ANNO XXI - Editore/Herausgeber: CENTRO AUSER BOLZANO odv - VSSH ZENTRUM BOZEN eo
Registrazione Tribunale di Bolzano n. 20/2001 del 24 ottobre 2001 - Direttore: Orfeo Donatini

auser

Notizie e... Nachrichten und...

Giugno
Juni
2022

Nr. 4

Associazione per l'invecchiamento attivo - Verein für aktives Altern

Gli anziani vanno rispettati

*di Orfeo Donatini**

Era l'ottobre del 2019 quando i sindacati unitari dei pensionati e le diverse associazioni di volontariato hanno presentato alla giunta provinciale la loro proposta di legge sull'invecchiamento attivo. Certo poi c'è stata la pandemia che ha tragicamente segnato con centinaia di morti anche la nostra provincia, ma si commenta da solo il fatto che la giunta provinciale abbia approvato il disegno di legge sull'invecchiamento attivo soltanto nella seduta dello scorso 4 maggio: quasi tre anni, per ammissione della stessa assessora provinciale al sociale Waltraud

segue a pag. 3

Zecken breiten sich aus

*von Christian Wenter**

Wo kommen Zecken in Südtirol vor? Welche Krankheiten können sie übertragen? Und wie schützt man sich?

Zecken hat es in Südtirol schon immer gegeben. Am häufigsten kommt bei uns die Zeckenart „Ixodes ricinus", im Volksmund auch Holzbock genannt, vor. Sie lauern an Wegrändern in feucht-warmen und schattigen Wäldern auf einer Meeren eshöhe von bis zu 900 m, etwa im Montiggler Wald und anderen Gebieten orographisch rechts der Etsch im Unterland und im Überetsch. Doch in den letzten Jahren breiten sich diese blutsaugenden Parasiten immer mehr aus. Zecken scheinen sich in

Fortsetzsung auf Seite 9

Il valore della solidarietà

*di Renato Zanieri**

AUSER-VSSH significa solidarietà.
La nostra associazione si distingue, con generosità ed altruismo da oltre trent'anni, per le azioni di solidarietà dei nostri volontari e volontarie svolte giornalmente verso persone fragili e anziane bisognose di attenzione accurata.
CHI è IL VOLONTARIO ?
Il **Volontario** Auser/Vssh è una persona che vuole conoscere altre persone, che è curioso della vita e delle sue infinite possibilità. E' una persona che ha voglia di fare, di sapere, di aiutare e svolgere **"l'attività di volontariato in modo personale, spon-**

segue a pag. 4

«L'Italia si muove per la pace»

A settantasei anni dalla proclamazione della Repubblica il messaggio del Presidente Sergio Mattarella

ALL'INTERNO

5 **di Elio Fonti** Volontariato di qualità

6 **di Giorgio Costazza** Come difendersi dal Covid

11 **Sportello sociale** Attenzione alle truffe

14 **Guardiani della Volta** Serate di gioco di ruolo

18-19 **Auser Insieme** Tutti i soggiorni e le gite

FILO D'ARGENTO
dal lunedì al venerdì
von montag bis freitag
8:30 - 12:00

0471 - 930126 | 0471 200588

Bimestrale dell'Associazione AUSERVSSH O.N.L.U.S. (Decreto Prov. Aut. di Bolzano nr. 15/1.1. del 1.6.1996)
Registrazione Tribunale Bolzano n. 20/2001 del 24.10.2001 Iscrizione ROC: n. 24787
Spedizione: **Poste Italiane Spa** in A.P. – D.L. 353/2003 (conv. in Legge 27/02/2004 n.46) art.1, comma 1, NE/BZ
Diffusione: quotidiano **Alto Adige** Stampa: Athesia Druck Via del Vigneto, 7 39100 Bolzano
Redazione: 0471 200588 fax 0471 500600 presidio@auserbz.org

PROVINCIA

La giunta approva la norma sull'invecchiamento attivo

Il cambiamento demografico è arrivato da tempo in Alto Adige: un segno di questo è che ci sono sempre più anziani. Tuttavia, la maggior parte di loro rimane in forma ed attiva anche in età avanzata. Va in questa direzione il nuovo disegno di legge sull'invecchiamento attivo approvato lo scorso 3 maggio dalla giunta provinciale su proposta dell'assessora alle politiche sociali, Waltraud Deeg.
"Il cambiamento demografico è un argomento importante per il futuro. Con il disegno di legge stiamo creando la base giuridica per promuovere maggiormente l'invecchiamento attivo ed autodeterminato", ha sottolineato l'assessora Deeg in occasione della presentazione del disegno di legge. Si tratta di una legge quadro che si basa sulle realtà europee, e anche la Commissione europea sta lavorando intensamente su questo tema: "Non si tratta solo di far sì che questo processo avvenga, ma di plasmarlo attivamente, anche e soprattutto in Alto Adige" ha affermato Deeg.
La definizione del nuovo disegno di legge è stata avviata nel 2019, nell'ambito di un processo partecipativo: "Sono state definite – ha sottolineato Deeg - le condizioni quadro su ciò che è necessario preventivamente per migliorare la qualità della vita degli anziani. La pandemia ha anche dimostrato che è importante promuovere l'autonomia e l'indipendenza delle generazioni più anziane, fornendo loro, nel contempo, anche il necessario sostegno".
A metà aprile insieme alla direttrice d'ufficio, Brigitte Waldner, ed al direttore dell'Agenzia per lo sviluppo sociale ed economico, Eugenio Bizzotto, l'assessore aveva presentato dati e fatti sui servizi per gli anziani che devono essere ulteriormente rafforzati per migliorare la qualità della vita delle generazioni più anziane: "La nuova legge – ha ricordato Deeg - fornisce il quadro giuridico per misure in diversi ambiti della vita: spazio abitativo, mobilità e salute, partecipazione sociale e culturale, lavoro e volontariato.
Il disegno di legge prevede anche l'introduzione di una Consulta per le persone anziane quale organo di supporto del Consiglio provinciale e la figura del Garante delle persone anziane.
La Consulta dovrebbe essere composta dai rappresentanti delle varie organizzazioni di interesse per gli anziani, mentre il Garante degli anziani dovrebbe essere introdotto come nuova istituzione del Consiglio provinciale altoatesino. Soprattutto durante la pandemia è emersa con evidenza la necessità di un portavoce specifico per gli anziani che prenda posizione a favore dei loro diritti.
Si tratta, inoltre, di offrire consulenza agli anziani, informarli e sensibilizzare la società nei confronti delle tematiche che li riguardano direttamente. Dopo tre anni di buona ed intensa preparazione partecipativa – ha concluso Deeg - il disegno di legge passa ora all'esame del Consiglio provinciale affinché possa essere attuato il prima possibile".

Da 30 anni per l'invecchiamento attivo

Seit 30 Jahren für aktives Altern

TESSERAMENTO MITGLIEDSCHAFT 2022

auser-vssh La cittadinanza non ha età

www.auserbz.org

Bolzano-Bozen Piazza don Bosco Platz 1A presidio@auserbz.org Tel. 0471 200588
Merano-Meran Via U. Foscolo Straße 8 merano@auserbz.org Tel. 0473 200132

L'EDITORIALE

Una legge senza dotazioni economiche è solo una tardiva scatola vuota

Deeg, per stendere il disegno di legge che ora, e solo ora, avvia il suo iter di approvazione in consiglio provinciale.
E ciò a fronte di un costante e progressivo invecchiamento della popolazione – come evidenzia, affrontando il problema dell'abitare per gli anziani in provincia, il presidente del Centro Casa Maurizio Surian – che avrebbe richiesto una diversa attenzione, sensibilità e sollecitudine considerata l'emergenza del tema. Tant'è.
Tuttavia non è il solo fattore tempo a suscitare timori e preoccupazioni sul tema "anziani": la lodevole iniziativa di sindacati e associazioni di volontariato nell'affrontare la questione dell'invecchiamento attivo si prefiggeva, infatti, l'obiettivo di mettere il più sollecitamente possibile in campo tutte quelle politiche e iniziative atte a prevenire situazioni di solitudine e disagio psico-fisico che poi quasi sempre sfociano in non-autosufficienza.
Insomma la parola chiave ancora una volta era ed è prevenzione. Perché fare prevenzione anche attraverso innovative politiche per l'invecchiamento attivo, significa per un verso assicurare una migliore qualità della vita alla terza età e per altro verso, di conseguenza, una minore pressione sulle strutture socio-sanitarie.
Ben più preoccupanti, infatti, rispetto a quest'attesissimo disegno di legge sono almeno due gravi carenze:

