



auser

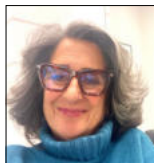
Notizie e... Nachrichten und...

Febbraio
Februar
2026

Nr. 1

Associazione per l'invecchiamento attivo - Verein für aktives Altern

Trasporto solidale a Merano: si parte!



di Lilli Madera

Dal prossimo 19 febbraio, grazie a 15 volontari dell'Auser, in collaborazione con l'Assessorato alle Politiche Sociali del Comune, inizia anche a Merano il servizio di "Trasporto solidale", che fornisce assistenza nel trasporto a persone con difficoltà e non più in grado di muoversi autonomamente.

Potersi muovere significa partecipare, stare con gli altri, comunicare e condividere, passare il proprio tempo in modo creativo e ludico. La mobilità è un diritto universale che permette a tutti e, per questo, anche e soprattutto alle persone che sono in una situazione di non autonomia, di esserci.

segue a pag. 2

L'arte (disonorata) del convivere



di Florian Kronbichler

La pacifica convivenza dei gruppi linguistici è il supremo bene dell'Autonomia di questa Provincia. E non è mai scontata.

La convivenza va coltivata, va praticata, e necessita di visibilità, quindi anche di simboli. Alexander Langer, politico visionario morto 30 anni fa che in questi giorni (il 22 febbraio 2026) avrebbe compiuto 80 anni, ci ha lasciato un bellissimo testo in proposito.

Porta il titolo: "L'arte della pacifica convivenza".

Sì, è un'arte, il convivere bene, e purtroppo la stiamo spensieratamente danneggiando.

segue a pag. 4

La medicina di prossimità



di Elio Dell'Antonio

Il tema della salute sul territorio è sempre più al centro del dibattito pubblico, soprattutto per le persone anziane e per chi convive con patologie croniche.

L'idea è condivisibile: portare le cure vicino a casa, nelle "Case della Comunità", potenziare i servizi di telemedicina, evitare ai pazienti fragili i lunghi spostamenti e le attese in ospedale. Un modello che promette di prendersi cura delle persone direttamente nel luogo in cui vivono, garantendo continuità assistenziale e migliore qualità di vita.

segue a pag. 6

Referendum Giustizia



Guido Margheri a pagina 5

ALL'INTERNO

7

"The Boss" contro l'ICE

A cura della redazione

9

Ehrenamt fördert die Gesundheit

Von Christian Wenter

10 - 11

La vetrina del volontariato

A cura di Irene Pampagnin

12 - 13

Sportello sociale

A cura di Luisa Gneccchi

14 - 15

Club Ipazia

A cura di Silvia Bonelli

17

Io vado... ma non da solo!

Di Fulvia Orlando

Bimestrale del Centro Auser Bolzano ODV-ETS
(Iscritta al RUNTS con numero di repertorio 103922 del 28/02/2023)
Registrazione Tribunale di 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 - 39100 Bolzano - Via del Vigneto, 7
Redazione: 39100 Bolzano, Piazza Don Bosco 1A - Tel.: 0471/200588 - Fax: 0471/500600 - redazione@auserbz.org



IL NUOVO SERVIZIO DELL'AUSER

Dal prossimo 19 febbraio inizia a Merano il trasporto solidale

segue dalla prima

Il trasporto solidale si rivolge alle persone anziane, ma, nello stesso momento, è di supporto all'intera cittadinanza perché ne rafforza i legami comunitari e la solidarietà.

Bruno, Claudio, Daniela, Federico, Filippo, Giorgio, Laura, Lilli, Loredana, Loretta, Nora, Norbert, Tiziana, Riccardo, Valentino, alcuni segretari, altri autisti si alterneranno nel servizio.

Ogni martedì ed ogni giovedì il volontario di turno, con un scintillante Ford Tourneo Courier, prende, direttamente dalle loro case, due gruppi di anziani rispettivamente di tre persone ciascuno e li accompagna al Centro Diurno per Anziani di Via Otto Huber, per svolgere attività riabilitative, sanitarie e ricreative: potranno consumare i pasti della giornata, chiacchierare, scambiare opinioni

e idee, esperienze e ricordi.

Il pomeriggio lo stesso volontario riprende le persone che ha accompagnato la mattina e le riporta a casa, avendo cura che tutto si svolga nel modo più confortevole possibile.

Un esempio concreto di quello che significa trasporto solidale.

L'apporto concreto e a titolo gratuito di uomini e donne che si offrono ogni giorno come volontari realizza un successo che è beneficio di tutta la comunità.

È il contributo di chi, dopo aver svolto una intensa vita lavorativa, vuole vivere il proprio "essere pensionato" in modo intenso e creativo, mettendo a disposizione un po' di quel tempo che finalmente non si deve più rincorrere. Favorire ed accompagnare l'invecchiamento attivo e consapevole, significa per noi volontari realizzarlo in prima persona e godere in modo pieno e consapevole

le i benefici che questa fase della vita offre.

Importanti ed impegnative le sfide: le risorse limitate (magari il nostro lettore può anche pensare concretamente di aiutarci in prima persona, perché no?

Con più volontari il servizio potrebbe essere esteso a più giornate e coprire l'intera settimana a fronte di un impegno che attualmente è circa di una mezza giornata ogni mese/mese e mezzo), l'organizzazione attenta e puntuale da parte della segreteria che deve coordinare i servizi e garantirne la sostenibilità, la durata nel tempo, l'adattamento alle diverse necessità degli utenti (orari e destinazioni).

E finisco dicendo che per qualsiasi informazione, richiesta o adesione telefonate allo 0473200132 o mandate una mail a merano@auserbz.org.

Dai! Offriti come volontario!



I volontari di Merano con la nuova macchina per il trasporto solidale

ESCI DI CASA, ENTRA IN AUSER

In una società sempre più individualista, il pericolo più grande è chiuderci in noi stessi, nella paura e nella solitudine.

Diventare socio Auser significa invece restare a contatto con gli altri, comunicare, creare legami.

Con la nostra tessera entrerai in una grande rete di solidarietà: potrai fare amicizia, dedicarti a cultura e tempo libero, fare volontariato, avere a disposizione un mondo di servizi e attività.

