Posso solo dire che la soddisfazione di un sorriso che ci portiamo a casa e il saluto degli ammalati che molto spesso ci chiamano "Angeli" ci riempie il cuore e ci fa capire di essere al posto giusto.

È un'esperienza che consiglio a tutti, chi fosse interessato telefoni allo 0471/200588 per avere un appuntamento.

*Mariagrazia Bruson  
coordinatrice dei volontari Ospedale*

## TEMPO LIBERO

# SOGGIORNI E GITE 2017

## Lago d'Iseo con treno dei sapori *domenica 17 settembre*



*Il treno dei sapori accompagna il viaggiatore sulla sponda bresciana del Lago d'Iseo permettendo di ammirare i paesaggi della Franciacorta e della Valcamonica con degustazione di prodotti tipici locali. Soste e visite guidate lungo il tragitto.*

Viaggio A/R in pullman GT; partenza da Merano alle ore 5.00/ da Bolzano alle ore 5.30

Servizio guida per tutta la giornata

Treno dei sapori con degustazioni e pranzo in treno

Visita guidata alla Chiesa di Santa Maria della Neve a Pisogne .

Escursione in Battello per Monteisola da Sulzano.

Battello per Iseo dove il pullman attenderà il gruppo per il rientro.

*Da prenotare quanto prima per rendere possibile l'evento*

## Ischia dal 24 settembre all'8 ottobre Hotel Terme Alexander \*\*\*

Viaggio a/r con treno Freccia da Bolzano a Napoli traversata in traghetto, sistemazione in camera doppia con minibar, TV, cassaforte, bagno con asciugacapelli, pensione completa con bevande, reparto termale convenzionato SSN (presentando impegnativa), piscine termali interne ed esterna con lettini e ombrelloni, due serate di gran gala con musica dal vivo.

*prenotare prima dell'estate*



### ARENA DI VERONA - **AIDA** - edizione storica domenica 27 agosto 2017



### CASTAGNATA

venerdì 20 ottobre

### PRESEPI DI VERONA

giovedì 30 novembre

### TOUR DI CAPODANNO IN ELABORAZIONE

BELLARIA (RN) dal 27/5 al 10/6 oppure 17/6 al 1/7

SICILIA *posti esauriti* dal 18 giugno al 2 luglio

MISANO (RN) *posti esauriti* dal 2 al 16 luglio

ANDALO (TN) dal 29 luglio al 12 agosto

MISANO (RN) dal 26 agosto al 10 settembre

BELLARIA (RN) dal 27 agosto al 10 settembre

SETTIMANA TERMALE dal 19 al 26 novembre  
*da prenotare al più presto - posti limitati*

Prenotazioni presso le sedi di Bolzano e Merano  
tutti i giorni dalle 08.30 alle 12.00  
Tel. 0471/508614 – 0473/200132  
Einschreibungen: Hauptsitz Vssh Bozen und Meran  
vom Montag bis Freitag von 08.30 bis 12.00 Uhr  
Tel. 0471/508614 – 0473/200132

*Le locandine dei soggiorni e delle gite sono  
disponibili presso le nostre sedi di Bolzano  
e Merano e sul sito internet [www.auserbz.org](http://www.auserbz.org)  
Die Prospekte der Aufenthalte und Ausflüge  
sind in unseren Büros in Bozen und Meran  
erhältlich und auf der Website abrufbar*

I programmi soggiorni e gite possono essere  
soggetti a variazione in relazione alle esigenze  
organizzative dell'Associazione.  
Die Programme der Aufenthalte und der Ausflüge  
können aus organisatorischen Gründen der  
Vereinigung geändert werden.



