



auser

Notizie e... Nachrichten und...

Dicembre
Dezember
2022

Nr. 6

Associazione per l'invecchiamento attivo - Verein für aktives Altern

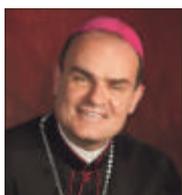
Terzo Settore, risorsa inestimabile



di Arno Kompatscher*

Cari soci, amici e volontari di Auser, è sempre un piacere per me potervi rivolgere un saluto. Quest'anno capita nel periodo che ci avvicina alle festività legate al Natale e all'arrivo del nuovo anno. Un tempo di bilanci e di riflessioni votate ai mesi passati e ai prossimi passi da intraprendere. Per quanto riguarda il sistema delle associazioni e degli enti legati al terzo settore,
segue a pag. 2

Natale: condivisione, solidarietà, pace



di Ivo Muser*

Il Natale originale

A Natale non festeggiamo il simpatico compleanno di un bambino. Non festeggiamo neppure solo l'idillio dell'infanzia. Festeggiamo Dio stesso che nel bimbo di Betlemme e nell'uomo Gesù - lungo tutta la sua vita - ha abitato la nostra terra. Il Natale originale si esprime nelle celebri parole
segue a pag. 4

Auser, la stagione delle assemblee



di Orfeo Donatini*

Auser, associazione per l'invecchiamento attivo, sia a livello nazionale che locale sta per completare il complesso e non breve percorso dettato dalla riforma del Terzo Settore e la conseguente iscrizione nel RUNTS, il Registro unico nazionale del Terzo Settore. Una fase complicata anche perchè le procedure
segue a pag. 3

Grippe oder noch Corona?



von Christian Wenter*

Ist es eine harmlose Erkältung, die Grippe oder das Coronavirus? Wie unterscheidet man das? Was sollten Betroffene tun?

Um diese Jahreszeit sind viele Menschen erkältet. Wer im Moment ein Kratzen im Hals verspürt oder sogar Fieber hat, stellt sich schnell die Frage: Bin ich nur erkältet, habe ich die Grippe oder habe ich mich etwa mit Corona infiziert?
Fortsetzung auf Seite 14



Buon Natale Frohe Weihnacht

ALL'INTERNO

- 5 di Cesare Guerreschi**
Post.-Covid, come gestirlo
- 6 di Maurizio Surian**
Ipes, lunghe liste d'attesa
- 11 di Luisa Gnechi**
Lo sportello sociale
- 16 di Romolo Magosso**
Le ricette della nonna
- 17 di Max Bazzoli**
Dalla carrozzina al sidecar
- 18 e 19 di Lorenzo Vidale**
Soggiorni, tour e gite '23



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

L'INTERVENTO

Kompatscher, spesso il volontariato arriva dove la mano pubblica non può o non riesce

segue dalla prima

il 2022 è stato senza dubbio un anno caratterizzato dalla transizione al nuovo registro unico (il cosiddetto "RUNTS"), previsto dalla recente riforma del settore. So che è stato (e, per alcuni, continua ad essere) un processo laborioso, sicuramente non semplice, portatore di diversi cambiamenti, a cui non sempre è facile adattarsi. Vorrei utilizzare questa occasione per ringraziare il personale di Auser e di tutte le altre associazioni e gli altri enti del terzo settore per la loro disponibilità e per il fruttuoso lavoro portato avanti in questi mesi insieme agli uffici provinciali. Da parte nostra, i collaboratori della provincia continueranno a lavorare affinché la transizione per le associazioni e gli enti a cui questo passaggio sta richiedendo più energie e pazienza possa concludersi al più presto positivamente. Al contempo continuiamo a dialogare con le amministrazioni statali e il governo per ottenere maggiori semplificazioni nell'applicazione della riforma.

Il periodo storico che stiamo attraversando non è semplice. Da ultimo, il caro-energia sta colpendo tutti: il settore pubblico, quello privato e ogni cittadino. Le associazioni del terzo settore non fanno eccezione e siamo consapevoli delle difficoltà legate a questa nuova fase e alle tante incertezze. Nei giorni in cui sto scrivendo questo saluto, non sono ancora in grado di andare nel dettaglio, ma posso garantirvi che la provincia sta lavorando per mettere a frutto le proprie risorse al fine di cercare di venire incontro alle tante esigenze, al meglio delle effettive possibilità.

Il terzo settore, nel suo complesso è una risorsa inestimabile per la nostra Provincia. Il volontariato arriva spesso dove la mano pubblica non può o non riesce e nel tempo ha creato e sempre sviluppa una rete culturale, di assistenza alle persone e cura del territorio che risponde alle multifaccettate esigenze dei cittadini e del territorio. Il volontariato, lo spirito di solidarietà su cui poggia le sue basi, diventano quindi capitale sociale, che contribuisce al benessere pubblico e diventa tanto più prezioso quando sia sviluppato in senso complementare ai servizi pubblici. L'Alto Adige e la sua autonomia



traggono forza da questo binomio e dai tantissimi cittadini che offrono gratuitamente parte del loro tempo e delle loro energie al prossimo e alla società. Ciò non può che renderci orgogliosi. Nel caso specifico di Auser, come ho avuto più volte modo di ribadire, l'attività ha un duplice obiettivo: sostenere l'invecchiamento attivo (anche attraverso il coinvolgimento di entusiasti volontari non più giovanissimi!) e accompagnare la terza età, nel suo complesso e in tutte le sue forme. Attività ricreative e interventi di concreto sostegno alla quotidianità, anche dei più fragili, si combinano in un'offerta a tutto tondo e garantiscono sempre – agli amici come ai volontari – un sorriso gentile, una battuta di spirito o una parola di conforto, che sono le prime medicine per una vita lunga, sana e felice. Per questo desidero rinnovare il mio personale ringraziamento ad Auser, ai suoi dirigenti e ai tantissimi volontari e agli amici dell'associazione, per quanto fatto in questo 2022 e – più in generale – negli ultimi anni. Auguro a tutti voi un 2023 pieno di attività e di soddisfazioni, da vivere insieme.

**Arno Kompatscher
presidente della Provincia di Bolzano*



**Da 30 anni
per l'invecchiamento
attivo**

**Seit 30 Jahren
für aktives Altern**

**TESSERAMENTO
MITGLIEDSCHAFT 2023**

 **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

Dalla complessa riforma del Terzo Settore alla stagione di un rinnovato impegno

segue dalla prima

burocratiche richieste sono state molteplici e non semplicissime soprattutto per l'adeguamento degli Statuti della nostra rete associativa. Devo dire che, se a Roma l'iter si è trasformato in un vero e proprio percorso ad ostacoli in particolare con il Ministero del Lavoro, competente per l'attuazione della Riforma, in sede locale l'interazione fra associazioni, CSV ovvero il Centro servizi volontariato diretto da Ulrich Seitz e l'Ufficio di Gabinetto della Giunta provinciale guidato da Judith Notdurfter e Christoph Pichler è stata da subito molto collaborativa e tale da favorire l'impegno di tutti.

Ora, con le prossime assemblee programmate entro la metà di questo mese di dicembre tutta la procedura legata all'adeguamento degli Statuti potrà dirsi completata con successo anche se poi scatteranno tutti gli ulteriori obblighi in termini di bilancio e di tenuta dei libri sociali.

Del resto organizzazione in rete con tesseramento unico a livello nazionale, trasparenza nella gestione dell'associazione e dei suoi bilanci costituiscono da sempre una sorta di inderogabile linea guida per tutta la nostra attività in favore soprattutto di quella fascia fragi-

le della società qual è quella degli anziani.