Vieni in Auser, apri la porta verso la solidarietà e la comunità!

idea comunicazione - Ilse Mauro Moretti

 **auser**



TESSERAMENTO 2026

www.auser.it





L'ARTE (DISONORATA) DEL CONVIVERE

La coesistenza pacifica necessita di simboli e momenti di visibilità

segue dalla prima

A questo proposito racconto un episodio attuale e di deprimente simbolicità.

È successo in questo inizio d'anno. Era morto il senatore Roland Riz, padre fondatore, con Silvius Magnago e Alcide Berloff, del nostro sistema autonomistico.

La giunta provinciale, come di rito, decide di recarsi a firmare il libro delle condoglianze.

Il giorno dopo, sui media appare la rispettiva foto di protocollo. Non c'è bisogno di pensare male, ma salta all'occhio che nella foto di rito sono presenti il Landeshauptmann e tutti i consiglieri di lingua tedesca, più il ladino, mentre mancano i due unici consiglieri di lingua italiana, Galateo e Bianchi.

Le supposizioni impazzano.

Il Landeshauptmann Kompatzsch ammette: i colleghi italiani, "per sbaglio" non sono stati invitati. Male, ma almeno si è scusato. La consigliera provinciale Ulli Mair, patriota di vocazione e d'ufficio, smentisce in pubblico il presidente rincarando la dose: nessuno sbaglio, "gli italiani sono stati invitati, eccome, con lo stesso messaggio di posta elettronica".

Al danno la beffa: "gli italiani" o hanno scelto consapevolmente di non partecipare, o forse hanno un problema di lingua.

L'e-mail era solo in tedesco.

Una penosa caduta di stile, purtroppo significativa per il modo in cui viviamo insieme.

Per primo, perché un invito solo in tedesco? Enfatizziamo il bilinguismo finanche all'assurdità.



E perché allora non viene praticato proprio al più alto livello istituzionale? Secondo: gli assessori italiani sarebbero stati dimenticati "per sbaglio".

Guarda caso!

Perché "per sbaglio" non viene invitata l'assessora Ulli Mair?

Terzo: gli assessori Galateo e Bianchi potrebbero non aver capito? È una perfida insinuazione, più grave ancora se fosse vero.

Per concludere: chiediamo troppo all'intuito politico dei nostri governanti affinché non si prestino ad una foto di rito senza i suoi componenti italiani?

O al loro ufficio stampa che non diffondano una tale foto monca? Non è necessario essere italiani per provare disagio di fronte a tanta mancanza di istinto.

Basta capire il vituperato "disagio degli italiani".



Notizie e... Nachrichten und...

Bimestrale del Centro Auser Bolzano ODV-ETS

Iscritto al RUNTS con numero di repertorio 103922 del 28/02/2023

Iscritto al registro provinciale delle ODV con decreto Prov. Aut. di Bolzano n. 15/1.1 dell'1.6.1994

Registrazione Tribunale di Bolzano n. 20/2001 del 24.10.2001 - Iscrizione ROC: n. 24787

Direttore responsabile: Florian Kronbichler | **Direttore editoriale:** Elio Fonti
Redazione: Luisa Gnechchi, Maurizio Surian, Irene Pampagnin, Lorenzo Vidale,
 Guido Margheri, Christian Wenter, Maria Angela Madera, Lisa Toccaceli, Silvia Bonelli
Grafica e impaginazione: Vittorio De Polo / **Webmaster:** Lorenzo Vidale
Direzione e redazione: 39100 Bolzano, Piazza Don Bosco 1A
 Tel.: 0471/200588 - Fax: 0471/500600

Email: redazione@auserbz.org / **Sito Internet:** www.auserbz.org
Stampa: Athesia Druck - 39100 Bolzano - Via del Vigneto, 7
Diffusione: quotidiano Alto Adige / **Tiratura:** 9.350 copie
Iban: IT87J0604511603000001719700
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



REFERENDUM COSTITUZIONALE

NO a un Governo che vuole l'impunità e pretende di controllare la giustizia

di Guido Margheri

Tra breve saremo chiamati a votare per un referendum costituzionale per confermare, o NO, la legge Nordio in materia di assetti istituzionali della magistratura, imposta dall'attuale governo che, ricordiamolo, rappresenta solo il 27% degli italiani e deve la sua ampia maggioranza parlamentare solo alla legge elettorale.

Processi che durano troppo, carenza di personale, molto arretrato, strutture inadeguate e strumenti informatici obsoleti: la legge Nordio, oggetto del referendum, non risolve nessuno dei veri problemi della giustizia, né stanziare risorse.

Anche la "separazione delle carriere" tra Giudici e Pubblici Ministeri è già stata risolta da una semplice legge ordinaria, la "legge Cartabia" del 2022! I magistrati possono cambiare carriera solo una volta, nei primi 10 anni

di servizio e, soprattutto, cambiando sede. Meno dell'1% dei magistrati usufruisce di questa possibilità. L'obiettivo vero della legge Nordio e del Governo è quello di colpire al cuore un principio fondamentale della Costituzione: l'indipendenza del potere giudiziario, sia dal potere legislativo (Parlamento), sia dal potere esecutivo-politico (il Governo). La legge Nordio, invece, istituisce ben tre organismi, due Consigli Superiori della Magistratura (CSM) e un'Alta Corte, al posto dell'attuale CSM.

A parte l'ovvio aumento dei costi e della burocrazia, è scandaloso che si imponga ai magistrati il sorteggio integrale per la scelta dei loro rappresentanti minando, nei fatti, responsabilità e autorevolezza.

Una rappresentanza scelta "per caso", infatti, rende la magistratura più debole ed esposta a condizionamenti e pressioni, in particolare, della politica. Fenomeni

di inquinamento, corruzione, incapacità che, oggi, possono sì, investire anche la magistratura, come qualsiasi altra istituzione, ma possono essere contrastati meglio da una rappresentanza autorevole rispetto ad una "scelta a caso".

Chi si affiderebbe al sorteggio per scegliere un suo rappresentante in qualsiasi ambito?

Sarebbe stato molto meglio lasciare stare la Costituzione e migliorare il procedimento disciplinare e definire nuove regole per limitare i fenomeni negativi che si sono registrati in passato.

Per questo, è necessario ribadire che non serve riscrivere la Costituzione per far funzionare la giustizia.