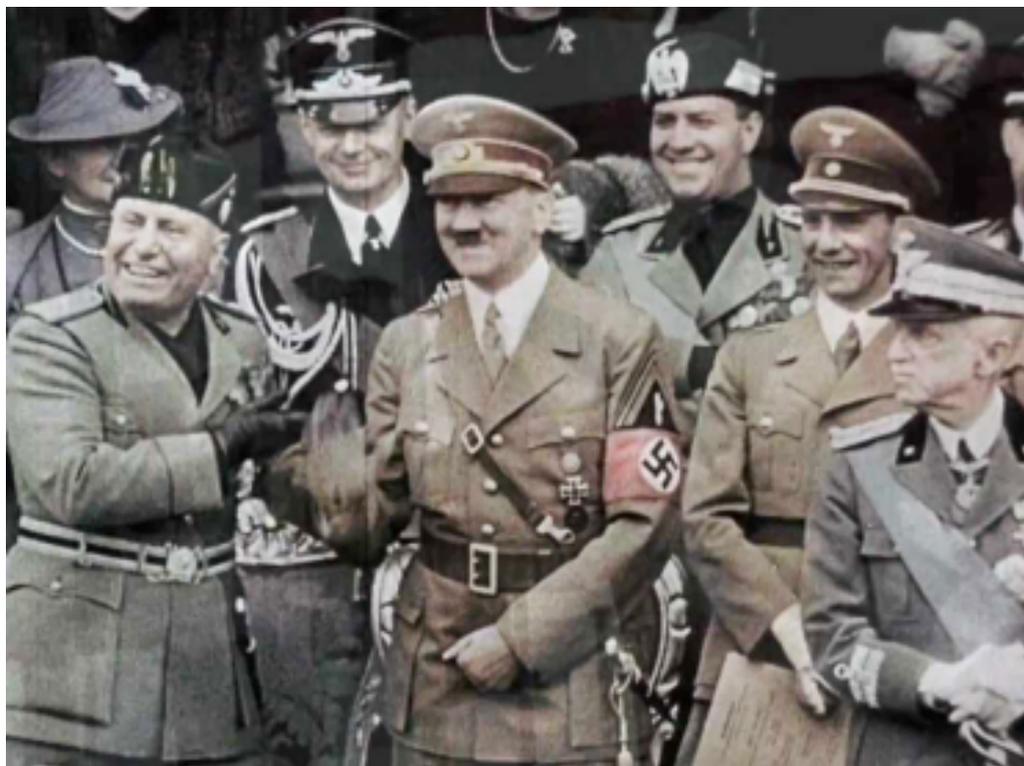
## PILLOLE DI STORIA

# La sventura sudtirolese con il patto Hitler-Mussolini

di Paolo Valentinotti

Fu l'incontro tra Mussolini e Hitler nel 1938 presagio di una grande sventura. Non solo il tedesco si rivelò indifferente alle sorti del popolo sudtirolese, ma contribuì a pianificare, in accordo con il suo socio fascista, il piano che passò alla storia come "questione delle opzioni". Nella storia umana le deportazioni di intere comunità, hanno avuto una discreta frequenza. La più celebre tra queste fu quella descritta nella Bibbia e riguardò l'esodo del popolo ebraico dalla Palestina alla Babilonia, nel sesto secolo A.C. a opera del Re Assiro-Babilonense Nabucodonosor. Ma nel nostro caso il tutto fu congelato in modo diabolico. Fu data formalmente ai sudditi sudtirolesi la facoltà di scegliere se essere accolti nel ventre della grande madre Germania oppure rimanere a vivere nel loro amato Sudtirolo. Fu quest'ultima una promessa falsa essendo evidente che Mussolini avrebbe sparpagliato la popolazione di lingua tedesca su tutto il territorio nazionale e, ipotesi angosciante, verso gli Stati che costituivano l'impero: Albania, Etiopia e Somalia. Ma non è possibile comprendere appieno il dramma dei Sudtirolesi senza conoscere il significato profondo legato alla definizione di Heimat. Questo termine raggruppa l'amore per le tradizioni, la lingua, l'etnia, il territorio comprensivo dei paesi e delle città.

Per i Sudtirolesi questa affezione è intesa in modo assoluto. Facile immaginare quanto fosse drammatica la loro situazione. Furono 180.000 circa i Sudtirolesi che optarono per la Germania, a cui vanno aggiunti i soldati mobilitati per il Reich e automaticamente espatriati. Il trasferimento assunse i tratti di una deportazione con i vagoni dapprima presidiati dai carabinieri, sostituiti dopo il Brennero dagli agenti della Gestapo. Ma la loro destinazione non sarà la



La visita di Hitler in Italia nel 1938

Germania bensì le pianure dell'Europa centrale: Moravia o Cecoslovacchia.