- la prima è legata alla mancata previsione di un qualsiasi impegno economico per tradurre in concrete politiche sul territorio gli obiettivi fissati in legge; se e quando il consiglio provinciale la licenzierà in via definitiva. Solo critiche per criticare si dirà "perché questa per ora è una legge quadro, ancora da riempire di contenuti e relativi decreti di attuazione". Tre anni solo per questo risultato? Fatti due conti a spanne il consiglio provinciale varerà il provvedimento fra un anno, in altre parole alla scadenza della legislatura, il che significa che i primi benefici per gli anziani – se tutto va bene – non si faranno notare prima del 2024/2025.
- la seconda è invece relativa all'applicazione di questa norma tanto attesa che sostanzialmente - "dopo tre anni di buona e intensa preparazione partecipativa" come ha sostenuto per altro l'assessora provinciale al sociale Waltraud Deeg – esclude qualsiasi forma di coinvolgimento di tutti quei soggetti direttamente coinvolti sul territorio e che, a onor del vero, sono stati anche i primi promotori di questa norma.

I soliti malpensanti avanzerebbero il sospetto che si tratti di un'operazione meramente elettoralistica. Certo che rischia di trasformarsi in un clamoroso autogol se poi, ad esempio, a questa legge dalle mille carenze si accompagna anche una riforma delle assegnazioni degli alloggi popolari rispetto alla quale c'è anche chi – della medesima componente politica dell'assessora Deeg – propone addirittura di reintrodurre il criterio rigido della proporzionale etnica.
Ma come? Passati cinquant'anni dal secondo Statuto, mentre è cambiato il mondo e non solo per il globale dominio dei nuovi social media, si vuole tornare al passato ignorando l'unico vero principio rigorosamente necessario per dare risposta alla domanda di una casa, cioè quello del bisogno?
Ma tutte le componenti politiche progressiste in tutti i gruppi linguistici possono dare un cenno di vita?
Un segnale che davvero sono consapevoli di ciò che avviene nella comunità che fra mille ansie e paure ha bisogno di sapere che una speranza ancora esiste?

**Orfeo Donatini*
presidente Auser Federazione Alto Adige aps
Vssh Dachverband Südtirol vfg

STRAORDINARIAMENTE QUOTIDIANI

Ogni giorno scegliamo di impegnarci al servizio delle persone più fragili, a cominciare dagli anziani.
Ogni giorno siamo al loro fianco nell'affrontare i problemi quotidiani, quelle piccole cose che nel mondo di ognuno sono fondamentali. Ogni giorno, anche nei momenti più critici come quello che stiamo vivendo, lavoriamo concretamente alla costruzione di una società più solidale e partecipata, da cui nessuno sia escluso.
Questa è la nostra quotidiana straordinarietà.

auser La cittadinanza non ha età

www.auser.it

CENTRO AUSER

Il valore dei nostri volontari sempre al fianco della comunità

taneo e gratuito, tramite l'organizzazione di cui il volontario fa parte, senza fini di lucro anche indiretto ed esclusivamente per fini di solidarietà" (questo recita l' art. 7 della Legge 266/1991-Riforma del Terzo Settore). Spesso è una persona che scopre nel proprio impegno un modo nuovo per mettere a frutto le proprie competenze e trova gratificazione nel regalare qualche ora del suo tempo agli altri.

A volte è anche un giovane studente che capisce come il rapporto intergenerazionale possa essere un'occasione per conoscere meglio se stesso e gli altri. In ogni caso, il Volontario Auser/Vssh è una persona che trae soddisfazione dal proprio impegno e che svolge le attività con responsabilità e serietà. Ccrede nel valore dell'associazionismo solidale e organizzato, in grado di fornire sostegno ai più deboli in modo qualificato e continuativo, utilizzando e valorizzando la sensibilità, le esperienze e le capacità dei propri associati volontari. Le risorse sulle quali l'Associazione fa affidamento sono l'esperienza, la competenza e la disponibilità di tempo che la maggior parte dei soci volontari può generosamente donare all'Associazione per il raggiungimento degli scopi che si è prefissata.

Auser considera i soci volontari attivi la risorsa più importante per l'Associazione, la forza trainante grazie al cui impegno, capacità ed esperienza viene realizzata la nostra attività. Per lavorare insieme al meglio è necessario che i volontari condividano i principi su cui si fonda questa Associazione, gli scopi che si prefigge, le regole associative, i meccanismi istituzionali di governo associativo, l'etica di comportamento e altre importanti informazioni per diventare soci consapevoli di un progetto solidale comune e condiviso.

Dedicare il proprio tempo al volontariato significa anche comprendere il proprio ruolo nella comunità di appartenenza per arricchire sempre più il patrimonio umano e sociale dell'Associazione con la quale si intende collaborare. Dobbiamo rilevare che a fine anno 2019, quando è iniziata la pandemia da COVID-19, potevamo contare su un numero complessivo di 130 volontari attivi tra uomini e donne. Alla fine anno 2021 trascorsi due durissimi anni di pandemia (inizialmente anche senza il vaccino) il nostro numero di volontari si è ridotto a 90 persone di volontari attivi. Certo nella nostra associazione altoatesina l'età media dei nostri volontari AUSER si aggira tra i 60 e i 74 anni e alcuni hanno ben pensato, in quella particolare situazione, di tenere un atteggiamento di cautela e prudenza per la propria salute, evitando e anche fino a cessare di esporsi al contato col pubblico come volontario. Comunque va a loro tutto il nostro (e il vostro) ringraziamento per quanto hanno fatto e per tutto il tempo che si sono sentiti di farlo. La nostra azione è andata avanti comunque nonostante le avversità della pandemia attenendoci alle cautele e disposizioni di Legge. **Faccio un APPELLO: DIVENTA UN VOLONTARIO!**

Contattaci! Iscriviti all'AUSER/VSSH, vieni a far parte di quest'associazione e sostienila anche dedicando una parte del tuo tempo!

DIVENTA VOLONTARIO AUSER.

Ci sono volontari che si impegnano alcune ore ogni giorno, chi due o chi tre volte a settimana; anche chi una volta a settimana ma con costanza e con continuità. Abbiamo alcune volontarie che oggi sono diventate nostre utenti (perché diventate molto anziane) ma per trent'anni si sono impegnate a fare le "volontarie" presso la nostra associazione. Ai nuovi volontari predisponiamo corsi di formazione e di aggiornamento oltre che un affiancamento a volontari/e con esperienza.

VOLONTARIE nelle CASE DI RIPOSO, siamo nella città di Bolzano e di Merano (non in tutte); siamo nel reparto di Geriatria dell' Ospedale di Bolzano col nostro impegno specifico, non svolgiamo il lavoro degli operatori dipendenti della struttura che ci ospita, quel compito è loro non è il nostro. Noi facciamo un'altra cosa; portiamo una parola di conforto a coloro che non hanno mai visite; facciamo fare un sorriso ad un anziano, fargli passare qualche momento di svago e di compagnia. Si stà accanto a chi è giù di morale, Un po' come un amico che va a trovare un conoscente ricoverato, ma con molta disponibilità umana. Ascoltare con empatia. Una passeggiata in cortile spingendo la loro carrozzella (autorizzati dal personale di servizio). Coadiuvare nelle animazioni col personale addetto nella struttura.

TRASPORTO SOLIDALE: quando accompagniamo con l' auto dell' AUSER anziani che hanno difficoltà a muoversi da soli , prelevandoli dal proprio domicilio e accompagnandoli a fare una visita medica specialistica in ospedale o dal proprio medico curante e, dopo la visita li riaccompagniamo a casa loro. Questo servizio viene svolto dai nostri Volontari Autisti. Un aiuto solidale e gratuito per chi lo riceve, soprattutto rivolto ad anziani che hanno difficoltà motorie o comunque impediti allo spostarsi in autonomia. I nostri volontari autisti svolgono con dedizione e affetto questo delicato compito con le auto di AUSER/VSSH peraltro predisposte al trasporto di persone in sedia a rotelle.