Serve far funzionare la giustizia per rispettare la Costituzione. NO, dunque, per difendere la Costituzione, la giustizia e il principio fondamentale a tutela dei cittadini: nessuno è al di sopra della legge.



Da sinistra il giudice Alvise Dalla Francesca Cappello, Maurizio Surian, Guido Margheri e Cristina Masera



LA MEDICINA DI PROSSIMITÀ

Una speranza per gli anziani ma restano molte criticità

segue dalla prima

Tuttavia, tra le buone intenzioni e la realtà operativa c'è ancora un divario molto ampio.

La vera sfida non è costruire nuove strutture (ormai sono quasi pronte), ma farle funzionare davvero, a vantaggio dei cittadini e di chi quotidianamente se ne prende cura: i medici di famiglia (MMG), i pediatri (PLS) e il personale infermieristico. Altrimenti sono destinate ad essere cattedrali semi-vuote nel deserto.

Troppa burocrazia, poco ascolto.

Uno dei problemi principali è l'eccessivo carico burocratico che grava sui medici di base.

Certificati, moduli, richieste di ausili, pratiche amministrative: un fiume di carta che sottrae tempo prezioso alla visita, all'ascolto del paziente, al controllo periodico delle terapie.

Spesso sono proprio gli anziani e i loro familiari a portare richieste complesse, dettate da normative intricate e in continuo cambiamento.

Il rischio è che il medico, soffocato dagli adempimenti, finisca per fare più il funzionario che il clinico. Anche la comunicazione tra i diversi attori del sistema è caotica.

I medici vengono sommersi da decine di circolari, avvisi, aggiornamenti tariffari, spesso inviati in modo disorganizzato e senza filtro. È umanamente impossibile leggerle e applicarle tutte.

Questo genera confusione, stress e, in definitiva, danneggia la qualità del servizio offerto ai cittadini.

Difficoltà nella collaborazione.

Un altro punto critico riguarda la collaborazione tra medici, infermieri e ospedale.

Spesso le informazioni non circolano.

Spesso il medico di famiglia viene informato della dimissione dall'ospedale di un suo paziente anziano e fragile senza ricevere la documentazione clinica necessaria per gestirne la convalescenza a domicilio. Allo stesso modo, la cooperazione con gli infermieri del territorio è spesso lasciata all'iniziativa dei singoli, senza protocolli condivisi, creando disagi e possibili rischi.

Il futuro si costruisce insieme.

Perché la medicina di prossimità diventi una realtà efficace e non rimanga un'illusione, è necessario un cambio di passo. Le istituzioni sanitarie, ASL e Assessorato, devono: **ascoltare concretamente**

i medici e gli infermieri che lavorano sul territorio, ricostruendo un rapporto di fiducia; **ridurre drasticamente** la burocrazia inutile per le cure, semplificando le procedure e ritornando a dare centralità alla relazione con il paziente; **investire in un sistema informatico** moderno e funzionale, che permetta una vera integrazione tra ospedale, territorio e professionisti.

E che funzioni, finalmente; **razionalizzare le comunicazioni**, rendendole chiare, essenziali e gestibili.

Solo così le nuove Case della Comunità potranno davvero diventare un punto di riferimento sicuro e vicino per tutti, in particolare per la popolazione più anziana e fragile, garantendo non solo cure, ma anche quella continuità assistenziale e quella prossimità umana che fanno la differenza nella vita di ogni giorno.

La salute sul territorio è una grande opportunità, ma per realizzarla servono scelte coraggiose e il coinvolgimento di tutti, a partire da chi la sanità la vive in prima linea, professionisti e pazienti insieme. Vanno assolutamente evitate imposizioni, contrapposizioni, ordini di servizio, polemiche ed arroccamenti su posizioni contrapposte.



Il rendering della Casa di Comunità di Laives

L'AMERICA CHIAMA E IL BOSS RISPONDE

La canzone di Bruce Springsteen per Minneapolis e il silenzio della destra

Bruce Springsteen con la sua ballata "Streets of Minneapolis", ci racconta cosa sta avvenendo negli USA.

Gli agenti della polizia speciale ICE, con il sostegno di Trump, terrorizzano intere città violando apertamente i diritti dei cittadini. Gli omicidi di Alex Pretti e Renee Good stanno aprendo gli occhi a tutti.

Anche in Italia assistiamo a fatti

gravi e inaccettabili che mettono in discussione i valori fondamentali di libertà e convivenza sanciti dalla Costituzione.

La schedatura da parte di un gruppo di destra dei professori "scomodi", il tentativo eversivo di gruppi neofascisti di seminare odio e tensioni pericolose attraverso i miti razzisti della "remigrazione", i tanti decreti legge che aggravano i veri problemi della

sicurezza dei cittadini e limitano il dissenso, i progetti per alterare gli equilibri democratici della Costituzione in favore del primato del solo esecutivo e del solo Presidente del Consiglio, sono tutti fatti che ci dicono come sia ora che anche in Italia le cittadine, i cittadini, le istituzioni si sveglino prima che sia troppo tardi. Di seguito la traduzione di "Streets of Minneapolis".

Strade di Minneapolis

Tra il ghiaccio e il freddo dell'inverno
Lungo Nicollet Avenue
Una città in fiamme combatteva fuoco e gelo
Sotto gli stivali di un occupante
L'armata privata di Re Trump del DHS
Pistole allacciate ai loro cappotti
Sono venuti a Minneapolis per far rispettare la legge
O almeno così dicono loro
Contro il fumo e i proiettili di gomma
Alle prime luci dell'alba
I cittadini si sono schierati per la giustizia
Le loro voci risuonavano nella notte
E c'erano impronte insanguinate
Dove avrebbe dovuto esserci pietà
E due morti, lasciati a morire su strade innevate

Alex Pretti e Renee Good

Oh, nostra Minneapolis, sento la tua voce
Cantare attraverso la nebbia insanguinata
Prenderemo posizione per questa terra
E per lo straniero tra noi
Qui a casa nostra, hanno ucciso e vagato