E se a livello nazionale c'è grande aspettativa per il Disegno di legge delega sulla non-autosufficienza che ora bisognerà vedere come valuterà il nuovo Governo, in sede locale continua a suscitare forti perplessità la legge quadro provinciale sull'invecchiamento attivo, approvata dopo tre anni di approfondimenti sostanzialmente priva di alcuna disponibilità finanziaria.

E tutto questo per dire che l'impegno di Auser è davvero a 360 gradi per dotare il nostro Paese e la nostra Provincia di tutti quegli strumenti che possano essere in grado di superare solitudine, emarginazione e crescente povertà che sempre più preoccupantemente vanno a colpire in particolare gli anziani.

Un grazie, per quanto ci riguarda, va rivolto con il nostro augurio di buone feste, a tutti gli oltre cento volontari dell'Auser che quotidianamente sono impegnati nella miriade di attività volte ad alleviare le difficoltà dei cittadini più fragili.

Un aiuto a sostegno del loro impegno può arrivare, come è arrivato, dalle sottoscrizioni nella dichiarazione dei redditi in favore del 5 per 1000 per Auser, ma anche dalla scelta di sostenere il tesseramento alla

nostra associazione; indipendentemente dalla fruizione dei molti servizi a disposizione.

"Diritti alla meta" è infatti lo slogan che caratterizza la nuova campagna di tesseramento Auser 2023. Un numeroso gruppo di soci e volontari Auser, diversi per età, genere e cultura, sorridono, salutano e guardano dritto negli occhi l'osservatore.

È l'impatto visivo della nuova tessera Auser 2023.

Un insieme colorato e allegro, dai toni pop, che rappresenta una società armonica, pacifica e solidale, in cui c'è spazio per tutti.

La società che Auser si impegna a costruire ogni giorno.

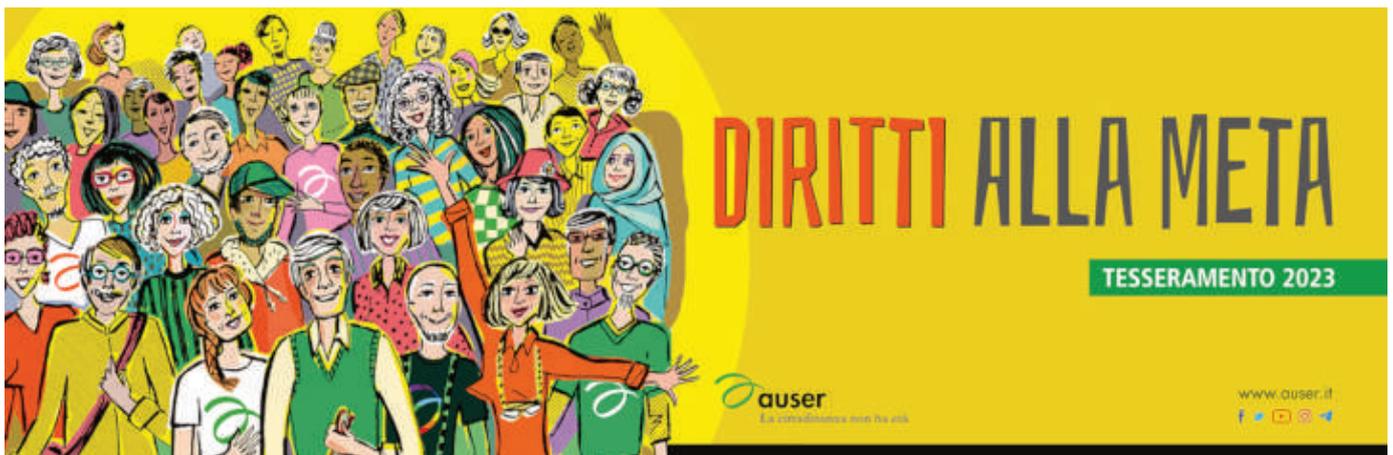
Lo slogan che accompagna questo movimento di persone è "Diritti alla meta". Pensando ai volontari Auser come determinati, limpidi e retti nel loro impegno, ma i "diritti" sono anche uno degli obiettivi fondamentali dell'azione di Auser, quello di costruire una società in cui i diritti di tutti e tutti i diritti vengano garantiti e rispettati.

** Orfeo Donatini*

presidente Auser Federazione

Alto Adige aps

Vssh Dachverband Südtirol vfg



GLI AUGURI

Muser, fare Natale al giorno d'oggi è condivisione, solidarietà e pace

segue dalla prima

dell'evangelista Giovanni: "Il Verbo si fece carne" (Gv 1,14). „Farsi carne" significa calarsi in quella debolezza, in quell'esperienza del limite, della precarietà, della fatica, che è ben conosciuta da ogni mortale, soprattutto da coloro che appartengono agli emarginati della storia. Gesù lo sperimenterà soprattutto quando subirà la morte infame del malfattore, schiacciato dal male del mondo.

Natale oggi

Non possiamo ridurre il Natale a un bel ricordo, a qualche pio sentimento, o alla celebrazione di alcuni giorni di festa.

Da quando Dio si è fatto uomo la dimensione umana è diventata luogo di incontro, uno spazio relazionale.

Dio ha a che fare con la nostra storia, con le nostre origini, con la quotidianità del nostro lavoro, dei nostri compiti, delle nostre relazioni; lo possiamo porre in stretto rapporto con i nostri ospedali, le nostre case di riposo, con la realtà del carcere, con i profughi costretti a lasciare le loro case e i loro paesi, con le situazioni di crisi e di conflitto nel mondo, con la guerra crudele e dispotica verso il popolo ucraino.

Dio ha a che fare con i nostri bambini e con i nostri anziani, con le nostre famiglie, anche con le quelle che subiscono il dolore di una divisione interna, il dolore di una separazione o di un divorzio.

Noi possiamo e dobbiamo metterlo in rapporto con ogni forma di difficoltà e di crisi, sia essa materiale o economica, spirituale o religiosa, fisica o psichica. Lo dovremmo cercare ovunque si trovi l'umano e spesso anche il disumano, dove spesso si fatica a credere all'umanità stessa.

E' proprio qui che lo possiamo trovare; in questa realtà Egli è nato; in questa realtà ha sofferto e ancora soffre per noi.



Fare Natale

Per poter restare umani, abbiamo bisogno della speranza che ci lascia aperte le porte del cielo: non un paradiso creato da noi, ma il cielo che solo Dio ci può preparare e donare, il cielo che nella notte di Betlemme ha assunto natura umana per abitare la nostra terra.

Giovanni Bosco, un modello di educatore, sempre vicino al mondo giovanile, disse una volta: "Con i piedi per terra e con il cuore in cielo". Non rubiamo ai nostri bambini e giovani questa speranza!

Condivisione, solidarietà, pace: sono i tre doni natalizi per eccellenza, i tre diversi modi per esprimere quei valori fondamentali portati e vissuti da Gesù che ci aiutano a vivere assieme e che ci permetteranno di costruire il futuro.

Chiediamoci in questo Avvento fino alla solennità del Natale: Io, io in prima persona, che

cosa faccio per vivere la condivisione, la solidarietà, la pace?

Il mandato del Natale

Permettetemi un augurio speciale rivolto ai giovani e al rapporto con gli adulti: di cuore vi auguro il coraggio e la forza di curare le relazioni, di impegnare per voi e per gli altri il dono di una vita giovane e preziosa, di vincere con fede e speranza le sfide del presente, di farvi ascoltare. Così aiuterete la comunità, noi tutti, a non perdere di vista l'essenziale, anche a Natale.

Buon cammino d'Avvento verso il Santo Natale. Buon Natale con il Festeggiato al centro: pace nei cuori, nelle nostre case, tra le culture, tra i gruppi linguistici, tra i vicini e i lontani, tra i compaesani e gli extracomunitari, pace con la creazione e con Dio.