IL FILO D'ARGENTO. Un presidio telefonico dove rispondiamo a chi ci chiama ed ha bisogno anche solo per parlare, dialogare con qualcuno che sappia ascoltare e dare consigli sui suoi problemi.

IL CIRCOLO. Al pomeriggio le nostre sedi sono luogo di ritrovo con attività di ricreazione attiva , dal lunedì al sabato OGNI POMERIGGIO una specifica attività con la presenza di una o più volontarie che coordinano: lunedì il CORO, Martedi intrattenimento con giochi, letture, cultura; mercoledì PITTURA E DISEGNO; giovedi GIOCHI DA TAVOLO, ANIMAZIONE; venerdi TOMBOLA, sabato IL BURRACO. In prevalenza offriamo la permanenza al Circolo per persone anziane che se non andiamo a prelevarle con auto AUSER noi a casa loro (con i volontari autisti) e poi riaccompagnarli a casa alle 18.00 al termine delle animazioni, questi anziani da soli non sarebbero in grado ne di uscire di casa e neppure di godere la compagnia di altre persone. IL BALLO per gli appassionati, con la pandemia è stato per diversi mesi sospeso, programmando domeniche danzanti, con marzo di quest'anno abbiamo ripreso.

IL TERRITORIO: sono quei Volontari che chiamiamo quando ci arrivano richieste di portare a domicilio una SPESA di generi ALIMENTARI o da prelevare farmaci dalla farmacia, per persone che non possono uscire di casa per diverse motivate ragioni

Queste le principali attività di volontariato, ma anche quelle minori che non cito per motivi di spazio ma non perché siano meno importanti anzi. Potremo attivarne anche di nuove grazie alla disponibilità ed inventiva di nuovi e volenterosi volontari. La solidarietà è: donazione di se stessi ad altri, una vicinanza donata ma anche un riceverla da chi riceve la nostra. Contattaci per diventare nostro volontario promuoviamo assieme la solidarietà tra giovani e meno giovani. Verificate di persona per esserne certi. Consiglia a conoscenti di conoscerci. Tutte le statistiche e i sondaggi ormai ci dicono da anni che la popolazione del nostro paese diventa sempre più anziana (ottre i 65 anni) e dunque si prolunga la vita " da anziani" magari rimanendo in buona salute come si prospetta (rispetto al passato) e possibilmente rimanendo il più possibile nelle proprie abitazioni. Ma attenzione è già ora il tempo, il momento che le nostre città e i servizi si modifichino per accogliere e soddisfare le esigenze di questa fetta di popolazione che sarà tra 5 e 10 e i prossimi 15 anni per non arrivare tardi e impreparati a soddisfare servizi e i bisogni per quella popolazione prevista, che poi siamo noi.

**Presidente Centro Auser Bolzano ovd - Vssh Zentrum Bozen eo*

VOLONTARIATO

Non basta fare del bene, bisogna anche farlo bene

*di Elio Fonti**

Fare **volontariato** a qualcuno potrà sembrare semplice ma non è proprio così, a partire dal motivo per cui si decide di farlo. "Non basta fare del bene, bisogna anche farlo bene!". Così diceva Denis Diderot, filosofo illuminista e scrittore francese, fra gli artefici principali dell'Encyclopédie. Insomma per svolgere bene quest'attività bisogna capire cosa vuole chi deve essere aiutato da noi.

"Faccio il volontario perché voglio aiutare gli altri". Tanto di cappello a chi vuole intraprendere attività di volontariato con il desiderio di essere di supporto a coloro che si trovano in situazioni di difficoltà. Ma chi lavora nel settore delle professioni di aiuto conosce bene quali possano essere le implicazioni che stanno dietro un'azione così altruistica.

Le motivazioni che ci inducono a voler aiutare gli altri possono essere di vario tipo e, la cosa più importante, è esserne consapevoli.

"Per fare volontariato bisogna essere formati". Aiutare gli altri e rispondere al contempo a bisogni personali che ci motivano nelle nostre azioni volontaristiche significa prendersi la responsabilità della propria presenza all'interno di un contesto nel quale spesso la relazione si configura come il tassello più importante. Non è quindi possibile farsi trovare impreparati dinnanzi a coloro che da un volontario si aspettano di ricevere supporto e competenza.

La formazione parte proprio dall'analisi dei propri bisogni e, quindi, delle proprie motivazioni e dovrebbe essere effettuata sia dai soggetti coinvolti, sia dalle associazioni atte a selezionare i volontari, in base alle competenze, alle caratteristiche di personalità e alle attività che dovranno svolgere. Ma la formazione non finisce qui. In base al ruolo che si andrà a ricoprire, essa può essere logistica, comunicativa e relazionale; è proprio per questo motivo che non tutti possono intraprendere qualunque tipologia di attività di volontariato.

Banalmente, se si è eccessivamente coinvolti in una situazione, non si riesce ad aiutare davvero il proprio utente. Questo assioma, tanto caro ai professionisti delle relazioni d'aiuto, viene spesso dimenticato nel caso del volontariato e giustificato dalla gratuità dell'attività stessa.

Coloro i quali vorranno iniziare un'attività di volontariato, qualsiasi essa sia, dovranno invece porre al centro del proprio interesse i bisogni del destinatario dell'intervento. E proprio nel rispetto di quest'ultimo, investire le proprie risorse per formarsi adeguatamente, pur tenendo conto delle proprie motivazioni, delle proprie risorse, così come dei propri limiti.

Il volontariato è stato uno dei settori più colpiti dalla pandemia. Ma anche in questo caso ha prevalso la resilienza, facendo nascere dalla crisi un nuovo modo di essere volontario. I volontari hanno assicurato i servizi di prima necessità, dal portare la spesa e i farmaci, all'accompagnare le persone con i trasporti sociali e sanitari. Molti di loro si sono avvicinati al digitale, altri hanno approfondito le loro conoscenze, creando gruppi di condivisione, scambi di immagini, video, saluti, promesse. Hanno iniziato a frequentare piattaforme digitali, Skype, Zoom, webinar, video chiamate, chiamate di gruppo, ecc. Hanno coinvolto i loro nipoti per imparare a utilizzare i vari dispositivi per avere contatti, informazioni e per formarsi. Un tempo era improponibile la formazione on-line ai volontari: quanta fatica per programmare corsi e formazione a distanza, ora però sta diventando un valido strumento, così come le piattaforme di e-learning che assolutamente faticavano a svilupparsi nel volontariato e che oggi rappresentano un valido strumento che spero rimanga di utilizzo comune.

Finalmente però abbiamo ritrovato il piacere di tornare in "aula", di assistere a una lezione in presenza, di conoscere persone nuove e di riscoprire i valori dell'appartenenza, della prossimità e della condivisione. Dalla fine di marzo a metà giugno, abbiamo organizzato sei incontri sulla storia e l'identità dell'Auser, sul regolamento dei volontari, sulla tipologia dei destinatari degli interventi e dei servizi complessivamente offerti dall'Auser (docenti Elio Fonti e Irene Pampagnin).

Otto incontri su Comunicazione e Valori, modulo base (docente Barbara Degli Agostini).

Un incontro su come evitare la trasmissione delle malattie infettive (docente Giorgio Costazza).

Un incontro sull'uso del defibrillatore in collaborazione con la Croce Bianca.

Un ciclo di cinque conferenze dal titolo "I volontari dell'Auser, antenne dell'associazione sul territorio". La prima "Lo sportello sociale" con Gabriella Bissacco e Luisa Gnecchi; la seconda "ASSB: i servizi alla persona" con Alessandro Negri, responsabile dell'Emergenza Anziani di ASSB; la terza "Pacchetto famiglia e invalidità civile" con Eugenio Bizzotto, direttore dell'Agenzia per lo Sviluppo Sociale ed Economico della Provincia di Bolzano; la quarta "Il progetto sociale dell'Auser" con Orfeo Donatini e il "Disegno di legge provinciale su promozione e sostegno dell'invecchiamento attivo in Alto Adige" con Elio Fonti; la quinta "La carta dei servizi dei medici di medicina generale" e "La riorganizzazione della Sanità in Alto Adige: case e ospedali di comunità" con Claudio Volanti, presidente dell'Ordine dei medici dell'Alto Adige.