I masi e le campagne che da secoli erano proprietà di queste famiglie furono rivenduti agli speculatori terrieri italiani. Ma non tutti accettarono passivamente questo destino e furono definiti "Dableiber" letteralmente "coloro che restano" e furono oggetto di comportamenti ostili. Ma un'altra triste vicenda si manifestò in quel periodo e riguardò il destino dei Sudtirolesi di religione ebraica, destino reso precario dopo l'emanazione delle leggi razziali del 1938. Il campo di concentramento di via Resia dal quale transitarono migliaia di sventurati provenienti da tutta Italia e che erano destinati ai campi di sterminio di tutta Europa merita un discorso a parte che faremo prossimamente. Voglio invece parlare degli ebrei cittadini di Bolzano e Merano, dove risiedevano da secoli e che costituivano gran parte delle classi imprenditoriali della società. Furono loro

che trasformarono Merano da paesone agricolo in centro turistico di importanza europea e mondiale. A Merano risiedettero, grazie all'iniziativa degli imprenditori in gran parte ebrei, re e regine, artisti famosi, uomini di stato. Ma quando la persecuzione anti-ebraica si fece acuta e centinaia di ebrei furono deportati, non vi furono nei loro confronti episodi di solidarietà, anzi i loro beni furono velocemente razzati e costituirono buona parte delle fortune finanziarie della borghesia meranese. Ai pochi superstiti che dopo la tempesta della guerra riuscirono a far ritorno nella loro città non fu mai riconosciuto alcun risarcimento, ma non solo: il terreno su cui sorgeva il cimitero ebraico fu espropriato e destinato ad altro uso, quasi si volesse cancellare in eterno l'esistenza di questi cittadini. L'unica recente iniziativa a loro ricordo sono le pietre d'inciampo poste qui e là nel pavimento delle nostre strade. Una brutta storia.

**IO VADO... MA NON DA SOLO**

# Camminate gente camminate...

di Lorenzo Vidale

Trekking: parola esotica meglio definita su wikipedia (una volta dicevamo Zanichelli). Per quello che interessa a noi, con questo termine intendiamo le gite più o meno impegnative a seconda del grado di difficoltà e a seconda delle possibilità fisiche degli esecutori. Ma andiamo con ordine.

Prima di entrare nell'argomento vorrei soffermarmi un attimo su alcune considerazioni: avete notato tutti, nei tempi che viviamo oggi, che per strada, sui mezzi pubblici, nelle sale d'attesa, ecc... vi sono moltissime persone collegate ad un auricolare che termina su uno "smartphone"? Sicuramente sì. Ebbene quelle persone stanno tutte chattando, giocando, inviando messaggi, fotografando, captando notizie e qualche volta anche facendo o ricevendo telefonate. Meraviglia della moderna tecnologia della comunicazione! Badate bene, della comunicazione ma non della comunicabilità. Quest'ultima purtroppo si è invece paurosamente ridotta, in altre parole, se prima ci si parlava poco (colpa della televisione, si diceva) adesso non ci si parla più. Ero su una autobus pochi giorni fa nell'ora in cui gli studenti tornano a casa e infatti sul bus ne ho contati una decina tutti estremamente indaffarati coi loro infernali telefonini. Devo ammettere però che regnava un silenzio irreale. Una volta bastavano tre ragazzi per creare il caos. Si può rimediare ad una situazione così negativa per le relazioni sociali? Sì, si può. I mezzi più efficaci per ripristinare il piacere dell'aggregazione, della condivisione, il gusto della conversazione (quella vera, non quella elettronica) sono le attività collegiali: lo sport ad esempio. E non occorre che sia a livello agonistico, anzi meglio se praticato in modo amatoriale per il gusto di svolgere un'attività piacevole insieme ad altri.

Ed eccoci di nuovo al "trekking". Questo passatempo si adatta facilmente ad una vasta gamma di appassionati visto che lo si può praticare a misura di età, di sesso, di possibilità finanziarie, di tempi e luoghi da condividere. È davvero un toccasana per il corpo e per la mente. È come una medicina e proprio come tale va dosato: attenzione a disporre della giusta attrezzatura e alla buona disposizione fisica. Ecceedere nell'impegno fisico potrebbe causare delle conseguenze negative non solo per il corpo ma anche per lo spirito. Detto questo, per chi avesse il desiderio di passare dalla teoria alla pratica, in un apposito spazio della nostra rivista sono descritte di volta in volta le manifestazioni in programma. L'iniziativa ha per titolo "Io vado... ma non da solo" e per la cura con cui viene organizzato e realizzato ogni evento, gli aderenti, pochi all'esordio, sono aumentati sensibilmente. Le modalità per partecipare a queste iniziative sono indicate sulle locandine che propongono di volta in volta i percorsi prescelti. Insomma, concludendo, buona gita, o meglio, buon trekking a tutti!