**Ivo Muser
Vescovo della Diocesi
di Bolzano e Bressanone*



APPUNTAMENTO AUSER

Incontro il 12 dicembre in Sala Europa su come affrontare il post-Covid

di Cesare Guerreschi*

Il 2020 e il 2021-2022 verranno ricordati come gli anni del Covid-19: a livello mondiale ci siamo trovati in una situazione che mai avremmo immaginato.

In questi anni, i dati pubblicati che descrivono casi di pazienti con Covid-19 che successivamente sviluppano sintomatologia persistente nel lungo periodo sono in continua crescita, con diversi effetti a livello fisico, cognitivo e psicologico che comportano compromissioni a livello sociale, lavorativo, individuale e quotidiano. Secondo l'OMS, 1 su 4 di coloro affetti da Covid-19 ha sintomi che perdurano a distanza di 4-5 settimane dopo il riscontro della positività.

Si parla, allora, di Long-Covid, una condizione clinica caratterizzata da un complesso di malesseri e disturbi di varia natura, che in forma più o meno grave, perdurano a distanza di mesi dalla gua-

rigione da Covid-19 (dai 4 mesi fino ad oltre 12 mesi).

Si tratta di una condizione che può riguardare soggetti di tutte le età: dai più giovani ai più anziani. Sono stati riscontrati diversi sintomi di natura eterogenea (organica e psicologica), ma i più comuni risultano essere: difficoltà respiratorie, stanchezza e spossatezza, nebbia cerebrale, febbre, dolori muscolari e articolari, disturbi del sonno, depressione e ansia.

La pandemia da SARS-CoV-2 ha avuto importanti risvolti di natura psicologica e psichiatrica; sono state riscontrate sofferenze individuali profonde e disagio psicologico, elevati e costanti livelli di ansia, volubilità dell'umore e depressione, alterazioni del sonno e stress acuto con tendenza alla cronicizzazione.

Questi sintomi continuano a perdurare in coloro che soffrono di Long-Covid, ai quali si aggiungono anche sconforto e senso di col-

pa per non essere più quelli di prima, senso di frustrazione e rabbia per il perdurare di una condizione sconosciuta e invalidante rispetto a diversi ambiti di vita.

Si tratta, però, di una condizione medico-sociale ancora poco conosciuta e per niente trattata, di cui si sta seguendo e studiando l'evoluzione e gli sviluppi, ma che possiede tutte le caratteristiche per diventare una delle problematiche più importanti e complesse della nostra vita futura.

Alla luce di ciò, la S.I.I.Pa.C. e con la collaborazione del comune di Bolzano, ha ideato e creato il "progetto Long-Covid", frutto di due anni di lavoro e ricerche.

La prima fase di questo progetto consiste in un ciclo di 15 eventi formativo-educativi: uno dei prossimi con Auser in Sala Europa lunedì 12 dicembre alle ore 15.

*Fondatore e Presidente Società Italiana di Intervento sulle Patologie Compulsive



PROPONGONO
UN CICLO DI INCONTRI
INFORMATIVI SUL

LONG-COVID

Per lo sviluppo di una maggiore consapevolezza di tutti gli aspetti riguardanti una condizione problematica ancora poco conosciuta, ma in continua espansione.

QUANTO DURA?

Il Long Covid può durare anche 24 mesi. Uno studio pubblicato sulla rivista The Lancet Respiratory Medicine, e coordinato dal China-Japan Friendship Hospital, ha mostrato che la metà delle persone con Long Covid riportano ancora alcuni sintomi dopo ben 24 mesi. (6 set 2022)

QUALI SONO I SINTOMI PIÙ COMUNI?



Mal di testa cronico
Nebbia cerebrale
Difficoltà di concentrazione

Tosse

Fiato corto

Palpitazioni, aritmie



Riduzione dell'appetito
Perdita del gusto e dell'olfatto

Acufene

Febbre, nausea

Eruzioni cutanee



Stanchezza, spossatezza
Dolori muscolari e alle articolazioni

Disturbi del sonno

Depressione, ansia

Isolamento



SINTOMI del LONG COVID in BAMBINI e ADOLESCENTI



• Senso di costrizione al torace
• Affaticamento
• Scarsa resistenza all'attività fisica
• Tosse



• Miopericardite
• Dolore al petto
• Tachicardia



• Artralgie
• Dolori muscolari



• Mal di testa cronico
• Difficoltà di concentrazione
• Cervello annebbiato
• Malattie neuropsichiatriche subacute di nuova insorgenza



• Dolore addominale ricorrente
• Nausea
• Alvo irregolare





LA DENUNCIA

Ipes: requisiti, Durp, contratti e canoni ma pure lunghe liste d'attesa per un alloggio

di Maurizio Surian*

Nelle ultime settimane, gli uffici dell'Assessorato all'Edilizia Agevolata hanno predisposto i nuovi regolamenti riguardanti le modalità di assegnazione degli alloggi di edilizia sociale e della gestione dei rapporti di locazione. I quattro nuovi regolamenti (assegnazione, gestione, compravendita e case albergo) sono stati presentati alle parti sociali nei giorni scorsi e a breve approderanno in commissione legislativa.

Centro Casa Mieterschutz ha sollevato alcune osservazioni di carattere puramente tecnico-formale saranno probabilmente recepite, mentre per gran parte di quelle sostanziali non abbiamo aspettative.

Sul tema delle assegnazioni vengono sostanzialmente confermate le nuove regole già in vigore dallo scorso anno: introduzione della DURP per la determinazione della capacità economica, requisiti di ammissione, formazione delle graduatorie. Restano perciò anche le nostre perplessità su i limiti di reddito per l'accesso ad un alloggio sociale sono più bassi così come la media dei punteggi attribuiti, i redditi da lavoro sono penalizzati rispetto alle entrate derivanti da sussidi vari, la documentazione richiesta per i controlli patrimoniali, soprattutto per gli immigrati, è improponibile.

Viene introdotto il canale dell'assegnazione dei cosiddetti alloggi a canone sostenibile destinati a chi gode di redditi superiori alla soglia massima prevista per gli alloggi a canone sociale. Iniziativa lodevole a fronte di una abbondante disponibilità di immobili. Allo stato attuale, come ci viene confermato dagli stessi funzionari provinciali e dell'Ipes, non si riesce a far fronte al soddisfacimento delle graduatorie per gli alloggi sociali e quindi rimane poco spazio per altre seppur condivisibili iniziative. Il timore è che il "canone sostenibile" sarà soprattutto applicato nei casi di revisione del canone sociale o di rinnovo dei contratti, per come elaborato nel regolamento dedicato alla gestione del rapporto di locazione.

Ma i veri problemi sorgono proprio con le nuove disposizioni in materia di contratti e canoni relativi.

I nuovi contratti di locazione saranno a termine, della durata di quattro anni rinnovabili.

Ci saranno, dal 2023, due diversi regimi, uno per gli inquilini attuali e uno per le nuove assegnazioni, con alcune delle nuove regole valide anche per i vecchi inquilini.

Il nuovo canone sociale sarà anch'esso determinato sulla base della DURP e sarà rapportato al canone provinciale. Si andrà da un minimo, per un alloggio di 60 mq netti in buone condizioni, di circa 200 Euro (ridotti a 90 per anziani e invalidi) ad un massimo di circa 600. Attualmente il minimo è di 50 Euro. Da una nostra prima simulazione i nuovi criteri, a parità di condizioni, avranno l'effetto di un raddoppio dei canoni medi. Questa circostanza non è stata smentita nel corso degli incontri per cui pare si tratti di una scelta consapevole.