Complessivamente sono stati coinvolti circa cinquanta volontari, di cui ventisei nuovi.

In autunno si riprende con il corso sull'Auser "Chi siamo e come siamo organizzati"; il modulo avanzato su Comunicazione e Valori, il corso sul pronto soccorso e il ciclo di conferenze pubbliche organizzate dal Circolo culturale Auser "Club Ipazia" su "Educazione alla salute e al benessere".

**Responsabile formazione Auser*

L'ESPERTO

Covid, continuare a difendersi resta ancora un dovere per tutti

di Giorgio Costazza

L'esperienza del COVID 19, ancora non terminata nel 2022, ha sicuramente rafforzato la consapevolezza di quanto sia importante per il volontariato, in particolare per quello agito anche dall'ODV di Auser, ovvero spesso con persone fragili, il corretto approccio al rischio di trasmissione di malattie. Questo rischio va affrontato per conoscere le modalità della trasmissione di alcune patologie con lo scopo di prevenirle e proteggere noi e gli altri promuovendo quindi contemporaneamente una cultura della sicurezza.
La più comune via di trasmissione con cui un volontario o una volontaria si confronta, anche perché è la predominante nelle strutture sanitarie ed assistenziali, è la via di **trasmissione per contatto**. Esistono due condizioni perché questo avvenga. La prima è il contatto diretto, esempio dare la mano ad una persona, la seconda è quello indiretto cioè il trasferimento di una patologia tramite un qualsiasi oggetto che è venuto in contatto con una persona portatrice di malattia che sia sana oppure no, come ad esempio la maniglia di una porta. Un altro modo di trasmissione è la **via aerea** da distinguere da quella per **droplets**. Nella prima circostanza le dimensioni delle goccioline che espelliamo con starnuti, tossendo o anche solo parlando sono molto piccole e perciò volatili, possono inquinare l'ambiente perché facilmente trasportabili anche per lunghi tragitti attraverso l'aria da qualsivoglia corrente, un esempio ne è la tubercolosi, purtroppo ancora ben presente.
Nella seconda eventualità il peso è superiore ai 5 µm (micrometri), quello che succede è la caduta della gocciolina dopo un brevissimo tragitto, uno o due metri, con la possibilità di inquinare non sono le persone ma anche gli oggetti vicini, questa via di trasmissione è diventata famosa ultimamente perché responsabile della diffusione della pandemia da Covid. Ovviamente queste non sono le uniche vie di trasmissione di malattie; infatti, ne abbiamo altre come, ad esempio, quella oro-fecale responsabile dell'epatite A, della salmonellosi o del colera, ma anche quella ematica come nel caso del Hiv.
Per volontarie e volontari è fondamentale, quindi, conoscere quelle che sono le precauzioni standard da adottare per almeno limitare, se non evitare, la trasmissione di patologie pericolose per la salute. In primo luogo, è necessario il **lavaggio delle mani** osservando alla lettera le regole dettate dall'Organizzazione Mondiale della Sanità, perciò assolutamente prima e dopo avere avuto un qualsiasi contatto con il/la paziente o con ciò che gli/le sta attorno.
È la principale misura comportamentale di tipo preventivo, in grado di incidere praticamente nei confronti di tutte le patologie che si possono trasmettere.
Altra regola da seguire è **l'igiene respiratoria**, in breve imparare come contenere le secrezioni respiratorie durante la tosse, coprendosi naso e bocca con fazzoletti e dopo averli eliminati lavarsi le mani, oppure utilizzare mascherine quando si presentano sintomi respiratori. Infine, esistono i **cosiddetti dispositivi di protezione individuali**. Cosa sono? Per quanto riguarda l'uso sanitario sono guanti, camici, mascherine, occhiali, cuffie e soprascarpe. Prendiamo in considerazione quelli più utilizzati nell'eventualità di pericolo di contagio per il lavoro dei volontari iniziando dai guanti.
Solitamente sono monouso che significa che certe volte è necessario usarne più paia anche per lo/la stesso/a paziente. Alcune annotazioni molto importanti da tenere sempre presente sono:

- i **guanti** non sostituiscono mai il lavaggio delle mani;
- devono essere immediatamente sostituiti quando si rompono o si lacerano, avendo cura di lavare le mani prima di indossarne un nuovo paio;
- è necessario rimuoverli prima di toccare le maniglie delle porte quando si entra in stanze diverse.

I **camici**, si indossano principalmente durante la visita a persone portatrici di una qualsiasi malattia infettiva che si trasmette soprattutto attraverso il contatto ma non solo. Sono utilizzati in particolar modo per proteggere la divisa e la cute.
Per ultime le **mascherine** monouso che sono di tre tipologie:

- mascherine **chirurgiche**, proteggono naso e bocca dalla contaminazione con particelle di diametro medio di 4,5 µ. Vengono utilizzate soprattutto per la protezione dei/lle pazienti.
- Filtrante Facciale **FFP2**, devono coprire il naso, la bocca e il mento e aderire al volto. Hanno un'elevata efficienza filtrante del 95%, perciò sono consigliate e per la protezione dell'operatore nelle sue attività.
- Filtrante facciale **FFP3**, indicate per attività che possono determinare una elevata concentrazione di agenti biologici; perciò, non comprese in attività di volontari e volontarie, sotto forma di aerosol nell'ambiente. Hanno un'efficienza filtrante pari al 98%

Il volontario e la volontaria hanno il dovere di proteggersi e di proteggere la salute di chi assistono.

La consulenza a distanza di Sparkasse.

Con il nostro nuovo servizio, **il tuo consulente** ti è **vicino ovunque ti trovi**.

840 052 052 | **info@sparkasse.it**

Offerta di lancio **Fino al 31 luglio 2022**: apri il conto corrente online, gratuito per 36 mesi.

Messaggio pubblicitario con finalità promozionale. Offerta per apertura online di un conto corrente privato per nuova clientela* per le convenzioni Premium, Active e Basic in versione ZeroCarta: canone di conto corrente, carta di debito e online banking ON gratuiti per 36 mesi. Offerta valida fino al 31/07/2022. Per le condizioni contrattuali ed economiche consultare i fogli informativi disponibili sul sito sparkasse.it e presso le filiali della Cassa di Risparmio di Bolzano e il contratto messo a disposizione nella procedura di apertura online. *Coloro che non dispongono di nessun conto corrente privato (mono- e/o plurintestato) presso la Cassa di Risparmio nei 6 mesi antecedenti alla richiesta dell'apertura online.

SPARKASSE CASSA DI RISPARMIO

PRESIDENTE ANPI

La Festa della Repubblica rinnova l'impegno per la Costituzione e la Pace

*di Guido Margheri**

La Repubblica nacque il 2 giugno 1946: il referendum popolare indetto per scegliere la forma istituzionale dello Stato e per eleggere i rappresentanti dell'Assemblea Costituente segnò l'inizio della vita dell'Italia Repubblicana. La rottura radicale con il passato e una vera e propria rinascita nel segno della Repubblica e dalla Costituzione. Anche il 2 giugno 2022 racchiude questo impegno, nel pieno della sanguinosa invasione russa dell'Ucraina e di altre decine e decine di guerre, spesso dimenticate, in corso nel mondo, senza dimenticare che siamo alla fine di una drammatica pandemia, ma attraversati da una pesantissima e irrisolta crisi economica e sociale.
Abbiamo una bussola formidabile per costruire anche ne difficile mondo di oggi una nuova rinascita: attuare pienamente i principi e le disposizioni della Carta costituzionale nata dagli orrori del fascismo e del nazismo, dalle sofferenze delle vittime, dalla Resistenza delle Partigiane e dei Partigiani e di tutti coloro che liberarono il Paese.
La Costituzione, infatti, si rivolge a tutte e tutti e disegna un mondo dove finalmente pace, convivenza, libertà, solidarietà, diritti umani e diritti civili, parità di genere, siano la base comune delle comunità.
Proprio la difficile, e per molti versi drammatica, costruzione della nostra esperienza di autonomia e convivenza, che è e sarà sempre in costruzione e in evoluzione, rafforza il pensiero che la dedica fondamentale di questo 2 giugno debba andare ai "costruttori di Pace", a coloro, cioè, che dialogando nel rispetto delle differenze su singole questioni, riescono a costruire soluzioni che non si rassegnino alla logica del conflitto permanente.
Di questa nuova storia, ovviamente, non devono più far parte le logiche distruttive della guerra, dei nuovi nazionalismi e dei nuovi razzismi che, purtroppo, attraversano ancora la vita quotidiana dell'umanità.