**7 giorni tra le Marche e la Romagna**


castello di Gradara

In settembre, sulle colline della Romagna e delle Marche, trekking, escursioni, visite guidate e buona cucina per ammirare le bellezze di questa parte dell'Italia. Se pensi di venire con noi, puoi confermare la tua presenza ad [auserbz@gmail.com](mailto:auserbz@gmail.com) o telefonare al nr. 0471 508614 oppure 334 2678706

## L'attività svolta nei primi 5 mesi

**17 USCITE**

12 gennaio	Piramidi del Renon
26 gennaio	Colle di Bolzano
9 febbraio	Altipiano di Monzoccolo
16 febbraio	Monte Sella - Brennero
23 febbraio	Alpe di Rodengo
2 marzo	Alpe di Villandro
9 marzo	Monticolo - valle della Primavera
16 marzo	Val Ridanna
23 marzo	Malghette di Trodena
30 marzo	Seebalm (Sarentino)
6 aprile	Crocus di Meltina
13 aprile	Pietralba
20 aprile	Museo mineralogico di Tiso
4 maggio	Waldrast (Sarentino)
11 maggio	Lago di Braies
18 maggio	Laghetto Lagorai (Ziano di Fiemme)
25 maggio	Reinswald (Sarentino) con pranzo

**200 PARTECIPANTI**

*Un bel gruppo che nel camminare in montagna, godere dei paesaggi, scoprire posti nuovi, chiacchierare e fare fatica in compagnia, ha riscoperto che stare insieme è bello, allettante e gratificante.*

**Riprenderemo in settembre con attività altrettanto interessanti e con alcune novità**



**ALZHEIMER**

# Al servizio delle famiglie colpite dalla malattia

di Ulrich Seitz\*

Fondata da medici specializzati e da familiari interessati nel 1999, l'associazione bilingue ASAA si impegna a sostenere i malati di demenza e i loro familiari nella vita di tutti i giorni. Pertanto, nel tempo sono stati istituiti i seguenti servizi: il telefono amico, una piccola biblioteca specializzata e il sito [asaa.it](http://asaa.it) ovvero [alzheimer.bz.it](http://alzheimer.bz.it) con tante informazioni dettagliate, i gruppi di auto mutuo aiuto (a Bolzano, Merano, Vipiteno, Chiusa), le schede informative su diversi aspetti della malattia, una guida pratica (Diagnosi Alzheimer: che fare?). I nostri convegni informativi e le conferenze organizzate in tutta la Provincia incontrano da sempre molto interesse di pubblico.

Quindi siamo riusciti a sensibilizzare anche il grande pubblico sulla malattia e sul suo impatto sulle famiglie e sulla società. L'ASAA risiede a Bolzano, in Piazza Gries 18 (Palazzo Altmann), dove si svolgono tutte le attività, anche i colloqui personali (da prenotare). Orari d'ufficio: LU-MER-VEN ore 17-19; tel. 0471/ 051951. Da poco, c'è



*Alcuni volontari e il presidente di Alzheimer Südtirol Alto Adige*

anche un numero verde: 800 660 561, LU-VEN ore 9 - 18. Essendo associazione onlus, l'ASAA è sostenuta da sovvenzioni pubbliche, dalle quote degli iscritti e da offerte; i soci attivi, per la maggior parte esperti per esperienza vissuta, sono volontari che mettono a disposizione il

loro tempo e le loro capacità. Siccome però, a volte, dobbiamo rimandare dei progetti per mancanza di forze, invitiamo TUTTI quelli che si volessero impegnare per il sociale, di farsi vivi con noi: perché l'Alzheimer ci riguarda tutti!