Nell'inverno del '26
Ricorderemo i nomi di chi è morto
Per le strade di Minneapolis
I sicari federali di Trump lo hanno picchiato
Al volto e al petto
Poi abbiamo sentito gli spari
E Alex Pretti giaceva morto nella neve
Hanno sostenuto la legittima difesa, signore
Non credere ai tuoi occhi
Sono il nostro sangue e le nostre ossa
E questi fischietti e telefoni
Contro le sporche bugie di Miller e Noem
Ora dicono di essere qui per far rispettare la legge
Ma calpestando i nostri diritti
Se la tua pelle è nera o marrone, amico mio
Puoi essere interrogato o deportato a vista
Nei nostri cori "Fuori l'ICE ora"
Il cuore e l'anima della nostra città resistono
Tra vetri rotti e lacrime di sangue
Per le strade di Minneapolis



UN MEDICO PER TE

Sportello solidale di ascolto e orientamento medico di primo livello

- Ascolto e orientamento medico di primo livello
- Aiuto a comprendere diagnosi e terapie
- Lettura referti di laboratorio e radiologici



Centro Auser Bolzano
piazza Don Bosco 1/A
tutti i venerdì
dalle 9.00 alle 11.00

SottoCasanova OfficineVispa
via Ortles 50/3
il 1° e il 3° giovedì del mese
dalle 9.00 alle 11.00

Club "La Ruga"
via Claudia Augusta 52
il 2° e il 4° martedì del mese
dalle 9.00 alle 11.00

SOLO SU APPUNTAMENTO

TEL. 0471 200588
telefono o whatsapp



OfficineVispa
Cooperativa sociale - Sozialgenossenschaft

UN AVVOCATO PER TE

Sportello di consulenza legale sulla tutela dei diritti nei confronti di privati ed istituzioni

orario

10:00 - 12:00

a mercoledì
alterni

Centro Auser Bolzano
piazza Don Bosco 1/A

ogni 3° venerdì
del mese

Club "La Ruga"
via Claudia Augusta 52

SOLO SU APPUNTAMENTO

TEL. 0471 200588
telefono o whatsapp



RIPRENDE IL SERVIZIO DI

Misurazione della pressione arteriosa



OGNI LUNEDÌ MATTINA 9.00 - 11.00

presso la sede del Centro Auser
Piazza Don Bosco 1/A - Bz

Dalle **8.30** alle **12.00**
in piazza Don Bosco 1/A
è aperto lo

SPORTELLLO SOCIALE

Il **LUNEDÌ** la volontaria Auser Luisa
sarà a vostra disposizione per **pratiche previdenziali**.

Il **GIOVEDÌ** il volontario Auser Massimo
sarà a vostra disposizione per fornirvi informazioni su:

- Pratiche di invalidità
- Diritti ai bonus (luce, acqua, gas)
- Provvidenze economiche erogate dalla Provincia
- Non autosufficienza
- Previdenze erogate dall'Assistenza Economica nei distretti socio-sanitari
- Verifica sui diritti inespressi (14° mensilità, adeguamento al minimo, integrazione sociale, ecc.)
- Legge 104
- Ricorsi
- Assistenza domiciliare
- Assegno di cura
- Controllo ObisM
- Prestazioni sanitarie



Prenotazioni:
0471 200588
presidio@auserbz.org



EHRENAMT FÖRDERT DIE GESUNDHEIT

Warum freiwilliges Engagement Körper und Seele stärkt

von Christian Wenter

Ob bei Auser, Club Ipazia, im Sportverein oder in der Nachbarschaftshilfe: Ehrenamtliches Engagement ist aus der Gesellschaft nicht wegzudenken. Was viele nicht wissen: Wer sich freiwillig engagiert, tut nicht nur anderen etwas Gutes, sondern auch sich selbst.

Zahlreiche Studien zeigen inzwischen, dass regelmäßige ehrenamtliche Tätigkeit nicht nur persönlich sehr bereichernd ist, sondern auch die Gesundheit fördert – körperlich wie psychisch. Menschen, die sich regelmäßig ehrenamtlich betätigen, berichten häufiger von einer höheren Lebenszufriedenheit und weniger Stress.

Der Grund liegt unter anderem im Gefühl, gebraucht zu werden. Wer anderen hilft, erlebt Selbstwirksamkeit – das Wissen, mit dem eigenen Handeln etwas bewirken zu können.

Das stärkt das Selbstwertgefühl, trägt zu seelischem Wohlbefinden bei und kann sogar depressiven Verstimmungen entgegenwirken.

Ehrenamt beugt Einsamkeit vor

Auch soziale Kontakte spielen eine wichtige Rolle. Ehrenamt bringt Menschen zusammen, die sonst vielleicht nie miteinander ins Gespräch gekommen wären. Dies kann ein wirksames Mittel gegen Einsamkeit sein.

Regelmäßige Treffen, gemeinsame Aufgaben und der Austausch mit anderen fördern soziale Bindungen – ein Faktor, der nachweislich das Risiko für psychische Erkrankungen senkt.

Doch nicht nur die Seele profitiert.

Je nach Art des Engagements wirkt sich Ehrenamt auch positiv auf die körperliche Gesundheit aus. Studien belegen, dass Ehrenamtliche insgesamt aktiver sind und seltener an Herz-Kreislauf-Erkrankungen leiden.



Zudem wird ihr Immunsystem gestärkt – vermutlich, weil Bewegung, soziale Einbindung und geringerer Stress zusammenwirken.

Ehrenamtliche leben länger

Besonders bemerkenswert ist, dass Ehrenamtliche statistisch gesehen länger leben.

Langzeitstudien belegen eine geringere Sterblichkeitsrate bei Menschen, die sich regelmäßig engagieren. Warum genau ehrenamtliche Tätigkeiten der Gesundheit potenziell nutzen können, bleibt weiter unklar.

Eine Theorie geht dahin, dass Ehrenamtliche davon profitieren, dass sie körperlich mehr in Bewegung seien.

Aber auch weitere biologische und gesellschaftliche Faktoren könnten hier mit einfließen.

Entscheidend ist dabei jedoch

das richtige Maß. Fachleute warnen vor Überforderung, denn auch hier gilt: Die Dosis macht das Gift. Wer sich zu übernimmt, riskiert Stress statt gesundheitlicher Vorteile. Ehrenamtliches Engagement soll bereichern – nicht auslaugen. Angesichts des demografischen Wandels und wachsender gesellschaftlicher Herausforderungen gewinnt das Ehrenamt weiter an Bedeutung. Kommunen und Organisationen sind daher gefordert, gute Rahmenbedingungen zu schaffen – mit klaren Strukturen, Anerkennung und Weiterbildungsmöglichkeiten.