**Presidente ANPI provinciale*

BOLZANO E LA MEMORIA

I volti del Lager in mostra al Museo Civico

Dal 18 maggio al 19 agosto, nell'ambito degli appuntamenti inseriti nel programma **"Bolzano Città della Memoria 2022"** promosso dal Comune capoluogo, il **Museo Civico** ospita un evento culturale molto significativo.
Si tratta della mostra ***Volti nel Lager*** (disegni e ritratti realizzati da Armando Maltagliati nei Lager nazisti di Fossoli, Carpi e Bolzano) in collaborazione con **ANPI e ANED**.
Volti nel Lager propone una serie di eccezionali ritratti e tre acquerelli realizzati all'interno dei Lager nazisti di Fossoli e di Bolzano.
Gli autori erano due prigionieri: Armando Maltagliati (ai quali le SS avevano attribuito la qualifica di capocampo) e Lodovico Barbiano di Belgiojoso, già allora notissimo architetto milanese, fondatore con gli amici-colleghi Gian Luigi Banfi, Enrico Peressutti ed Ernesto Nathan Rogers, dello studio BBPR, che ha firmato alcune tra le opere più significative dell'architettura del Novecento. I ritratti e i disegni a matita di Maltagliati e di Belgiojoso fanno parte del patrimonio dell'ANED, l'Associazione Nazionale Ex Deportati nei Campi nazisti, in seguito a una donazione di Beatrice Lacchia.
I tre acquerelli a firma di Belgiojoso appartengono alla collezione privata della famiglia Lacchia.
Quale che sia il giudizio definitivo della storia su Armando Maltagliati e sul suo ruolo in quelle circostanze drammatiche di fronte ai nazisti dobbiamo essere grati alla sua matita e alla sua passione per il disegno che ci

propongono un aspetto inedito della vita di tanti uomini, donne e bambini a Fossoli e a Bolzano.
In sinergia con la mostra, l'Archivio Storico del Comune di Bolzano ha allestito l'esposizione ***Lager in città*** che propone immagini, documenti e testimonianze e video-testimonianze dal campo di concentramento di Bolzano.
La mostra si può visitare mar-dom 10.00-18.00 fino al 19.08.2022. (g.m.)

ALARM

Zecken, Krankheitsüberträger breiten sich aus in ganz Südtirol

Fortsetzung von Seite 1

Südtirol durch das mildere Klima zunehmend wohlzufühlen. So kommen Zecken nunmehr nicht nur in der Umgebung von Bozen vor, sondern im gesamten Etschtal und im Vinschgau, vereinzelt im Eisacktal bis Sterzing und sporadisch im Pustertal bis nach Taufers. Ihr Lebensraum hat sich in günstigen Gebieten bis zu einer Höhe von 1.500 Meter ausgebreitet. Es geht nicht darum, Alarmstimmung zu verbreiten. Aber gerade jetzt in der „warmen" Jahreszeit, wenn man sich vermehrt im Freien aufhält, sollte man darüber Bescheid wissen.

Zecken übertragen Infektionskrankheiten
Meist sind Zeckenstiche harmlos. In seltenen Fällen können aber durch infizierte Zecken auch krankheitsauslösende Viren und Bakterien übertragen werden, die sehr unterschiedliche Krankheiten verursachen können. Zwei der von Zecken übertragenen Infektionskrankheiten wurden in den letzten Jahren auch in Südtirol vermehrt registriert. Werden diese nicht behandelt, kann das Folgen haben und im Extremfall sogar lebensbedrohlich sein. Aus diesem Grund sollte man Zecken rechtzeitig bemerken, sich davor schützen und wissen, was bei einem Zeckenbiss zu tun ist.

Frühsommer-Meningoenzephalitis (FSME)
Die gefährlichste durch Zeckenstich übertragene Krankheit ist die Frühsommer-Meningoenzephalitis (FSME), die in den meisten Fällen wie eine leichte Grippe verläuft, schlimmstenfalls - bei etwa 5% der Patienten – aber mit einer viralen Enzephalitis und Meningitis enden kann. Die Patienten selbst sind für andere nicht ansteckend, da die Erkrankung nicht von Mensch zu Mensch übertragen werden kann. Es gibt keine spezifische Behandlung gegen die FSME. Deshalb empfehlen Experten, besonders für Menschen, die in Risikogebieten oft im Freien unterwegs sind, eine vorbeugende dreiteilige Impfung, die einen Schutz für drei bis zehn Jahre gibt. Nachdem bei uns die FSME-Fälle nach Zeckenstich in den letzten Jahren angestiegen sind und immer weitere Gebiete Südtirols als FSME-Risikogebiete gelten, hat die Landesregierung eine Vorsorgeoffensive gestartet und beschlossen, dass sich alle in Südtirol ansässigen Personen kostenlos gegen FSME impfen lassen können. Diese Impfung wird an den Diensten für Hygiene und öffentliche Gesundheit verabreicht.

Lyme-Borreliose
Neben FSME werden bei uns auch Fälle von Lyme-Borreliose, die ebenfalls durch Zecken übertragen wird, registriert. Die Alarmglocken sollten schrillen, wenn sich rund um die Bissstelle ein roter Ring abzeichnet, während das Innere des Kreises hell bleibt. Dies ist ein Anzeichen dafür, dass durch die Zecke

Lyme-Borreliose übertragen wurde. Das Krankheitsbild ist durch Fieber und Muskelschmerzen gekennzeichnet und heilt durch eine antibiotische Behandlung innerhalb drei Wochen ab. Gegen die Lyme-Borreliose gibt es bis heute keine Schutzimpfung. Bleibt diese bakterielle Infektion unbemerkt oder unbehandelt, kann es nach Wochen oder Monaten zu einer Entzündung der Gelenke, der Muskeln, des zentralen oder peripheren Nervensystems oder zu Herzrhythmusstörungen kommen. Nach Monaten bis Jahren kann es sogar zur chronischen Gehirn- oder Rückenmarksentzündung (Myelitis) kommen.

Verhaltensregeln in Risikogebieten
Häufig wird die Frage gestellt, ob man in Wäldern, wo Zecken vorkommen, spazieren gehen kann. Prinzipiell kann man sich in allen Wäldern Südtirols aufhalten, auch in jenen, wo eine Zeckengefahr besteht. In Wäldern, wo Zecken vorkommen, ist jedoch erhöhte Vorsicht geboten. Man sollte nicht die Wege verlassen und es vermeiden, entlang der Wegränder zu gehen und dabei die Gräser abzustreifen, grundsätzlich nicht durch hohes Gras gehen, denn gerade dort befinden sich die Zecken, die auf ihre Wirte lauern. Körperbedeckende, geschlossene Kleidung gibt guten Schutz. Helle Kleidung erleichtert es, Zecken besser zu erkennen. Nach dem Aufenthalt im Wald sollte zu Hause der ganze Körper und auch die behaarte Kopfhaut auf Zecken abgesucht werden.