Il canone sostenibile varierà, per un alloggio di 60 mq netti da un minimo di circa 360 Euro ad un massimo di circa 600.

Problematico, e valido anche per i vecchi inquilini, è il passaggio che prevede la revoca dell'alloggio o l'applicazione del canone sostenibile in luogo di quello sociale a chi possiede, ma anche sul quale gode solo di un diritto reale, un alloggio di dimensioni "adeguate". Se l'alloggio è in provincia di Bolzano, indipendentemente dalla distanza dalla residenza, interviene la revoca, se ubicato in qualsiasi altra parte del mondo, si dovrà pagare il canone sostenibile.

Un ulteriore lieve ritocco, di 10/15 Euro mensili, sarà applicato per gli alloggi classificati in Casa Clima A, circa la metà per quelli in B. Questo vale, in quote crescenti, anche per i vecchi inquilini.

Preoccupante anche la norma che regola il subentro nel contratto di locazione dei figli conviventi in caso di morte dell'assegnatario. Questi, se in assenza dei requisiti per l'assegnazione di un alloggio sociale, potranno restare nell'alloggio per un massimo di 18 mesi, pagando comunque il canone provinciale. Anche questa disposizione si applica a vecchi e nuovi inquilini.

Il canone provinciale è quindi il riferimento costante per la quantificazione dei canoni. Il primo dei limiti di questo parametro è che è identico per tutto il territorio provinciale e, nelle città principali, per ogni zona. Il secondo è che, ai valori attuali, supera, in molti casi e nei quartieri cittadini meno pregiati, i massimi indicati dagli accordi territoriali per la stipula dei contratti agevolati.

L'ipotesi più volte circolata è che lo si vorrebbe revisionare per aree geografiche con incrementi, per i centri urbani, del 20 - 25%. Per ora questa ipotesi è rientrata, ma se dovesse in un prossimo futuro essere rivalutata, avrebbe conseguenze dirette molto pesanti. Il regolamento sulle compravendite stabilisce le modalità di acquisto o cessione di proprietà Ipes. Ci viene assicurato che non si tratta dell'inizio di un processo di cessione del patrimonio o di operazioni per "fare cassa" ma di interventi di semplice razionalizzazione. Vogliamo pensare che sia davvero così.

L'impostazione, data dall'Assessorato provinciale all'edilizia, alla nuova legge sull'edilizia sociale (Ipes) pare molto chiara. Stringere maggiormente le maglie, penalizzando anche coloro che oggi vi abitano, vedi la clausola sul subentro dei figli conviventi alla morte dell'assegnatario, come il ritocco del canone per chi già occupa un appartamento su edificio Casa Clima. L'edilizia sociale, come sostiene Centro Casa Mieterschutz, non deve imitare il privato, ma deve essere accessibile a tutti coloro che ne hanno diritto. Certamente la legge sull'edilizia sociale andava rivista, ma, nel contesto attuale, non deve peggiorare le condizioni di accesso, o aggravare, i vecchi e nuovi inquilini, di maggiori costi.

*Maurizio Surian

presidente Centro Casa / Mieterschutz

Sparmix

Cogli la duplice opportunità
con un conto deposito al **2,5%**
e un **investimento pianificato**.

Tasso valido per 12 mesi
per sottoscrizioni entro il
31/12/2022.



Entra **gradualmente nei mercati finanziari**.
Adesso puoi scegliere anche i fondi comuni ad alto
profilo di **responsabilità sociale e ambientale**.



Vontobel

Per maggiori informazioni rivolgiti alla tua filiale o contattaci: Tel 840 052 052, E-mail info@sparkasse.it

Messaggio pubblicitario con finalità promozionale. L'investimento si realizza mediante la contestuale sottoscrizione del conto di deposito e di un piano di accumulo (PAC) di un prodotto di risparmio gestito dalle seguenti società a scelta del sottoscrittore: Anima SGR, Eurizon Capital S.A. (solo per il comparto Eurizon Opportunità - Sparkasse Prime Fund), Fidelity International e Vontobel Asset Management S.A., con esclusione dei fondi monetari. La durata del programma di investimento è di 12 mesi, l'importo minimo di sottoscrizione è di 10.000 euro. La cessazione o interruzione anticipata del PAC comportano l'automatica estinzione del conto di deposito SPARMIX con liquidazione del saldo sul conto corrente, senza il riconoscimento del tasso previsto. L'investimento presenta rischi finanziari riconducibili alle possibili oscillazioni del valore delle quote dei fondi comuni oggetto dell'investimento, che possono quindi incidere sul rendimento totale dell'investimento. È possibile che il sottoscrittore, al momento della scadenza del piano, riceva un capitale inferiore a quello originariamente investito, anche in considerazione del livello di rischio del fondo scelto. Prima della sottoscrizione leggere la scheda informativa sulla vendita abbinata, il foglio informativo del conto di deposito Sparmix, disponibili su www.sparkasse.it e nelle filiali della Cassa di Risparmio di Bolzano S.p.A.. Per i fondi comuni di investimento si prega di consultare il Prospetto e il documento contenente le Informazioni Chiave per gli Investitori (KIID) prima di prendere una decisione finale di investimento, tali documenti sono disponibili anche sui siti dei partner. La Società di Gestione può decidere di porre fine alle disposizioni adottate per la commercializzazione dei suoi organismi di investimento collettivo in conformità all'art. 93 bis della direttiva 2009/65/CE e all'art. 32 bis della direttiva 2011/61/UE. Il rendimento del 2,5% lordo è inteso per il solo capitale giacente sul conto di deposito fino al completamento del piano di accumulazione. Offerta valida fino al 31/12/2022. Una volta che le somme inizialmente conferite nel conto deposito vengono impiegate per la sottoscrizione dei prodotti di risparmio gestito, le stesse sono esposte ai rischi tipici degli investimenti in strumenti finanziari, ovvero, tra gli altri, al rischio di mercato, al rischio di cambio, al rischio di credito e al rischio liquidità.



SPARKASSE
CASSA DI RISPARMIO

PACCHETTO DI AIUTI

La Giunta provinciale di Bolzano ha approvato le prime misure di sostegno alle famiglie ed ai nuclei familiari composti da persone singole, ad integrazione di quelle erogate dallo Stato.

Il pacchetto aiuti comprende due prestazioni:

La prima è un contributo straordinario di 600 euro per famiglie con figli minorenni che sono già beneficiarie dell'assegno provinciale per i figli e, in questo caso, non devono presentare domanda, ma riceveranno

l'assegno d'ufficio entro dicembre 2022. La condizione è che abbiano un Isee inferiore a 40.000 euro.

Il secondo contributo straordinario di 500 euro sarà destinato anche a single o coppie senza figli.

In questo caso, poiché si tratta di persone che non percepiscono già una prestazione, per ottenere il contributo dovranno presentare domanda **entro il 31 marzo 2023** online o tramite un Patronato.

Si consiglia a tutti gli interessati di fissare un'appuntamento per il calcolo dell'ISEE* del proprio nucleo familiare presso le nostre sedi **CAAF AL NUMERO UNICO 0471.1800335** per poi richiedere la prestazione presso il Patronato **INCA (www.cgil-agb.it/it/servizi/patronato-inca)**.

* Ai fini della domanda sarà utilizzabile sia la certificazione ISEE 2022 che la certificazione ISEE 2023.