Am Ende gilt: Ehrenamt ist keine Pflicht, sondern eine Chance. Eine Chance, Gemeinschaft zu erleben, Sinn zu finden – und dabei ganz nebenbei etwas für die eigene Gesundheit zu tun.



Alla fine del 2025 ci ha lasciati la nostra cara Maria Rosa Cristofolini. Maria Rosa è stata per qualche anno nostra volontaria, con la compagnia a domicilio, la spesa, gli accompagnamenti alle visite mediche.

Il suo sorriso, la sua simpatia e la sua gentilezza resteranno sempre nei nostri cuori.

Ciao Maria Rosa! Grazie ❤️

La vetrina del volontariato

A cura di Irene Pampagnin

LA FESTA DEI VOLONTARI AUSER

Una giornata speciale ricca di allegria, musica e convivialità

Il 13 dicembre 2025 abbiamo festeggiato i volontari Auser con una giornata speciale, ricca di allegria, musica e convivialità. Un'occasione preziosa per ritrovarci, condividere sorrisi e rafforzare il senso di appartenenza alla nostra grande famiglia Auser.

La festa è stata animata dalla musica del Latin Musicafè, che ha coinvolto tutti tra balli, giochi e momenti di spensieratezza.

Il pranzo, molto apprezzato, è stato preparato dal cuoco Attilio Zemilli, con il supporto dei volontari Franco e Gilberto, mentre Alessandro si è occupato del lavaggio di piatti e pentole.

Un grande grazie alle nostre fantastiche cameriere sempre disponibili e sorridenti ed ai volontari che si sono prodigati nei preparativi della sala.

Divertentissima anche la lotteria guidata dal nostro Silvano "il



mago" che, con l'aiuto dei "valletti" Sonia e Maurizio, ha consegnato i tanti premi estratti tra applausi e risate. E proprio le risate sono state il regalo più bello della giornata. Queste feste permettono ai vo-

lontari di conoscersi meglio, creare legami e fare gruppo, rafforzando quello spirito di collaborazione e amicizia che rende Auser una realtà così speciale. Grazie a tutti per aver reso questa giornata indimenticabile.

NONNI E NIPOTI CANTANO INSIEME

La musica unisce le generazioni e regala emozioni vere e senza età

Nella tournée natalizia nelle varie residenze per anziani della città, lo scorso dicembre è stata introdotta una novità: una scuola per l'infanzia.

Il 22 dicembre, infatti, il nostro coro è stato ospitato alla scuola Peter Pan di via Milano.

Protagonisti della mattinata sono stati i nostri anziani (con un'età compresa tra i 65 e i 93 anni) e i bambini della struttura (3-6 anni).

Le voci dei nostri "bis-nonni" si sono alternate a quelle dei bambini, dando vita ad un'atmosfera ricca di calore natalizio.

Insieme hanno cantato i più bei canti di Natale in italiano, tedesco, inglese e spagnolo, creando un clima di festa, condivisione e affetto.

I piccoli hanno partecipato con curiosità e allegria, mentre gli anziani hanno regalato sorrisi, esperienza e una profonda umanità.

L'iniziativa ha dimostrato quanto sia prezioso il dialogo tra generazioni: la musica è diventata un ponte capace di unire età diverse, trasmettendo valori come la solidarietà, il rispetto e il senso di comunità.



Un momento semplice ma intenso, che ha lasciato un ricordo speciale nel cuore di tutti i partecipanti.

La vetrina del volontariato

A cura di Irene Pampagnin

VOLONTARIATO IN CASA DI RIPOSO

Rossana racconta la sua esperienza al Centro diurno di Villa Europa

Mi chiamo Rossana e sono una volontaria Auser da più di dieci anni. Due giorni a settimana sono operativa al centro diurno di Villa Europa, una mattina e un pomeriggio, assieme ad altre due volontarie, Mariagrazia e Tiziana.

Dopo tanti anni mi sento parte integrante del centro: le assistenti ci mettono a nostro agio e ci danno la piena fiducia; io cerco di essere sempre di supporto nelle tante attività settimanali a cui gli ospiti partecipano attivamente.

Con gli anziani svolgo attività di manualità, compagnia, cerco di entrare in empatia con loro e, soprattutto, ascolto tanto quello che hanno da raccontare, storie di vita passata, i loro ricordi che spesso riaffiorano nitidi.

Passo delle bellissime ore con gli ospiti e le ospiti del centro diurno, è un vero piacere ridere con loro, creare un lavoretto di cucito, maglia, pittura o un gioco ma anche semplicemente sedermi accanto a loro a fare due chiacchiere.

Mi riempie il cuore, al mio arrivo, essere accolta dai "miei nonni" che mi chiedono sorridenti "cosa si fa di bello oggi?".

Quello che mi trasmettono è impagabile.

Sono grata per questo.

È un'esperienza che consiglio a tutti.



Rossana con gli ospiti di Villa Europa

ATTIVITÀ RICREATIVE PER ANZIANI

Dai biscotti del pasticciere Mauro al corso di teatro di Sandra Passarello

Il nostro circolo continua a essere un punto di riferimento vivo e partecipato per gli anziani, grazie a iniziative che uniscono socialità, creatività e voglia di stare insieme. L'11 dicembre 2025 si è svolto con grande successo il laboratorio di biscotti di Natale, un appuntamento che ha riempito il circolo di profumi, sorrisi e ricordi. A guidare l'attività è stato il nostro socio, il pasticciere Mauro Zanolini, che con competenza e passione ha coinvolto i partecipanti nella preparazione di dolci natalizi, condividendo consigli, tecniche e piccoli segreti del mestiere. Un momento conviviale e creativo che ha favorito lo scambio e la collaborazione tra tutti. Dal 14 gennaio 2026 è inoltre



Il pasticciere Mauro Zanolini circondato dalle volontarie e dalle nonne del Circolo La Ruota

ripartito il laboratorio teatrale, che si svolge ogni mercoledì pomeriggio. Sotto la guida dell'insegnante Sandra Passarello, i partecipanti ritrovano il piacere di esprimersi attraverso il teatro,

lavorando su voce, movimento ed emozioni.