*\* Presidente di ASAA*



## ASAA-Projekte für den interessierten Nachwuchs

Dass das Thema Altern und Demenz alle angeht, nicht nur die direkt Betroffenen, beschäftigt die Alzheimer-Gesellschaft schon lange. Denn je mehr man über die Krankheit weiß, desto besser lernt man damit umzugehen. Im laufenden Jahr wurden daher zwei Projekte ausgearbeitet, die auf die Jugendlichen und ihre Begegnung mit den vorhergehenden Generationen und deren Problemen zugeschnitten waren. Das Kunst-Projekt „Zeichen setzen“ hatte das Ziel, junge Leute mit Senioren zusammenzuführen, aus deren Erinnerungen der Nachwuchs Denkanstöße beziehen konnte. In Zusammenarbeit mit der Fachschule für Steinbearbeitung in Laas/Vinschgau nahmen die Meisterschüler/innen mit älteren Leuten aus dem Ort Kontakt auf und ließen sich von deren Erzählungen zu eigenen Arbeiten anregen. Das Projekt wurde von der

Schuldirektorin Virginia Tanzer und den Lehrkräften, insbesondere der Klassenlehrerein Evelyn Kuppelwieser, tatkräftig gefördert; die direkte Begleitung der jungen Leute lag in den bewährten Händen des Künstlers Benno Simma. Die finanzielle Unterstützung des Projekts übernahm die Stiftung der Podini Holding, die sich mit Überzeugung und Begeisterung dieser Aktion anschloss. Nach eingehender Vorbereitung wurden die Ergebnisse im April in einer eigenen Ausstellung in der St. Markus-Kirche in Laas präsentiert. Die vielen Besucher, Schülereltern und vor allem die am Projekt beteiligten Senioren waren überrascht und begeistert von den künstlerischen Resultaten dieser einzigartigen Zusammenarbeit. Viele interessante Fotos dazu gibt es auf der ASAA-Homepage [alzheimer.bz.it](http://alzheimer.bz.it).



## TESSERAMENTO 2017 MITGLIEDERWERBUNG 2017

Aggiungi la tua **tessera**  
al grande **mosaico**  
di Auser/Vssh.

Un mosaico di vite e di esperienze,  
di umanità e solidarietà, una grande  
ricchezza costruita grazie a tante  
persone che si uniscono e creano  
un'unica comunità.

Iscriviti anche tu, dai valore al nostro  
mosaico dando valore a te stesso.

Füge Deinen **Mitgliedsausweis**  
in das große **Mosaik**  
des Vssh/Auser ein.

Ein Mosaik von Lebenserfahrungen,  
Menschlichkeit und Solidarität,  
ein großer Reichtum dank  
des Einsatzes vieler Personen, die  
sich zu einer einzigen großen  
Gemeinschaft zusammenschließen  
und Dir ein Wertgefühl geben.

[www.auserbz.org](http://www.auserbz.org)



**MERAN**

# Rösch: "Das Alter als Chance für die ganze Stadt"

Vortsetzung von Seite eins

leben, wird unsere Gesellschaft immer älter und stellt uns damit langfristig vor besondere Herausforderungen.

Zum Glück gibt es in Meran ebenso wie in ganz Südtirol ein funktionierendes und engmaschiges Netz an Pflege- und Versorgungseinrichtung sowie vielfältige Organisationen, die sich um ältere Menschen kümmern und sie und ihre Familien in allen Lebenslagen begleiten. Von öffentlicher Seite gibt es ein breit aufgestelltes Angebot von der Tagespflegestätte bis zur Seniorenmensa, von Ferienaufenthalten im Sommer bis zur traditionellen Weihnachtsfeier im Kurhaus. Einen enorm wichtigen Beitrag leisten aber auch die zahlreichen kirchlichen Einrichtungen und Seniorenverbände. Zentral ist einerseits der Ausbau der Pflege- und Betreuungseinrichtungen, die ein Teil der älteren Menschen auch in Zukunft in Anspruch nehmen müssen.



Doch für den Großteil ist ein weitgehend autonomes Leben in den eigenen vier Wänden die wesentlich attraktivere Option. Umso wichtiger ist es, durch an den individuellen Bedarf angepasste Angebote wie eine teilweise Betreuung zuhause die autonome Lebensführung der älteren Menschen zu unterstützen. Kürzlich wurden beispielsweise in der Enrico-Toti-Straße in Meran 37 Seniorenwohnungen errichtet, in denen ein Projekt im Bereich „Begleitetes Wohnen“ umgesetzt wird. Noch weiter reicht das sogenannte generationenübergreifende Wohnen, bei dem eine Hausgemeinschaft über mehrere Generationen hinweg sich gegenseitig unterstützt. Auch für ein solches Projekt wäre Meran ideal geeignet.