CONTRIBUTO PER NUCLEI FAMILIARI CON FIGLI MINORI

Contributo riconosciuto

- 600 euro contributo straordinario per nucleo familiare

Requisiti

- Essere in possesso di certificazione Isee in corso di validità fino a 40.000 euro

Dove e quando presentare la domanda

- Chi riceve l'assegno provinciale per i figli non deve fare domanda
- Chi non riceve l'assegno deve fare domanda online o al Patronato entro il 31 marzo 2023

CONTRIBUTO PER NUCLEI FAMILIARI SENZA FIGLI MINORI

Contributo riconosciuto

- 500 euro contributo straordinario una tantum per nucleo

Requisiti

- Essere in possesso di certificazione ISEE in corso di validità fino a 40.000 euro

Dove e quando presentare la domanda

- Online o tramite Patronato entro il 31 marzo 2023





MARTEDÌ 13 DICEMBRE 2022
ASSEMBLEA ORDINARIA DEI SOCI CENTRO AUSER INSIEME APS

iscritti alla data del 13/12/2022*, presso la Sala "Europa" - Via del Ronco 11 - Bolzano, alle ore 06.00 in prima convocazione e alle ore 15.00 in seconda convocazione.

Ordine del giorno:

1. Modifica dello Statuto (D. Lgs. 3 luglio 2017, n. 117)
2. Eventuale sostituzione/cooptazione dei componenti del Comitato Direttivo
3. Elezione Presidenza e Vicepresidente
4. Elezione delegati all'assemblea provinciale di Auser Federazione Alto Adige

**Hanno diritto al voto gli iscritti da almeno tre mesi. Tutti i soci riceveranno per posta l'invito all'assemblea con l'ordine del giorno e la delega per chi non potesse partecipare.*

MARTEDÌ 13 DICEMBRE 2022
ASSEMBLEA ORDINARIA DEI SOCI CENTRO AUSER BOLZANO ODV

iscritti alla data del 13/12/2022*, presso la Sala "Europa" - Via del Ronco 11 - Bolzano, alle ore 06.00 in prima convocazione e alle ore 16.00 in seconda convocazione.

Ordine del giorno:

1. Modifica dello Statuto (D. Lgs. 3 luglio 2017, n. 117)
2. Eventuale sostituzione/cooptazione dei componenti del Comitato Direttivo
3. Elezione Presidenza e Vicepresidente
4. Elezione delegati all'assemblea provinciale di Auser Federazione Alto Adige

**Hanno diritto al voto gli iscritti da almeno tre mesi. Tutti i soci riceveranno per posta l'invito all'assemblea con l'ordine del giorno e la delega per chi non potesse partecipare.*

GIOVEDÌ 15 DICEMBRE 2022
ASSEMBLEA ORDINARIA DEI SOCI CIRCOLO CULTURALE "CLUB IPAZIA"

iscritti alla data del 15/12/2022*, in forma mista, presso la sede dell'Auser, in piazza Don Bosco 1A, e in videoconferenza, alle ore 06.00 in prima convocazione e alle ore 18.00 in seconda convocazione.

Ordine del giorno:

1. Modifica dello Statuto (D. Lgs. 3 luglio 2017, n. 117)
2. Eventuale sostituzione/cooptazione dei componenti del Comitato Direttivo
3. Elezione Presidenza e Vicepresidente
4. Elezione delegati all'assemblea provinciale di Auser Federazione Alto Adige

**Hanno diritto al voto gli iscritti da almeno tre mesi. Tutti i soci riceveranno per posta l'invito all'assemblea con l'ordine del giorno e la delega per chi non potesse partecipare.*

MARTEDÌ 13 DICEMBRE 2022
ASSEMBLEA PROVINCIALE ORDINARIA DEI DELEGATI AUSER FEDERAZIONE ALTO ADIGE APS

presso la Sala "Europa" - Via del Ronco 11 - Bolzano, alle ore 06.00 in prima convocazione e alle ore 15.00 in seconda convocazione.

Ordine del giorno:

1. Modifica dello Statuto (D. Lgs. 3 luglio 2017, n. 117)
2. Eventuale sostituzione/cooptazione dei componenti del Comitato Direttivo
3. Ripartizione 5x1000

**Hanno diritto al voto gli iscritti da almeno tre mesi. Tutti i soci riceveranno per posta l'invito all'assemblea con l'ordine del giorno e la delega per chi non potesse partecipare.*

DIRITTI ALLA META

TESSERAMENTO 2023





LO SPORTELLLO SOCIALE

a cura di
Luisa Gneccchi
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.

Bonus bollette: domande dal 1° dicembre 2022 sino al 31 marzo 2023, pacchetto di misure economiche provinciali.

A livello provinciale sono previsto misure di sostegno alle famiglie ed anche ai nuclei famigliari composti da persone singole.

Le prestazioni erogate dalla Provincia vanno ad integrare quelle erogate dallo Stato. Tali misure fanno parte di una serie di altre prestazioni straordinarie, come il pagamento una tantum di 400 euro per ogni figlio o i 500 euro come contributo straordinario una tantum alle spese accessorie dell'alloggio.

Tutti si confrontano con il problema del rincaro delle bollette per luce e gas, per questa ragione la prestazione si riferisce al nucleo familiare.

Le nuove prestazioni di sostegno sono due:

1) le famiglie con figli minorenni ricevono un contributo di 600 euro, se non superano un valore ISEE di 40.000 euro e che già stiano ricevendo l'assegno provinciale per i figli. Chi già percepisce l'assegno non deve presentare un'ulteriore domanda. La prestazione verrà erogata a dicembre tramite l'Agenzia per lo sviluppo sociale ed economico (ASSE). Chi non percepisce ancora la prestazione provinciale per i figli può richiederla in qualsiasi momento online o tramite un Patronato fino alla fine di dicembre 2022. Si prevede che circa 34.000 famiglie in Alto Adige riceveranno questa prestazione una tantum dalla Provincia.

SPORTELLLO SOCIALE

Sostegni e bonus bollette ecco come, dove e quando



2) 500 euro per i nuclei con valore ISEE inferiore a 40.000 euro, prestazione diretta riservata a tutte le altre tipologie di nuclei famigliari, ovvero i pensionati, le famiglie con figli maggiorenni, le famiglie senza figli e le persone singole. Anche qui vale il requisito fondamentale che il valore dell'ISEE nel 2022 non superi la cifra di 40.000 euro. Chi volesse ricevere il contributo di 500 euro a nucleo familiare dovrà presentare domanda online o tramite un Patronato da inizio dicembre. consigliamo a tutti gli interessati di far calcolare il valore dell'ISEE del proprio nucleo familiare da un CAF, ricordiamo che presso l'auser è attivo il servizio CAAF CGIL, per poi richiedere la prestazione provinciale a dicembre. Le domande per l'erogazione della prestazione potranno essere presentate fino a fine marzo 2023, ma da inizio anno sarà necessario avere l'ISEE del 2023.

La piattaforma online necessaria per effettuare questa domanda è accessibile a partire da **giovedì 1 dicembre**. Le domande possono essere presentate dai cittadini autonomamente o tramite un patronato. Possono presentare domanda tutti i residenti in Alto Adige al momento della domanda.

AUMENTO DELLE PENSIONI DA GENNAIO 2023 in base all'inflazione 7,3%.

Il Governo Meloni però ha ridotto gli aumenti previsti dal Governo

Draghi sulle pensioni, solo le pensioni fino a quattro volte il trattamento minimo INPS, circa 2100 euro lorde avranno il 100 per cento dell'inflazione, man mano che le pensioni aumentano è inferiore la percentuale di aumento, l'articolo è previsto nella prima bozza della legge di bilancio uscita dal Consiglio dei ministri, vedremo come verrà approvato dal Parlamento.



Bimestrale dell'Associazione
Ausser - Vssh - O.N.L.U.S.