Un'attività che stimola la creatività e rafforza il senso di gruppo.

Se sei interessata/o a partecipare contattaci al nr. 0471/200588.

LO SPORTELLLO SOCIALE

a cura di
Luisa Gneccchi

Nel nostro impegno come Sportello sociale ci accorgiamo che alcune misure utili (statali, regionali, provinciali, comunali) sono ignorate e, poiché si possono ottenere solo se si fa esplicita domanda, con questa rubrica cerchiamo di farle conoscere. Presso la nostra sede in Piazza Don Bosco 1A, il lunedì mattina dalle 8.30 alle 12.30, previo appuntamento al nostro centralino 0471200588, puoi avere tutte le spiegazioni di cui hai bisogno.

Da gennaio 2026 l'Istituto non spedirà più ai datori di lavoro domestico di età inferiore ai **76 anni**, che ne avevano fatto richiesta, la consueta lettera annuale con le indicazioni per effettuare i **versamenti** e i **modelli di pagamento cartacei** (pagoPA).

Continueranno, invece, a ricevere la lettera annuale, **solo per il 2026, i datori di lavoro di età uguale o maggiore di 76 anni**. Per tutti i nuovi rapporti di lavoro sarà inibita la possibilità di chiedere tale opzione.

La dematerializzazione di questa comunicazione all'utenza è stata avviata nell'ambito del processo di digitalizzazione e semplificazione della PA, nel rispetto dei principi di economicità e sviluppo sostenibile.

I modelli di pagamento pagoPA potranno essere scaricati dal sito istituzionale, accedendo all'area tematica **"Portale dei Pagamenti"** e selezionando

LAVORO DOMESTICO

Dematerializzazione del pagamento contributi 2026

la voce "Lavoratori Domestici". Inserendo il codice fiscale e il codice rapporto di lavoro o ricorrendo alle credenziali di accesso (SPID/CIE/CNS/eIDAS) il datore di lavoro domestico potrà:

- stampare l'avviso di pagamento pagoPA, che permette di versare i contributi presso qualsiasi Prestatore di Servizi di Pagamento (PSP) aderente al circuito pagoPA;
- eseguire il pagamento onli-

ne pagoPA, con carta di credito/debito, conto corrente o altri metodi di pagamento, tutti i giorni della settimana, 24 ore su 24;

- visualizzare/stampare le ricevute dei pagamenti effettuati.

Il lunedì mattina, prendendo appuntamento all'Auser aiutiamo in modo che si possa diventare autonomi per il pagamento dei contributi per colf e badanti.

La Campagna RED ordinaria 2025 per la dichiarazione dei redditi 2024

I pensionati, titolari delle prestazioni collegate al reddito - come, per esempio, la maggiorazione sociale, l'integrazione al minimo e la somma aggiuntiva o quattordicesima - devono dichiarare all'INPS i propri redditi per non incorrere nella loro sospensione in caso di mancato adempimento.

Chi ha la pensione di reversibilità o ai superstiti e presenta la dichiarazione dei redditi tutti gli anni e non ha altri redditi oltre alla propria pensione + quella del/della coniuge de-

funto, non ha bisogno di presentare il RED.

La dichiarazione della situazione reddituale deve essere inviata entro il 28 febbraio 2026, tramite il servizio online RED precompilato, entrando nel sito INPS con lo Spid o la CIE o rivolgendosi al CAAF.

Se non si deve effettuare tale dichiarazione, comparirà un apposito messaggio a video.

Si può prendere appuntamento al CAAF, che il giovedì è sempre presente in Auser, telefonando allo 04711800335

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.



NUOVO SPORTELLO SOCIALE

Domande per l'assegno di cura l'invalidità civile e la Legge 104

di Maurizio Surian

A partire dal mese di febbraio presso la nostra sede di Piazza Don Bosco sarà operativo, ogni giovedì mattina, un nuovo Sportello Sociale che si affiancherà a quello del lunedì gestito dalla volontaria Luisa.

Insieme a Massimo, il volontario che opererà il giovedì mattina, al Patronato Inca e allo Spi/Cgil è stato definito un elenco di servizi che saranno attivati presso lo sportello sociale. Tra i servizi previsti rientra la presentazione delle domande per l'assegno di cura, nonché l'assistenza nella compilazione e nell'inoltro delle richieste di invalidità civile e dei benefici previsti dalla Legge 104/1992.

È inoltre previsto il supporto per l'eventuale presentazione di ricorsi relativi a tali domande, garantendo un accompagnamento qualificato anche nelle fasi successive all'istruttoria.

Lo sportello inoltre si occuperà della richiesta della scheda vita necessaria per il mantenimento dell'assegno di cura e della gestione delle variazioni dell'Iban



Il volontario Massimo a colloquio con un utente

collegato all'erogazione del contributo, agevolando così i cittadini nelle comunicazioni con gli enti competenti.

Tra le ulteriori attività è inclusa la raccolta delle richieste per il pacco alimentare in collaborazione con la Croce Rossa, intervento di fondamentale importanza a sostegno delle persone e delle famiglie in situazione di fragilità.

L'attivazione di tali servizi rafforzerà la rete di supporto territoriale, migliorando l'accessibilità e la prossimità dei servizi sociali alla cittadinanza. Lo sportello rappresenta un punto di riferimento fondamentale per i cittadini, offrendo supporto nell'accesso a prestazioni sociali e socio-assistenziali di particolare rilevanza.

Il Centro Auser è una comunità di utenti, familiari e volontari che offre servizi gratuiti di supporto e socializzazione alle persone più fragili, grazie all'impegno dei volontari. Per sostenere le spese necessarie a continuare queste attività, l'associazione chiede il supporto della comunità tramite donazioni, anche piccole, detraibili fiscalmente oltre i 50 euro, soltanto se effettuate con bonifico bancario. Ogni contributo aiuta a mantenere vivi servizi fondamentali e a guardare al futuro con fiducia.