Nach einem Zeckenstich
Wenn man am Körper eine Zecke entdeckt, ist es wichtig, dass die Zecke so schnell wie möglich entfernt wird. Denn je länger der Speichel des Tiers mit dem Blut in Kontakt ist, umso größer ist das Infektionsrisiko. Die Zecke wird ganz vorsichtig mit einer Pinzette entfernt. Nach Entfernung der Zecke soll die Stichstelle gründlich desinfiziert werden. Das eventuelle Zurückbleiben des Stechapparates in der Wunde ist nicht gefährlich. In den Tagen und Wochen nach einem Zeckenstich sollte man das Areal rund um die Stichstelle kontrollieren. Eine leichte Rötung auf der Haut ist nach einem Zeckenstich völlig normal und klingt nach wenigen Tagen ab. Bei Auftreten einer kreisförmigen Rötung und/oder Allgemeinbeschwerden muss man den Arzt aufsuchen.

**Christian Wenter*
Primar der Abteilung Geriatrie
Krankenhaus Meran

730 con tutte le detrazioni possibili?

Mettiti comodo,
ci pensiamo noi!

730: keine Abzugsposten vergessen?

Mach es Dir bequem,
wir kümmern uns darum!

CGIL
CAAF
AGB
nordest

Numero unico di prenotazione
Einheitsnummer
0471.1800335 - www.caaf.it/bolzano

RUBRICA

Non aggiornate mai i vostri dati bancari

LO SPORTELLO SOCIALE

a cura di
Luisa Gnecchi
Gabriella Rella Bissacco
Valentina Pellicini

Nel nostro impegno come Sportello Sociale ci accorgiamo che alcune misure utili - statali, regionali, provinciali o comunali - non sono conosciute e poiché si possono ottenere solo se si fa esplicita domanda, con questa rubrica cercheremo di pubblicizzarle.

FATE ATTENZIONE !!!

Esistono **società**, non correlate e non riconducibili all'Inps, che fanno riferimento nel proprio nome, in tutto o in parte, a "INPS" e che offrono servizi in termini equivoci o ingannevoli.
Si tratta di società d'intermediazione finanziaria che pubblicizzano, tramite SMS, **prestiti** da estinguersi dietro **cessione fino a un quinto della pensione** sponsorizzati come **"convenzionati"** con l'Istituto.
I siti di queste agenzie **non rimandano affatto ai benefici erogati dall'INPS** e dedicati ai propri iscritti e pensionati.
I pensionati, pertanto, devono prestare attenzione a queste società che, fingendo di essere convenzionate con l'INPS e sfruttandone illecitamente il nome, offrono prestiti a tassi sfavorevoli.

Cessione del quinto della pensione: istituti finanziari convenzionati

Le **banche** e le **società finanziarie** interessate alla concessione dei prestiti, prima della stipula dei contratti, devono **richiedere l'accreditamento presso l'Istituto**. Possono aderire, inoltre, alla convenzione con l'INPS, nell'ottica della **tutela dei pensionati**, per contenere il livello dei tassi di interesse e garantire **tassi più favorevoli** rispetto a quelli di mercato.
È disponibile l'elenco degli istituti finanziari convenzionati con l'INPS per la **concessione di prestiti** basati sulla cessione del quinto delle pensione.

Se vi viene un dubbio chiedete informazioni al sindacato pensionati o da noi all'AUSER.
Una delle truffe più diffuse e pericolose è un tipo di frode informatica che mira al **furto dei dati sensibili** attraverso l'invio di email che fingono di provenire dall'Istituto.

Non comunicare i dati sensibili

L'INPS ha ricevuto numerose segnalazioni dagli utenti su questo fronte: una delle modalità riscontrate più di frequente è l'invio di **false email** che invitano ad aggiornare i propri dati personali o le proprie coordinate bancarie, tramite **un link cliccabile**, per ricevere l'accredito di pagamenti e rimborsi da parte dell'Istituto.
In alcuni casi il link apre una falsa pagina dei **servizi INPS**.
A volte scrivono : "Non siamo in grado di effettuare il bonifico perché ci risulta che i dati registrati nel sistema non sono stati aggiornati": questo l'avviso contenuto nelle email, seguito dall'invito ad **aggiornare i propri dati personali**, tramite un link, per poter ricevere un fantomatico bonifico da parte dell'Istituto per un pagamento o un rimborso.
Non aggiornate mai dati legati al vostro conto bancario o postale.

COSTO ENERGIA: cambiare o no il fornitore?

Tutti riceviamo tante telefonate con proposte che sembrano supervantaggiose.
ECOKONSUM della CGIL-AGB è socio del Centro Tutela Consumatori di Bz via Dodiciville 2,tel 0471-975597

1. fra tutti i fornitori nazionali e locali risulta uno scarto di 100-150€ annui. I dati completi sono a disposizione in Auser e CGIL di via Roma e via Piacenza. Cambiare il contratto ad ogni modo è sempre rischioso, dato la burocrazia e la distanza di alcune ditte. IIC.T.C.U ci aiuta per eventuali ricorsi o contestazioni iscrivendosi al costo di €25.-
2. Chi può chiedere delle riduzioni ?
   Finora soltanto i redditi bassissimi fino 8000€ annui potevano chiederle. Ora il governo, su pressioni dei sindacati e dei consumatori, ha aumentato il limite a € 12.000.-
3. il reddito familiare ISEE si può fare gratuitamente presso il CAAF .
4. Esistono alcune agevolazioni provinciali per redditi bassi dai 9000€ fino 13.000€ ca. da chiedere ai servizi socio-sanitari della Provincia di BZ.

Il tuo 5x1000 all'Auser/Vssh

Per non dimenticarti degli anziani

auser

97321610582

L'APPELLO

Sostenere i nostri volontari anche tesserandosi all'Auser

*di Anna Ferretti**

Quante sono le anime di Auser? Tante, quanti sono i suoi volontari.
Forse non tutti sanno che gli innumerevoli servizi che Auser dà sono possibili solo grazie a loro. Per lo più i volontari sono pensionati (abbiamo anche un bel gruppetto di giovani studenti o lavoratori) che hanno deciso di impiegare il loro tempo a beneficio degli anziani o delle persone in difficoltà.
Fanno la spesa, vanno in farmacia, ritirano ricette e impegnative presso i medici degli utenti. Accompagnano gli anziani per passeggiate all'aperto, li trasportano con le nostre auto presso gli ambulatori, l'ospedale, le cliniche e i centri sanitari pubblici o privati.
Le nostre volontarie del Circolo "La Ruota", offrono ai nostri "nonni", presso la sede dell'Auser, pomeriggi spensierati con giochi, canto, disegno, racconti, filmati. Altri prestano servizio nelle Case di Riposo, nei Centri Diurni cittadini e presso l'Ospedale di Bolzano, coordinati dai responsabili delle strutture stesse. Due volontarie per il nostro Sportello Sociale aiutano gli utenti al disbrigo delle pratiche di assistenza sociale e pratiche pensionistiche. Da poco è stato istituito uno sportello di alfabetizzazione informatica e normalmente ci occupiamo di interagire via email, per conto dei nostri utenti, con le istituzioni anche sanitarie.
I nostri numeri nel 2021: 99 volontari con 15.521 ore. 3.553 trasporti per 23.065 km e un totale di 2.283,5 ore di volontariato dei nostri autisti. 1.842 pratiche prese in carico dalle coordinatrici, 2.049 telefonate al presidio. 2.277 ore di volontariato per "aiuto alla persona".
Tutto questo e molto altro.
I volontari sono il patrimonio di un'associazione che per vivere e continuare ad offrire servizi ha bisogno anche di mezzi di sussistenza: le auto con cui trasportiamo i nostri utenti hanno bisogno di manutenzione continua e carburante. Sosteniamo le spese per l'affitto della sede, il riscaldamento, l'elettricità, le due dipendenti part-time, la contabile. I nostri computer debbono essere costantemente aggiornati e potenziati. I beni di consumo sono necessari al funzionamento del nostro circolo anziani, del nostro laboratorio creativo e di tutte le nostre attività.
In poche parole, una struttura così complessa com'è Auser, ha comunque dei costi, nonostante il "lavoro" dei volontari sia gratuito. Per questo motivo, vi invitiamo a sostenerci. Come? Tesserandovi (€18,00 annui), donandoci il vostro 5x1000 in sede di dichiarazione dei redditi o facendoci una piccola donazione (che, se effettuata tramite bonifico bancario, può essere detratta dalle tasse).
Vi aspettiamo: come sostenitori, utenti o, perché no, come volontari. La nostra porta è sempre aperta a chi desidera donare un po' di sé agli altri.