Die Eingriffsmöglichkeiten der öffentlichen Hand sind jedoch auch beschränkt; denn ein glückliches und erfülltes Leben im Alter hängt von wesentlich mehr ab als von fachgerechter Betreuung. Am wichtigsten sind uns allen auch im Alter stabile Beziehungen mit unseren Mitmenschen. Niemand will gerne allein sein. Daher gilt es für uns, durch Aufklärungs- und Sensibilisierungsarbeit ein Umfeld zu schaffen, in dem ältere Menschen nicht mehr als Last gesehen werden, sondern als Ressource. Wenn sie ihre Erfahrung an den richtigen Stellen einbringen, können sie nicht nur jüngeren Menschen eine wertvolle Unterstützung sein, sondern profitieren auch selbst

von einem regelmäßigen Austausch und der Freude, eine Aufgabe zu erfüllen.

Das ist jedoch keine Einbahnstraße: Würdevoll zu altern bedeutet auch, sich nicht nur fallen zu lassen, sondern auch selbst Verantwortung für das eigene Leben zu übernehmen. Und aktiv nach Möglichkeiten zu suchen, auch im Alter die zahlreichen Chancen zu nutzen, die das Leben bietet.

*Paul Rösch  
Bürgermeister Meran*

**AUSER**

**Sedi AUSER – Alto Adige**

**Bolzano:**

Piazza Don Bosco, 1A  
tel. 0471 200588  
orario: 8.30-12.30 / 14.30-18.00  
presidio@auserbz.org

**Laives:**

via Kennedy 265 c/o CGIL-SPI  
tel. 0471 955177  
presidio@auserbz.org

**Merano:**

Via O. Huber, 54 c/o CGIL-SPI  
tel. 0473 200132  
orario: 8.30-11.30  
merano@auserbz.org

**AUSER**

**Bimestrale dell'Associazione  
Auser – Vssh - O.N.L.U.S.**

**Direttore responsabile:**

Orfeo Donatini

**Redazione:** Gabriella Rella Bissacco –  
Rosa Bonelli – Elio Fonti –  
Irene Pampagnin – Lorenzo Vidale –  
Paolo Valentinotti – Guido Margheri –  
Oreste Galletti

**Grafica e impaginazione:**

Irene Pampagnin – Franco Ferretti

**Internet:** Lorenzo Vidale

**Redazione:** 39100 Bolzano – Bozen  
Piazza Don Bosco Platz 1A  
Tel.: 0471/200588 - Fax: 0471/500600  
email: presidio@auserbz.org

sito internet: www.auserbz.org

**Stampa:** Flyeralarm SrL.

Via G. Galilei 8a – 39100 Bolzano

**Tiratura:** 2000 copie



## RICORDI DI UNA VITA



# Di fiume in fiume

di Attilio Biolcati

*tredecima puntata*

Una cosa per certi versi è abbastanza strana. Quasi tutti i Biolcati erano appassionati di musica. Ognuno suonava qualche cosa per conto proprio, ognuno era... autodidatta.

Qualcuno si affermò.

Mio zio Aristide da giovane andò ad abitare a Ferrara. Quale attività vi svolgesse non lo so, so che là ha studiato musica, so che è entrato a far parte della Banda Municipale della città suonando il bombardino e so che per le sue qualità è diventato, dopo non molti anni, Direttore della Banda sostituendo il vecchio Direttore che, andando in pensione, lo aveva proposto. Un vanto!

Zio Aristide ha avuto un figlio: Clandes.

Tale il padre, tale il figlio.

A Ferrara lui pure ha studiato musica e dimostrando notevoli doti e capacità, si è diplomato all'Istituto Musicale in clarinetto.

A Ferrara nel 1922 ha fatto tappa il famoso Circo Barnum in tournée in giro per l'Europa.