Direttore responsabile:

Orfeo Donatini

Redazione:

Rosa Bonelli - Elio Fonti - Luisa Gneccchi

Irene Pampagnin - Lorenzo Vidale

Paolo Valentiniotti - 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

RICORRENZE

Il Presidente e tutti i volontari esprimono i più sinceri auguri ai nostri soci centenari



101

Dima Da Col

20/07/1921



100

Livia Zendron

11/09/1922



100

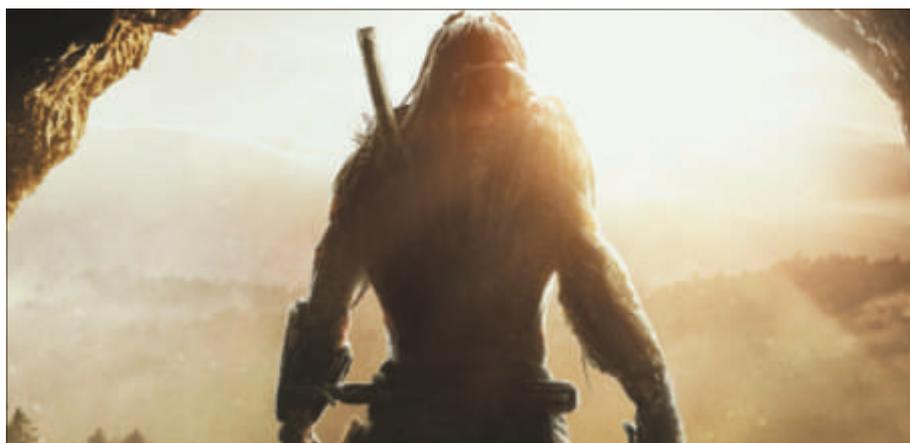
Silvia Mattivi

18/10/1922

GUARDIANI DELLA VOLTA

Ecco la mitica serie dei film di Predator

Finalmente torna il Natale. Dopo questa gioiosa festività i ragazzi dei Guardiani della Volta si riuniscono per passare una giornata all'insegna di una serie di film cult. Quest'anno tocca alla serie di Predator. Un filone di film che dal lontano 1987 appassiona noi amanti del genere horror sci-fi. Vi aspettiamo venerdì 30 dicembre dalle 10.00 alle 24.00. Attenzione, si tratta di un'attività solo per soci del club Ipazia. Quel giorno avete la possibilità di fare o rinnovare la vostra tessera per l'anno 2023.



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.



LA TOURNEE

Il coro Auser apre la stagione dei concerti

Finalmente è ricominciata la stagione dei concerti per il nostro coro che, lunedì 28 novembre, ha iniziato la sua tournée di esibizioni.

Il primo appuntamento è stato un successo presso la casa di riposo "Fondazione via della Roggia" dove i nostri coristi, età media 80 anni, sono stati calorosamente accolti e apprezzati.

Il coro è seguito sempre e fedelmente dalla direttrice Nancy Travigliani coadiuvata dal sostegno

delle volontarie Rosalia ed Elena. Seguiranno altre date per il tour natalizio:

Lunedì 5 dicembre
Villa Melitta

Lunedì 12 dicembre
Don Bosco

Lunedì 19 dicembre
Villa Europa



Fiera del volontariato

Anche quest'anno la nostra associazione ha partecipato alla settima edizione della Fiera del Volontariato in occasione della "Fiera d'Autunno" e "Biolife".

A presidiare al nostro stand domenica 6 novembre c'erano le volontarie Mara Peretto e Antonella Zemella che, dalle 14 alle 18.30, hanno dato informazioni sulle attività Auser agli interessati.



Giuseppe Crivellaro

Il nostro socio e amico **Giuseppe Crivellaro** detto Ruggero, veneziano classe 1940, abile artigiano appassionato di lavorazione del legno e di altri materiali. Nella foto, scattata all'interno della nostra sede, sorride mostrando alcune delle sue straordinarie creazioni che sono state esposte al nostro mercatino di Natale dell'1 e 2 dicembre presso il foyer dell'ospedale di Bolzano sul tavolo del nostro laboratorio creativo. Nella foto uno dei suoi più preziosi manufatti, questa volta in metallo.

Motore ad aria calda Stirling: tenendolo in mano dalla base in legno, il calore mette in funzione la sua meccanica. Spettacolare!!!



Ringraziamenti

L'associazione Auser sentitamente ringrazia le ditte di prodotti alimentari "**Loacker**" e "**Stuffer**" per le prelibate merende per i nostri ospiti del circolo. Il negozio "**Tito Speck - Il maso dello speck**" di via della Mostra a Bolzano per averci donato le scatole di legno utili al nostro laboratorio creativo e al riordino della nostra sede.

grazie anche ad Angela Mugnano dell'associazione "**Lilt**" e al sig. **Crivellaro Giuseppe** per il prezioso materiale e le raffinate creazioni regalate al nostro laboratorio.

Balli 2023

LE NOSTRE FESTE DANZANTI 2023

presso la sala polifunzionale "Europa"
di via del Ronco, 11 a Bolzano
Orario 14.30 - 19.00

DOMENICA:

15 gennaio
19 febbraio
5 marzo
2 aprile
7 maggio

È richiesta la prenotazione al nr. 0471/200588



GESUNDHEIT

Erkältung, Grippe oder doch Corona?

Fortsetzung von Seite 1

Sowohl banale Erkältungen und Grippeerkrankungen als auch COVID-19 sind primär ansteckende Atemwegsinfektionen. Sie werden durch unterschiedliche Viren hervorgerufen. Zahlreiche verschiedene Viren wie beispielsweise Rhinoviren führen zu Erkältungen. Für die Grippe sind Inflenzaviren verantwortlich. COVID-19 wird durch das Coronavirus SARS-CoV-2 verursacht. Es ist im Moment schwer festzustellen, woran man genau leidet, wenn man sich nicht wohl fühlt.

Erkältungen - lästig, aber meist harmlos

Die Erkältung ist eine einfache Infektion der oberen Atemwege, die durch etwa 200 verschiedene Viren ausgelöst werden kann und meist einen milden Verlauf hat. Krankheitszeichen einer Erkältung („Schnupfen“) bzw. eines grippalen Infektes sind vor allem eine beeinträchtigte Nasenatmung sowie Husten und gelegentlich Halsschmerzen, es kann auch zu leichtem Fieber kommen. Wenn nur Erkältungserscheinungen und keine anderen ungewöhnlichen Symptome aufgetreten sind, ist die Wahrscheinlichkeit groß, dass man an einer banalen Erkältung leidet. Komplikationen treten in der Regel nicht auf.

Symptome bei Grippe

Typisch für die Grippe (Influenza) ist ein plötzlicher, schlagartiger Erkrankungsbeginn mit Fieber, Husten und Halsschmerzen, begleitet von Kopf- und/oder Gliederschmerzen und meist schwerem Krankheitsgefühl. Man fühlt sich bei Grippe häufig von einer Minute auf die andere schwerkrank. Weitere Krankheitszeichen können allgemeine Schwäche, Schweißausbrüche, Schnupfen, selten auch Übelkeit, Erbrechen und Durchfall sein. Allerdings zeigt nur ein Drittel der mit Inflenzaviren infizierten Personen den typischen, fieberhaften Krankheitsverlauf. Bei einem weiteren Drittel verläuft die Grippe leichter und ein Drittel entwickelt gar keine Krankheitszeichen. Häufigste Komplikationen einer Grippe sind Lungenentzündungen. Bei Kindern können sich auch Mittelohrentzündungen entwickeln. Selten können Entzündungen des Gehirns oder des Herzmuskels auftreten.

Woran merke ich, ob ich Covid-19 habe?