CENTRO AUSER BOLZANO ODV

Piazza Don Bosco n. 1/a - 39100 Bolzano

C.F.: 94034410210

IBAN: IT87 J060 4511 6030 0000 1719 700

Grazie di cuore a chi ci sostiene e a chi continuerà a camminare accanto ad Auser ❤️





CLUB IPAZIA

“Quello che ci ha fatto Mussolini”

Un libro per capire la storia e il presente

di Giulio Ramaroli

Grande successo di pubblico il 22 gennaio, alla Libreria Cappelli di Bolzano, dove si è svolta la sentita presentazione del libro: “Quello che ci ha fatto Mussolini” di Paolo Treves.

A dialogare con il pubblico era presente Claudio Treves, figlio dell'autore, intervistato dalla Presidente del Circolo culturale Auser Club Ipazia, Silvia Bonelli. L'incontro, organizzato in collaborazione con Anpi Alto Adige, ha esplorato un periodo buio della storia italiana attraverso storie e aneddoti familiari.

Il libro è una testimonianza umana e psicologica, scritta nel 1940 durante l'esilio a Londra e ha come protagonista il nonno: Claudio Treves. Si ripercorrono nomi e storie in questo incontro emozionante.

Emerge un resoconto storico e familiare che esordisce con l'omicidio di Giacomo Matteotti: la cui morte è raccontata come evento storico e politico e come un lutto familiare. Abbiamo quindi la lucida testimonianza di chi viveva nel dramma di dover affrontare il regime fascista, subendone violenza e umiliazioni.

Una chiave di lettura del libro sta nel titolo. “Quello che ci ha fatto Mussolini” non riguarda solo le leggi fasciste o l'aspetto politico del regime.

Il pronome “ci” indica una famiglia: persone travolte da un cambiamento radicale.

Il nostro ospite Claudio ci ha raccontato la solitudine che colpiva chi non si allineava al regime: il silenzio che seguiva al telefono che non squilla più, gli sguardi evitati per strada, la paura che svuota le relazioni umane.



Questo isolamento era una delle più terribili armi del fascismo.

L'esilio del padre dell'autore, Claudio Treves, è l'unica via, l'atto di resistenza, per restare fedeli a sé stessi lontano da una realtà che non permetteva di vivere secondo i propri principi, per preservare la propria dignità morale e descrive la difficoltà emotiva e intellettuale di essere costretti a vivere senza patria, senza lingua, senza il proprio passato.

Claudio Treves morirà nel '33 a Parigi, dopo aver tenuto un discorso per commemorare la morte di Matteotti: segnando un passaggio doloroso e cruciale nella vita di Paolo: l'autore.

C'è il dolore di un figlio che si trova ad affrontare la morte del padre in esilio, lontano dalla sua patria e c'è la consapevolezza che l'eredità politica e morale di quella battaglia non era terminata con la morte di Claudio, ma continua a vivere in lui. Una storia raccontata in prima persona: capace di coinvolgere e trasmettere emozioni.

Grazie Claudio per aver condiviso con noi la storia della tua famiglia attraverso tre generazioni.



CLUB IPAZIA

Torna il ciclo di conferenze sulla salute e il benessere

di Silvia Bonelli

Il Club Ipazia Auser torna con le conferenze in ambito salute e benessere e ha pensato di proporre un ciclo di tre incontri che si terranno in Sala Europa, via del Ronco 11 a Bolzano.

1. "Anestesia: conoscerla per non aver paura"

Dott. Loris Fabbro - medico specialista in anestesia e rianimazione, già primario del reparto di Anestesia 1 presso l'Ospedale San Maurizio di Bolzano

12 marzo 2026 ore 16.00

Un incontro informativo dedicato ai cittadini per capire cos'è l'anestesia, come funziona oggi e perché è sempre più sicura.

Parleremo in modo semplice di: anestesia, sicurezza e controlli,

delle paure più comuni e dei falsi miti. Al termine dell'incontro ci sarà uno spazio per le domande.

2. "L'importanza degli esami di laboratorio nella prevenzione e nella diagnostica delle malattie"

Dott. Giovanni Cosio - medico specialista in biochimica e chimica clinica indirizzo diagnostico

18 marzo 2026 ore 16.00

Durante l'incontro si spiegherà che sottoporsi agli esami del sangue regolarmente è una pratica preventiva che può rivelare problemi di salute prima che diventino gravi e che la diagnosi precoce può spesso tradursi in un trattamento più efficace e una migliore prognosi per il paziente.

L'incontro sarà aperto alle domande dei partecipanti relativi-

vamente a test di laboratorio eseguiti e alla corretta interpretazione dei referti.

3. "Mindfulness e benessere psicofisico"

Dott.ssa Gaia Benetti - psicologa e psicoterapeuta

26 marzo 2026 ore 16.00

L'incontro sarà dedicato alla mindfulness, una pratica che, attraverso tecniche di meditazione e consapevolezza, promuove il benessere psicologico e fisico, riducendo lo stress e migliorando la qualità della vita.

Al termine dell'incontro è previsto un confronto e eventuali domande di approfondimento.

Gli incontri sono **gratuiti** e a titolo informativo, organizzati con il Patrocinio del Comune di Bolzano.

MEMORIA VIVA

Il Club Ipazia incontra gli studenti della Scuola Professionale "Einaudi"

C'è un angolo di Bolzano, al Circolo culturale Auser Club Ipazia, dove il tempo sembra fermarsi per farsi raccontare. Sono i sabati mattina del gruppo Amarcord Sciangai: un gruppo di amici che, tra un caffè e una vecchia foto, ridanno vita allo storico quartiere di Sciangai. Due dei nostri soci, Lele Antinarella e Beppe Grandinetti, hanno avuto l'opportunità, a dicembre 2025, di portare i loro racconti direttamente agli allievi della Scuola Professionale CTS "Einaudi".

È stato un incontro speciale: da una parte l'esperienza di chi in quelle casette ci è cresciuto, dall'altra la curiosità degli allievi.

Non è stata una lezione di storia come le altre.

È stato un passaggio di testimo-



ne fatto anche di aneddoti personali che hanno catturato l'attenzione degli studenti.

La memoria delle Semirurali non è solo nostalgia, è un pezzo di cuore della nostra città che merita di essere conosciuto da chi verrà dopo di noi.



SCIANGAIOLA 2026

La sciangaiola di quest'anno è **Giulia Mazzucchi** che ha avuto il maggior numero di presenze nel 2025

INCENTIVO "NUOVI NATI" FINO A 1.100€ PER IL FUTURO DI TUO/A FIGLIO/A

Iscrivi tuo figlio/a a un fondo pensione integrativo!