**Coordinatrice volontari Auser*

DOPO IL COVID

Tutti in pista con le feste danzanti Auser

La pandemia ci lascia finalmente uno spiraglio di luce (sappiamo tutti che non è passata del tutto) e così abbiamo ricominciato le feste da ballo.
Il primo ballo Auser si è svolto il 13 marzo e il secondo il 15 maggio con l'entusiasmo dei presenti.
I nostri anziani hanno voglia di evadere dalla quotidianità, divertirsi, trovarsi con i soliti amici e stare in compagnia.
Buona estate a tutti e ci troviamo in autunno!

Le festa danzanti Auser in autunno:
- **Domenica 9 ottobre**
- **Domenica 13 novembre**
- **Domenica 4 dicembre**

LA RIFLESSIONE

Arriva l'estate, ma ricordiamoci di non abbandonare gli anziani

di Luciano Malfatti

Con l'arrivo dell'estate, molto spesso siamo informati dei tanti animali domestici abbandonati crudelmente dai loro padroni. Sappiamo che portare in vacanza i nostri amici a 4 zampe non è sempre semplice: molte volte vengono programmate le vacanze proprio in base alle loro esigenze.
Ci sono però anche molte persone, purtroppo, che per avere la completa libertà nelle vacanze abbandonano gli animali: un problema reale da non sottovalutare e da condannare.
Però un altro fenomeno è ancora più ripugnante (magari facendo meno notizia): l'abbandono degli anziani.
Se è corretto non "dimenticarci" dei nostri gatti, cani, canarini e tartarughe ancora più importante è non dimenticare i nostri vecchietti.
L'esplosione dell'egoismo che corrisponde con la stagione dei bagni, sfocia in un angoscioso problema, anche se talvolta l'abbandono dell'anziano non è così plateale o così pubblicizzato come l'abbandono dell'animale.
Sappiamo di giovani genitori che sopportano i capricci e le pretese dei bambini o dei ragazzini, ma si infastidiscono per le insistenze o la testardaggine del nonno/a.
La vecchiaia può essere triste e per questo molte volte disturba il clima festaiolo delle vacanze.
Vediamo allora anziani che vengono "parcheggiati" in ospedale (gli acciacchi come motivazione non mancano di certo) o in qualche casa di cura. Se questo non è possibile si lascia l'anziano recluso in casa alle prese con la calura e con lo squallore della solitudine e con problemi anche per fare delle spese o delle fisioterapie, contando che qualche Associazione come Auser se ne prenda carico.
Quante volte in estate abbiamo visto un anziano solo, seduto su una panchina nella città calda e semideserta.
E allora.....

Non seguiamo sempre i nostri frenetici egoismi, non abbandoniamo e non facciamo soffrire i nostri amici animali, ma soprattutto non dimentichiamoci mai delle nostre care persone anziane e apriamo a loro il cuore e le nostre vite.

ATTIVITÀ

Il grazie di Auser

Auser ringrazia sentitamente:

- **Il Club alpini Gries per averci donato due scatoloni di mascherine**
- **La ditta Loacker che ci fornisce gratuitamente squisiti dolci**
- **La ditta Stuffer per i suoi deliziosi yogurt, per la gioia del palato dei nostri utenti del Circolo La Ruota.**
- **Il laboratorio creativo Auser ringrazia la sig.ra Angela, il sig. Giuseppe e tutti coloro che ci hanno fornito il materiale per comporre i manufatti, il cui ricavato serve a sostenere le nostre adozioni internazionali e le attività della nostra associazione.**
- **Infine, tutto l'Auser ringrazia Stefania, pasticciera sopraffina, che ci tenta sempre con il suo "dolce settimanale".**

auser
Bimestrale dell'Associazione Auser - Vssh - O.N.L.U.S.
Direttore responsabile: Orfeo Donatini
Redazione: Gabriella Rella Bissacco – Rosa Bonelli
Elio Fonti – Luisa Gnecchi
Irene Pampagnin – Lorenzo Vidale
Paolo Valentinotti – Guido Margheri
Grafica e impaginazione: Irene Pampagnin – Vittorio De Polo
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: Athesia Druck - 39100 Bolzano
Tiratura: 10.500 copie
Iban: IT87J0604511603000001719700

I GUARDIANI DELLA VOLTA

Giochi di ruolo e da tavolo ogni giovedì in sede Auser

*di Elio Fonti**

"I Guardiani della Volta" sono un gruppo di appassionati di giochi da tavolo e di ruolo, nati con l'intento di diffondere il gioco intelligente in compagnia e di promuovere la socialità e l'aggregazione di tutte le fasce d'età.
Gli effetti dei giochi da tavolo e di ruolo sono molteplici, dallo sviluppo della fantasia e dell'immaginazione, allo stimolo alla riflessione, dal semplice divertimento al miglioramento delle capacità relazionali.
I membri dei "Guardiani della Volta" hanno aperto le proprie attività da meno di un anno, e ciò è stato reso possibile dalla stretta collaborazione con il circolo culturale Auser "Club Ipazia" di Bolzano.
Il fulcro delle attività della neonata associazione sono le serate ludiche aperte a tutti, che si svolgono prevalentemente il giovedì sera, dalle 20 alle 24, presso la sede della stessa associazione Auser in Piazza Don Bosco 1A.
Nel corso del 2021 sono state organizzate 49 serate con 42 partecipanti e 331 presenze complessive.
Durante queste serate, i partecipanti possono prendere parte a partite di giochi da tavolo messi a disposizione sia dai volontari sia da altri partecipanti.
In alternativa possono mettersi a confronto con giochi di ruolo, in cui i giocatori interpretano dei personaggi di fantasia in svariate ambientazioni, con lo scopo di calarsi nel ruolo e di far evolvere collaborativamente la storia con la mediazione del "Master", in altre parole di un arbitro volontario dell'associazione.
Questi incontri hanno lo scopo di far passare ai partecipanti, siano essi lavoratori, pensionati, genitori, o studenti, una tranquilla e serena serata di divertimento, permettendo di staccare la spina dallo stress e dai problemi quotidiani.
Ai partecipanti, dopo un paio di serate di prova, è richiesto il tesseramento all'associazione, necessario per i costi di gestione della sede e per l'assicurazione degli utenti.
L'associazione è raggiungibile sia su Facebook alla pagina IGuardianiDellaVolta che su Instagram a @iguardianidellavolta, oppure via email all'indirizzo ***info@guardianidellavolta.it***.

**Presidente*
Circolo culturale Auser
"Club Ipazia"

CASE DI RIPOSO

Il Coro delle nonne Auser torna di scena

Festa della mamma alla casa di riposo Don Bosco il 5 maggio in collaborazione con SPI/CGIL e associazione AIAS

Festa presso la nuova casa di riposo Villa Melitta il 12 maggio in collaborazione con SPI/CGIL e associazione AIAS

Esperti dell'udito da 40 anni

ZELGER festeggia 40 anni di attività. Dalla fondazione non solo l'azienda è cresciuta. Anche la tecnologia degli ausili uditivi ha fatto passi da gigante. Il titolare Roland Zelger spiega le prestazioni e i benefici degli apparecchi acustici moderni.

I moderni apparecchi acustici non hanno quasi più niente in comune con quelli di 40 anni fa. Quali sono secondo Lei i massimi benefici delle soluzioni odierne?

Roland Zelger: La tecnologia oggi offre delle possibilità impensabili 40 anni fa. Le prestazioni degli apparecchi di quell tempo si limitavano alla mera amplificazione del suono. Venivano regolati con il cacciavite. Oggi esistono praticamente solo apparecchi acustici interamente digitali, regolabili mediante il computer secondo le esigenze individuali dell'utente. Sono diventati degli affidabili ausili, in grado di elaborare in modo ottimale e del tutto automaticamente tutte le possibili situazioni uditive e di affiancare chi li porta praticamente senza limitazioni.