Zu Beginn einer Erkrankung mit COVID-19 treten derzeit am häufigsten Husten, Schnupfen, Fieber und Halsschmerzen auf. Im Verlauf können auch Kopf- und Gliederschmerzen sowie allgemeine Schwäche und auch Atemnot hinzukommen. Weitere Krankheitszeichen wie Übelkeit, Bauchschmerzen, Durchfall, Bindehautentzündung, Hautausschlag, Lymphknotenschwellung und Benommenheit (Somnolenz) sind ebenfalls möglich. Tendenziell zeigt Corona einen langsameren Verlauf mit steigender Intensität der Beschwerden. Eine Besonderheit von COVID-19 sind Störungen des Geruchs- oder Geschmackssinns, die bei 20 Prozent der Betroffenen auftreten. Eine Lungenentzündung entwickelt ein Prozent. Die Krankheitsverläufe variieren bei COVID-19 stark. Manche Menschen merken nicht einmal, wenn sie sich mit dem Coronavirus SARS-CoV-2 infiziert haben, andere werden unterschiedlich schwer krank. Mehr als zehnmals häufiger als

bei Influenza kommt es bei Covid-19 zu schweren, lebensbedrohlichen Krankheitsverläufen. Nicht nur die Atemwege, sondern auch andere Organsysteme können von einer Infektion mit dem Coronavirus SARS-CoV-2 betroffen sein. Verschiedene Komplikationen wie Versagen der Atem- und Kreislauffunktion, eine Mitbeteiligung des Herzens oder der Nieren sowie schwere Entzündungsreaktionen sind möglich. Wie schwer die Infektion verläuft, hängt unter anderem vom Impfstatus der Betroffenen ab. COVID-19 verursacht nicht nur deutlich mehr schwere Verläufe als die Grippe, es scheint sich auch viel leichter zu verbreiten und es kann zudem länger dauern, bis bei Infektion mit SARS-CoV-2 erste Symptome auftreten, Infizierte können zudem länger ansteckend sein als bei der Grippe. Ältere Menschen und Menschen mit Vorerkrankungen haben sowohl bei der Grippe als auch bei COVID-19 ein höheres Risiko für einen schweren Verlauf.

Was tun, wenn der Verdacht auf Corona besteht?

Die Krankheitszeichen von COVID-19 können zwar einige Besonderheiten aufweisen, sind in der Regel aber nicht einfach von denen anderer Atemwegsinfektionen wie Erkältung oder Grippe (Influenza) zu unterscheiden. COVID-19 kann daher meist nicht allein anhand der Symptome festgestellt werden. Es ist also wichtig, den Verdacht auf eine Infektion mit dem Coronavirus SARS-CoV-2 ärztlich abklären und sich gegebenenfalls testen zu lassen. Um sicher zu gehen und andere nicht anzustecken, sollte in der derzeitigen Phase bei Erkältungs- oder Grippe-Symptomen noch immer ein Corona-Test gemacht werden. Wenn man einen begründeten Verdacht hat, am Coronavirus erkrankt zu sein, sollte man seinen Arzt telefonisch kontaktieren oder ihn per Mail informieren und sich aus der Distanz beraten lassen. Auf keinen Fall sollte man unangemeldet in eine Praxis, um andere Patienten nicht zu gefährden und eine mögliche Verbreitung des Virus zu verhindern. Kommt es zu Kurzatmigkeit oder sogar Atemnot, handelt es sich grundsätzlich um einen Notfall. Dann sollte man umgehend einen Notarzt rufen, die Telefonnummer hierfür ist in ganz Europa die 112.

Sich selbst und andere schützen

Sich jetzt gegen COVID-19 genauso wie gegen Influenza impfen zu lassen, ist der beste Weg, sich vor diesen Virus-erkrankungen zu schützen. Zusätzlich bleibt es aber trotzdem weiterhin wichtig, die allseits bekannten Schutzmaßnahmen und Hygieneregeln (AHA+L-Formel: Abstand halten, Hygiene beachten, im Geschlossenen Maske tragen, regelmäßig lüften) zu befolgen, damit diese Viren sich nicht ungebremsst verbreiten können. Nicht nur mit einer Erkältung oder Grippe, sondern auch bei Corona schleppen sich manche Betroffene noch zur Arbeit, anstatt freiwillig zu Hause bleiben und direkte Kontakte zu anderen zu meiden. Das ist falsch, man verzögert damit nicht nur die Heilung, sondern verbreitet die Infektion und gefährdet andere Menschen. Lieber sollte man sich zu Hause auskurieren und viel trinken.

*Christian Wenter

Primar der Abteilung Geriatrie - Krankenhaus Meran



**30 GIORNI
DI PROVA
GRATUITA**

DISCRETI. PERSONALIZZATI. UNICI.

Ogni apparecchio è unico, personalizzato per le Sue esigenze.
I nuovi apparecchi acustici sono quasi invisibili e garantiscono
un elevato comfort uditivo e un suono eccezionale.

Bolzano

Via Roma 18M
lun.-ven. ore 8.30-12.30
ore 14.30-18.30

Bressanone

Via Fienili 15A
lun.-ven. ore 8.30-12.30
ore 14.00-18.00

Brunico

Via Duca Sigismondo 6C
lun.-ven. ore 8.30-12.30
ore 14.00-18.00

Merano

Corso Libertà 99
lun.-ven. ore 8.30-12.30
ore 14.00-18.00

Egna

Ottica Julius
Largo Municipio 36
ogni mercoedi
ore 8.30-12.30

Prato Stelvio

Farmacia Prato
Via Croce 2A
ogni 1° mar. del mese
ore 8.30 - 12.30

Silandro

Ex-Ambulatorio dott. Tappeiner
Via Karl Schönherr 19
ogni gio. ore 8.30-12.30
ore 14.00-18.00



T 800 835 825
zelger.it



ZELGER

Esperti dell'udito



RUBRICA

Le ricette della nonna

a cura di Romolo Magosso

Bollito misto

Oggi ci fa sorridere dire: "il pranzo di natale" ma ai tempi della "NONNA" il natale era la scusa per esagerare, mangiare in abbondanza tutto ciò che durante l'anno era limitato se non addirittura quasi proibito: la carne.

Ed allora vai con il bollito misto, tortellini, pearà.

Ed allora, bollito misto, rigorosamente carne di manzo: muscolo, e gallina, due o tre ossa con il midollo. Mettere a cuocere il muscolo, in quantità calcolata per le dosi da fare, diciamo minimo un chilo, una mezza gallina, un paio di carote, due gambe di sedano ed una cipolla e le ossa private del midollo, mi raccomando il midollo serve per fare poi la pearà, il tutto in pentola a pressione per minimo un'ora, verificare con una for-

chetta la cottura della carne. E questa è la prima parte, poi la lingua cotta a parte, si può prenderne un pezzo e cuocerla in ca un'ora se non di più in abbondante acqua. Il cotechino, non precotto, preparato come detto in ricetta precedente, e cotto per almeno tre ore e mezza. E qui abbiamo già tutto per il bollito, il manzo, la gallina, la lingua ed il cotechino che serviti belli caldi con la pearà, saranno il secondo per il nostro pranzo di Natale.

La **pearà**: prendete il midollo ricavato dalle ossa, metterlo in un tegamino con una noce abbondante di burro e farlo sciogliere, aggiungere brodo di carne e pane grattugiato, parmigiano, fare cuocere per ca un'oretta aggiungendo brodo, un pizzico di sale e pepe nero



in abbondanza, servirla calda con il bollito.

Non è finita, abbiamo una "pentola" di brodo di carne, ottimo per fare cosa? I nostri tortellini, che completano, anzi predispongono al pranzo di natale. Tanti anni fa in famiglia c'era che si era specializzato nel fare la sfoglia, abilità manuale unica che permetteva di mangiare: tagliatelle, lasagne, tortellini, il tutto fatto in casa con la pasta fresca, oggi è difficile e complicato fare tutto in proprio ma esistono ottime soluzioni che si trovano già pronti e ottimi, tipo "tortellini di vaeleggio".