Il Circo Barnum, come tutti i grandi circhi del tempo, aveva un piccolo complesso musicale che riempiva gli intervalli, introduceva e chiudeva le esibizioni dei vari artisti.

Clandes, una sera, andò al circo.

Era sì curioso di vedere lo spettacolo, ma soprattutto i leoni, le tigri, gli elefanti e tutte le bestie feroci.

Ascoltando la piccola orchestra, il suo orecchio, unito alla sua innata sensibilità musicale, ebbe netta l'impressione che fra quegli strumenti mancasse "un qualche cosa" insomma, che mancasse "il clarinetto".

Tornò più volte di seguito al circo per convincersi della sua impressione.

Messe da parte le incertezze riuscì a parlare col Direttore d'Orchestra. Si presentò.

Disse che anche lui suonava, disse dei suoi studi, del suo diploma e di qualche sua piccola esperienza e poi, con molto coraggio, con irruenza espresse la sua critica:

- Manca il clarinetto! Nel corpo di un'orchestra, specie se è piccola, il clarinetto non può mancare, perché il clarinetto esprime la sua anima, perché il clarinetto ha un suono giovane, delicato, penetrante, perché il clarinetto...

Il Direttore si sentì costretto a mettere un argine a quel fiume.

- Ho capito, ho capito... e allora facciamo così: Domani pomeriggio noi facciamo le prove... Se sei disponibile e se hai tempo, vieni pure e portati il clarinetto che sentiremo quello che sai fare!

Dentro di sé, fin da quel momento, Clandes ebbe l'impressione di sentirsi importante.

Il giorno dopo andò, si esibì, lo ascoltarono e... lo ingaggiarono. Aveva 18 anni!



Gli fu precisato che il Circo Barnum non solo girava tutta l'Europa ma, a stagioni alterne, andava anche in America.

Felice come chi tocca il cielo con un dito, Clandes accettò!

Una cosa scoprì: vivere la vita in un circo, non è... andare in vacanza.

Riposo il mattino, due ore di prove il pomeriggio, spettacolo la sera con replica la domenica pomeriggio!

Si rese conto che per far parte della grande famiglia che è il circo, bisognava conoscere almeno l'inglese.

Clandes non si spaventò.

Prese a studiare sia pure parzialmente da autodidatta e l'inglese, per quel tanto che bastava, lo imparò alla svelta.

Troppo grande il fascino: i domatori, gli equilibristi, i trapezisti, i clowns e tutti quegli artisti di così diverse nazionalità tutti insieme fanno il "Circo"!

Gli piaceva vedere, osservare le prove durante le quali ognuno cerca di tirare fuori il meglio di sé, ripetendo o sperimentando numeri nuovi sempre più sorprendenti.

Lo catturavano i trapezisti per il loro coraggio e la loro bravura.

Ammirato, seguiva un piccolo ma validissimo gruppo inglese. Erano "I fratelli Parker". Due ra-

## RICORDI DI UNA VITA

gazzi e la loro giovane sorella. Lei, si chiamava Ellen e per lui, Ellen non solo era brava, era bravissima!

Lo stupiva quella ragazza esile, minuta e delicata con tanti capelli neri e pensava che per fare quel lavoro doveva avere delle braccia e dei polsi di ferro!

Per tanti pomeriggi, sempre con maggior interesse, seguiva i Parker nella preparazione di un nuovo numero, di una nuova "presa".

Il tantissimo impegno premiò alla fine il loro lavoro e, finalmente, quella "capriola", quella "presa" riuscì!

Clandes, unico spettatore, quel giorno non trattenne l'entusiasmo e applaudì convinto. Verso di lei, ferma sulla piattaforma, gridò: - Brava! Brava Ellen!

Aveva detto il suo nome!

Messi i piedi sulla pista, l'inglesina dai capelli neri gli si avvicinò e, con un immenso sorriso gli disse:

Thank you!

Accettato con palese simpatia dai "Parker", Clandes non mancò più alle prove.

Da lassù in alto Ellen gli sorrideva.

Inevitabile.

Nelle ore di intervallo incominciarono i primi brevi incontri.

Con il suo inglese ancora molto incerto, lui le parlava, le diceva... le raccontava...

Ellen, l'inglesina, quella con gli occhi sempre sorridenti, ascoltava rapita. Aveva solo 17 anni.