Quali sono gli elementi fondamentali in base ai quali viene scelto il tipo di apparecchio acustico?

Non esiste un apparecchio acustico che rappresenti la soluzione perfetta per chiunque. Quando si tratta di scegliere l'ausilio adatto, misuriamo in primis la perdita di udito, per stabilirne il tipo e il grado di gravità. Poi analizziamo nel dettaglio le abitudini quotidiane dell'utente, per esempio se ha un'intensa vita professionale o sociale oppure se usa gli apparecchi prevalentemente nelle conversazioni a due con il partner. Vengono poi considerate anche le sue esigenze in termini di comfort di utilizzo ed estetica nonché le aspettative di prezzo. Le soluzioni disponibili poi - sistema retroauricolare oppure endoauricolare – sono diverse in base al grado di per dita dell'udito e alle caratteristiche anatomiche.

Che differenze ci sono tra modelli retro- e endoauricolari?

Gli apparecchi retroauricolari si portano dietro l'orecchio. Il loro vantaggio consiste nel fatto che sono adattabili a qualsiasi grado di perdita dell'udito e che possono essere connessi via Bluetooth allo smartphone e ad altri accessori. Ancora meno visibili sono gli apparecchi endoauricolari, che però sono idonei solo in caso di perdita dell'udito di grado medio-lieve. Un requisito essenziale per il loro utilizzo è anche la presenza di idonee caratteristiche anatomiche del condotto uditivo, in quanto questi apparecchi si portano nel padiglione auricolare o nel condotto uditivo. Chi non possiede un condotto uditivo adatto non deve però perrinunciare per forza alla discrezione. Infatti oggi molti apparecchi retroauricolari sono così minuscoli che scompaiono letteralmente dietro il padiglione auricolare.

Perché la prova degli apparecchi è così importante?

Consigliamo vivamente la prova degli apparecchi per abituarsi alla nuova situazione uditiva e capire personalmente i benefici che si riescono ad ottenere nell'ambiente quotidiano. L'obiettivo è quello di riuscire a ritrovare la sicurezza per gestire al meglio le attività quotidiane, tornando a frequentare con piena partecipazione e gioia contesti nei quali ormai la persona con problemi uditivi non si sentiva più a suo agio. La prova di 30 giorni è un servizio gratuito che diamo ai nostri clienti, sempre.

Vieni da Zelger esperti dell'udito per il controllo gratuito dell'udito e la prova gratuita di 30 giorni degli apparecchi acustici!

Info al numero 800 835 825 oppure su Zelger.it!

DICHIARAZIONE DEI REDDITI

Devolvere il 5 per mille all'Auser fa del bene e non costa nulla

di Mario Paltrinieri

Siamo entrati nel periodo di compilazione della dichiarazione dei redditi e con essa tutti i cittadini possono effettuare la scelta per la destinazione del 5x1000. All'interno dei singoli modelli è presente il quadro "Scheda per la scelta della destinazione del 5x1000 dell'IRPEF. Per destinare il 5x1000 all'AUSER occorre compilare il primo riquadro in alto a sinistra dal titolo "Sostegno agli enti del terzo settore", apporre la propria firma e scrivere **il codice fiscale dell'AUSER 97321610582**.
Ricordiamo che **la destinazione del 5x1000 non ha nessun costo per il contribuente** perché si tratta di una quota dell'IRPEF, e quindi non rappresenta una spesa aggiuntiva.
Se si decide di non destinare a nessuno il 5x1000 dell'IRPEF, invece di supportare le associazioni non profit e gli Enti del Terzo Settore, quella quota di IRPEF verrà comunque versata allo Stato.
Inoltre la scelta della destinazione del 5x1000 non è alternativa alle altre scelte del 8x1000 (confessioni religiose) e del 2x1000 (partiti politici).
I contribuenti che non devono presentare la dichiarazione dei redditi possono comunque effettuare le scelte del 8x1000, 5x1000 e del 2x1000 dell'IRPEF, presentando l'apposita scheda in busta chiusa entro il 30 novembre a un ufficio postale o a un intermediario abilitato alla trasmissione telematica (CAF o professionista).
Infine ci sembra utile precisare quanto vale la scelta del 5x1000:

- **se il reddito dichiarato è di €15.000 la scelta vale circa €18**
- **se il reddito dichiarato è di €20.000 la scelta vale circa €24**
- **se il reddito dichiarato è di €36.000 la scelta vale circa €50**

RETE ANZIANI

Ri-Nutri, per un'alimentazione corretta

Grazie alla collaborazione tra AUSER/VSSH, Rete anziani di Bolzano, UPAD, Federazione Culturale Gaetano Gambara, Club Rodigino, è stato organizzato, lo scorso 31 maggio alle ore 18.00 in Piazza Don Bosco, l'incontro tra il dottor Lucio Luchin e la cittadinanza, una interessante manifestazione dedicata al tema della nutrizione e alimentazione denominata "Ri-Nutri".
Il Progetto, patrocinato dal Comune di Bolzano, iniziato con l' incontro del 31 maggio in Piazza Don Bosco sarà ripetuto e proseguirà, tra giugno e settembre, in altre piazze note della cittá di Bolzano, appunto per sensibilizzare la popolazione sul tema dell'alimentazione e nutrizione dal punto di vista storico, psico-sociale, culturale e scientifico a cura del dottor Luchin.
Ma non solo. Tali riflessioni stimoleranno a ripensare anche la nutrizione e l' alimentazione per il futuro. Tale iniziativa nasce in occasione della ricorrenza del 16 ottobre istituita per celebrare ogni anno la Giornata mondiale dell'Alimentazione indetta dalla fondazione dell'organizzazione delle Nazioni Unite per l'alimentazione e l'agricoltura (FAO). Vuole essere l'occasione per riflettere su come migliorare il sistema alimentare mondiale per limitare i problemi legati alla malnutrizione e alla fame. Le recenti "catastrofi", dalle crisi climatiche, ai conflitti, alla pandemia da Covid-19, hanno sconvolto milioni di vite e di mezzi di sussistenza. La situazione è più critica che mai se si pensa che 3 miliardi di persone, pari a quasi il 40%

il dottor. Lucio Luchin

della popolazione mondiale, non possono permettersi una alimentazione appropriata e sana. Un futuro più equo e sostenibile è possibile?
È in primo luogo fondamentale cambiare il nostro modo di produrre e soprattutto consumare il cibo, nonché costruire sistemi alimentari più inclusivi e solidi in grado di fare la differenza.
Con l'ambizioso progetto "Ri-nutri Ripensare la nutrizione", si è quindi accolto questo invito ad agire, ponendosi come obiettivo quello di sensibilizzare le persone verso la nutrizione che è un bisogno primario dell'uomo.

(r.z.)

SOGGIORNI 2022 GITE

ASCEA MARINA (SA)
Eleamare
dal 26 giugno al 10 luglio

PESARO
Hotel Caravelle
dal 18 giugno al 2 luglio

RICCIONE (RN)
completo
Hotel Strand – dall' 11 al 24 giugno

RIMINI
Hotel Confort
dal 21 agosto al 4 settembre

ABANO TERME (PD)
Hotel Venezia
dal 13 al 20 novembre

TOUR

LA RIVIERA DI ULISSE E PONZA
dal 12 al 16 settembre

VICENZA
Dalle bellezze del Palladio alla tradizione del baccalà
29 ottobre 2022

ALBUM FOTOGRAFICO

Tour delle Cinque Terre *(dall'1 al 4 aprile 2022)*

Gita alla Madonna della Corona *(9 aprile 2022)*

Padova e orto botanico *(26 maggio 2022)*

Io vado... ma non da solo

Trekking in Croazia *(dal 21 al 26 maggio)*

Centro Auser Insieme APS / Vssh Zentrum Zusammen VFG
Bolzano: Piazza Don Bosco 1A - Tel. 0471/508614
Merano: Via Ugo Foscolo, 8 – Tel. 0473/200132
LUN – VEN / 9.00 – 11.30

THUN sostiene

fondazionelenethun.org

Thun.com

THUN

THUNIVERSUM

Via Galvani Straße 29, Bolzano Sud / Bozen Süd, Tel. 0471 245 255