Il più delle volte si aggiungeva un bel rotolo arrosto di vitello, servito a fette con il purè, alla faccia dell'abbondanza, buon appetito.



Da **30 anni**
per l'invecchiamento
attivo

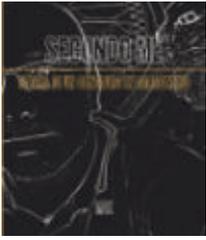
Seit **30 Jahren**
für aktives Altern

TESSERAMENTO
MITGLIEDSCHAFT **2023**

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



IL NUOVO LIBRO

La passione per la moto e l'handicap ma il sogno è ora diventato realtà

di Massimiliano Bazzoli

Chi mi conosce sa quanto la mia passione per la motocicletta derivi da un incondizionato trasporto che da sempre ho per un gruppo musicale italiano, che ha preso il nome da uno specifico modello di motocicletta. Falso.

La motocicletta è nei miei pensieri da quando ho memoria.

All'età di quattro o cinque anni un amico di famiglia mi portava con sé a scorrazzare nei boschi in sella alla sua due ruote da enduro. Venivo fatto stare davanti: tra il serbatoio della motocicletta ed il corpo dell'amico centauro, che mi teneva

sotto costante controllo e protezione. Tenevo le mie piccole manine sul manubrio, vivendo l'illusione di essere io a dominare quello scintillante cavallo d'acciaio, bianco per di più.

Lì la passione è arrivata.

Negli stessi anni altri amici di famiglia possedevano una Vespa, con il suo caratteristico cambio sul manubrio che ha fatto storia.

Grazie al susseguirsi di fortunate coincidenze che sarebbe lungo narrare ora, io che da sempre vivo una condizione di handicap, in anni precedenti l'inizio della scuola ho appreso dell'esistenza di motociclette con il sidecar, crescendo nella con-

sapevolezza che, prima o poi, nella peggiore delle ipotesi avrei condotto una Vespa munita di sidecar.

Ingeneroso non dare alcun merito a quel gruppo musicale con il quale sono anche cresciuto, che mi ha appassionato ad uno specifico produttore di motociclette.

Nel 2008 ha avuto inizio un percorso conclusosi nel 2017, con la realizzazione del sidecar da me disegnato assieme alla moto della quale si può vedere il felice risultato nella foto: un sogno divenuto realtà, al quale oggi ha fatto seguito un libro che vuole raccontare la storia con maggiore completezza.

LA STORIA

Dalla carrozzina al vento sul mio sidecar

by Max

Questa è una storia fuori dal normale. Una storia vera, non un romanzo, sebbene lo sembri.

Un sogno, un vero sogno diventato realtà. Una realtà favolosa. Walt Disney diceva: «Se puoi sognarlo, puoi farlo». Una storia quindi, iniziata in un luogo dove i servizi funzionano, la gente è civile e tutto sembra a misura d'uomo, però... Però ci sono situazioni personali che sfuggono. Chi non si armonizza con il sistema. Chi sfugge all'omologazione.

La razionalità e l'efficienza non sono sempre la cosa migliore.

Situazioni che rientrano nella variabilità eccentrica del destino.

Quella ruota misteriosa che gira e decide che alla nascita qualcuno sarà alto due metri, ricco e intelligente, mentre qualcun altro mancherà di molte cose, nel fisico, nella mente o nelle opportunità.

Quelle cose su cui non possiamo dire o decidere niente. Il nostro protagonista ha cominciato il suo giro con lo svantaggio fisico.

Molti hanno questo fardello alla nascita con cui fare i conti. Qualcuno ha imparato a convivere e andare oltre, nonostante tutto. La disabilità è stata uno sprone forte per rag-

giungere qualcosa di speciale, molto speciale, che per altri sarebbe stato normale. Qualcosa che i normodotati fanno tutti i giorni senza pensare sia un'impresa. Per loro! Per il nostro protagonista è stata un'impresa.

Eccome!

Una lotta contro la burocrazia, contro la tecnica, contro i propri limiti e contro i pregiudizi. L'impresa così è salpata con qualche investigazione ostinata, che ha dato il via ad un lungo viaggio di cui si racconta il percorso e l'approdo.

Tutto ruota attorno al viaggio. Quell'attività, quel percorso umano fisico e metafisico, che cerca una sua meta.

In questo caso la meta è semplicemente il raggiungimento del sogno, tanto lungamente desiderato.

Quella che avete appena letto è la sinossi di un libro (del quale vedete un'immagine della copertina), un libro che segue ad un articolo che uscì nel settembre del 2018. La storia, una storia dal lieto fine, racconta come io, una persona in carrozzina, sia diventato un motociclista. Non leggerete un "libretto d'istruzioni" per seguire le mie orme ma, questo è l'auspicio, troverete tra le sue pagine molti



spunti di riflessione utili a trovare la vostra strada. Si tratta di un libro autoprodotta e distribuito previo un atto di liberalità per coprire le spese vive di realizzazione della copia che avrete in mano. Non esiste un editore, non esiste un codice ISBN o altri codici che possano contribuire a fare di un libro un best seller su scala mondiale, non esiste un prezzo di vendita. Non vendo nulla.

Distribuisco una bella storia, positiva. Si tratta semplicemente di questo: una storia positiva, che trasmette il messaggio "se ci credi veramente, allora puoi" e mi faceva piacere raccontarvelo. Chi volesse leggere la mia storia lasci il proprio nominativo ad Irene od Anna (0471/200588 o scrivere a presidio@auserbz.org), unitamente ad un'offerta libera. Grazie.

Buona lettura.

Tempo libero 2023

soggiorni

Rimini (mare & terme)

Hotel Arno

dal 21/5 al 4/6

Pesaro

Hotel Caravelle

dal 28/5 all' 11/6

Riccione (RN)

Hotel Strand

dal 10/6 al 23/6

Marina di Ascea (SA)

Eleamare

dal 25/6 all'8/7

Rimini

Hotel Tamanco

dal 21/8 al 4/9

Abano Terme (PD)

Hotel Venezia

dal 19 al 26/11

La programmazione può subire variazioni

Locandine in sede e sul sito www.auserbz.org dal 1 gennaio 2023

Prenotazioni presso le sedi Auser di Bolzano e Merano dal lunedì al venerdì dalle 9.00 alle 11.30
Einschreibungen: Hauptsitz Vssh Bozen und Meran vom Montag bis Freitag von 09.00 bis 11.30 Uhr

Tel. 0471 508614 – 0473 200132 - auserbz@gmail.com

iniziative riservate ai soci Auser/Vssh

Tempo libero 2023

5gg
Maggio
2023

***La transiberiana
d'Italia ed i borghi più
belli d'Abruzzo***

tour

5gg
settembre
2023

Napoli sotterranea

gite

Asolo

***La città dei cento orizzonti e gli
asparagi di Bassano***

Salò

Il Vittoriale di Gabriele d'Annunzio

Bergamo

Bergamo Alta, Medievale, i dintorni

Io vado... ma non da solo

L'entusiasmo corrobora spirito e mente, sempre avanti trascinati dal gruppo, sempre presi dalle novità che s'incontrano

***continua l'attività con
programmazione
settimanale***

Camminare in compagnia è uno stimolo sentito da tutti, rafforza le gambe e solleva lo spirito

Ci si estranea dalla consueta routine quotidiana e ci si immerge in un'atmosfera di un momento magico, nel silenzio della montagna amica



THUN sostiene



fondazioneelenethun.org

Thun.com



L'EMOZIONE DIVENTA MAGIA

THUN

THUNIVERSUM

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