Quando sei là in alto, lui le diceva, io lo so quanto grande è il tuo impegno in quei passaggi così difficili, eppure, io vorrei che tu sentissi che io ti sono vicino, tanto vicino.

Ellen ascoltava e sorrideva, rideva con gli occhi.

Un giorno fu lei che, cercando di semplificare le



parole, gli disse: - Clandes, ogni sera, prima che al pubblico, io dedico a te le mie "prese" più difficili.

- Lo so, perché io... lo sento.

Ed era vero perché nella sua testa già andava maturando una certa idea.

Timidamente volle dirla al suo Direttore.

- Una piccola novità, - azzardò

- Quando i Parker eseguono il loro numero, perché non accompagnarli con un leggero "assolo" di clarinetto? Magari solo per le esibizioni della ragazza...

Divertito, il Direttore rispose: - Vorresti suonarle una marcetta?

- No, certo! Potrei seguirla nei suoi passaggi con qualche cosa di delicato... di melodioso per far sembrare quasi un gioco tutta quella sua bravura...

- Per esempio?

- Se vuole, Signor Direttore, io potrei farle vedere un breve spartito che mi sarei preparato...

Il Direttore prima lo lesse, poi volle ascoltarlo, e subito accettò.

E così, Ellen era diventata la stella dei Parker.

Tutto il pubblico era suo e i suoi fratelli non ne erano gelosi perché volevano bene alla loro sorellina.

Per lei, Clandes non si accontentò. Per la sua Ellen voleva di più. Parlò col Direttore artistico e, tanto disse e tanto fece, che alla fine ottenne la modifica dell'annuncio al pubblico. Non più: "E ora, gli acrobati del trapezio: un giovane trio inglese: I fratelli Parker!" Bensi: "E ora, dall'Inghilterra, gli acrobati del trapezio: Ellen Parker e i suoi fratelli...!"

Da allora il nome di Ellen, l'angelo dei Parker, diventò più importante anche sui manifesti.

Clandes, che all'Istituto Musicale di Ferrara aveva studiato anche "composizione", scriveva per lei musiche sempre nuove, sempre più dolci.

Clandes, dentro di sé, sentiva Ellen come parte di se stesso e con un inglese ormai accettabile, riuscì persino a dirle: - Tu per me sei la cosa più bella che ho avuto dalla vita!

I tempi cambiarono.

Per il Circo Barnum si fecero difficili. In Europa, Hitler stava per scatenare la guerra. Il Circo fece in tempo a trasferirsi in Inghilterra e poi, quasi subito, in America.

Per Clandes, cittadino italiano, le condizioni erano difficili.

In America, anche se da tempo residenti, i tedeschi e anche gli italiani venivano raggruppati, meglio, "confinati" in... villaggi non proprio turistici.

Per Clandes, cittadino italiano, le condizioni erano difficili.

In America, anche se da tempo residenti, i tedeschi e anche gli italiani venivano raggruppati, meglio, "confinati" in... villaggi non proprio turistici.

Illustrazioni di Gianluigi Marchi (Giangi)

(continua)



UnipolSai

**RISPARMIO**

**GIOVANE**

**Sostieni il suo futuro  
dando forza ai tuoi risparmi**



E se insieme ai classici regali, facessi qualcosa di grande per il suo domani? Garantisci a tuo figlio o a tuo nipote un supporto economico per affrontare l'università, un master all'estero o avviare un'attività. Metti da parte un capitale con la semplicità e la sicurezza di **UnipolSai RISPARMIO GIOVANE**.

**UnipolSai**  
ASSICURAZIONI

Divisione **Unipol**

LA TUA AGENZIA • DEINE AGENTUR  
ASSICURAZIONI • VERSICHERUNGEN

**Potenza**

dal 1970 - seit 1970

**Agenzia Generale**

via A. Diaz, 57 – 39100 Bolzano

Tel. e Fax 0471/272225

andrea.potenza@assicurazionipotenza.it

*I nostri consulenti sono a disposizione  
per una consulenza gratuita anche  
presso la sede dell'Auser/Vssh,  
Piazza Don Bosco 1A*

**ORARIO**

Lunedì e mercoledì  
8.30-13.00 e 14.30-16.30

Martedì e giovedì  
9.00 - 15.00

Venerdì 8.30 - 13.00