Cos'è l'incentivo?

La Regione sostiene il risparmio previdenziale dei minorenni con un contributo fino a **1.100€** nei primi cinque anni di vita, adozione o affidamento del bambino:

◆ **300€ per il primo anno***

◆ **200€ per ciascuno dei 4 anni successivi**

👉 A condizione che vengano versati **almeno 100€ all'anno** sul fondo pensione del minore.

REQUISITI

Residenza del richiedente in regione da **almeno 3 anni**

Minore residente in regione e **nato/adottato/affidato dal 01/01/2020**

Marca da bollo da **16€**

! Nessun limite reddituale o patrimoniale

DOVE FARE DOMANDA

Presso infopoint del CAAF DELLA CGIL-AGB o PRESSO IL Patronato INCA

QUANDO FARE DOMANDA

- Nati dal 2025 in avanti: entro il 2° anno di vita del bambino
- Nati 2020 - 2024: entro il 31/12/2027

ALTRI CONTRIBUTI UTILI

Richiedi informazioni anche sul contributo regionale per i **periodi di cura dei figli** (fino a 3 anni, o fino a 5 anni per lavoratori part-time sotto il 70%)

E RICORDATI DI RINNOVARE IL TUO ISEE 2026 PER:

- Rinnovo automatico dell'Assegno Unico Universale per i Figli
- Rinnovo degli assegni provinciali (importi fino a €76)

NOVITÀ 2026:

- La soglia massima di ISEE per percepirli aumenta da **€40.000€ a €46.000**
- Bonus Asilo Nido (importi fino a €273)
- Bonus Nascita (€1000 con ISEE inferiore a €40.000)

CGIL

CAAF
AGB
nordest

Per assistenza e prenotazioni:
Numero unico anche via whatsapp
☎ 0471.1800335
www.caaf.it/bolzano



www.cgil-agb.it/it/servizi/patronato-inca
bolzano@inca.it





IO VADO... MA NON DA SOLO!

Impatto zero nel bosco È possibile l'equilibrio ambientale?

di Fulvia Orlando

Il bosco è un ecosistema, e come tutti gli ecosistemi è autosufficiente e, attraverso complesse relazioni tra piante, animali, funghi e batteri che vivono al suo interno, crea un equilibrio perfetto dove ogni suo abitante trova riparo, nutrimento e ciò che serve alla sopravvivenza della sua specie. Molti scienziati sottolineano che l'uomo sia parte integrante degli ecosistemi.

La nostra salute è strettamente legata a quella dell'ambiente.

È risaputo che i problemi delle foreste sono l'inquinamento atmosferico, del suolo, delle acque, la deforestazione e l'agricoltura intensiva, crisi climatiche, mancanza di una cultura ecologica e politiche che guardano soltanto verso il profitto economico.

Ma noi camminatori, nel nostro piccolo, cosa possiamo fare?

Il dizionario recita così: "Impatto zero: attività, stili di vita o prodotti che non alterano sostanzialmente l'equilibrio ambientale".

Ecco! Appunto!

"Sostanzialmente".

Perché raggiungere l'impatto zero durante le nostre escursioni è difficile. Le regole di base sono note. Rispetta la natura, porta a casa i tuoi rifiuti e non accendere fuochi. Fatto questo la nostra coscienza è a posto.

Ma possiamo fare di più.

Non lasciamo avanzzi di cibo, neanche quelli apparentemente innocui e biodegradabili.

Possono creare dipendenza e squilibri negli animali.

Se non vogliamo riportarci a casa la buccia di banana nel nostro sacchetto dei rifiuti, non lanciamola: mangiamo la banana a casa prima di uscire così il nostro corpo avrà la giusta dose di potassio al momento del bisogno.

Rispettiamo anche gli animali più piccoli come formiche, ragni. Sono a casa loro.

Parliamo di muschio.

Bello a Natale sui presepi e anche il 7 gennaio nella spazzatu-



ra. Il muschio forma un tappeto che protegge il terreno dall'erosione causata dalle piogge intense, trattiene l'umidità e la rilascia lentamente, favorisce la germinazione dei semi contribuendo alla biodiversità del bosco, la sua presenza indica un ambiente sano. Molti piccoli insetti ed anfibi dipendono dal muschio, la sua rimozione distrugge il loro habitat.

Il muschio cresce molto lentamente.

Se viene raccolto può impiegare decenni per ricostituirsi metten-

do a rischio la salute del bosco. Cerchiamo di non calpestarlo camminando sempre sui sentieri e d'estate mettiamo sulle punte dei nostri bastoncini i gommini per non rovinare la vegetazione. Insomma, con pochi accorgimenti le nostre camminate avranno un impatto minimo nell'ecosistema che andremo a visitare.

Del resto è con la pratica costante e ripetuta che si crea un'abitudine e il nostro nuovo comportamento si trasformerà da un'azione consapevole a una routine consolidata.



Trekking



Trekking 2026 dal 5 al 9 ottobre



PICCOLE DOLOMITI CONCA DI RECOARO

Sulle piccole dolomiti nella conca di Recoaro (VI) con escursioni giornaliere

Iscrizioni entro il 15 aprile
(max 18 partecipanti)



TOUR



TORINO

DAL 27 SETTEMBRE
AL 2 OTTOBRE 2026



UZBEKISTAN

DAL 4 AL 13 MAGGIO
2026



SICILIA

DAL 27 SETTEMBRE
AL 2 OTTOBRE 2026



CIPRO

DAL 4 ALL'11
OTTOBRE 2026



ROMA

DAL 10 AL 13
NOVEMBRE 2026



SOGGIORNI



RODI GARGANICO

**DAL 24 MAGGIO AL 4
GIUGNO 2026**



RICCIONE

**DAL 7 AL 21 GIUGNO
2026**



SARDEGNA

**DAL 21 GIUGNO AL 5
LUGLIO 2026**



RODI GARGANICO

**DAL 30 AGOSTO AL
13 SETTEMBRE 2026**



ABANO TERME

**DAL 15 AL 2
NOVEMBRE 2026**



alperia

La natura è la nostra
fonte di ispirazione

*l'energia
ripensata*