



Il Concilio Vaticano II prospettava la necessità di «una positiva e prudente educazione sessuale» che raggiungesse i bambini e gli adolescenti «man mano che cresce la loro età»... Dovremmo domandarci se le nostre istituzioni educative hanno assunto questa sfida. È difficile pensare l'educazione sessuale in un'epoca in cui si tende a banalizzare e impoverire la sessualità...

Papa Francesco, *Amoris laetitia* 280

**IL TEMA**

I progetti dell'Università salesiana, parla il rettore don Andrea Bozzolo  
Indicazioni anche dal cardinale Zuppi

## La sfida dell'educazione sessuale «Ascolto paziente, senza giudizi»

LUCIANO MOIA

L'emergenza educativa che stiamo attraversando impone di avviare percorsi strutturati e consapevoli di educazione sessuale. Dobbiamo farlo "senza infingimenti", come ha detto il presidente della Cei, cardinale Zuppi, cioè guardando in faccia alla realtà, confrontandoci con le speranze e le aspettative dei giovani. «Con empatia e disponibilità», aggiunge don Andrea Bozzolo, rettore della Pontificia Università Salesiana. «Senza toni giudicanti e senza linguaggi enfatici», come purtroppo è avvenuto troppe volte in passato, quando i timidi tentativi di educazione all'affettività e alla sessualità si riducevano all'elenco dei divieti e dei permessi. Oggi tutto è diverso. L'impegno dei salesiani su questo fronte è davvero imponente. Si è conclusa una ricerca triennale che sarà approfondita in un convegno nella prossima primavera, sta partendo un corso di alta formazione, oltre ad altre iniziative di cui abbiamo già dato conto nei mesi scorsi (vedi box in questa pagina).

**Lunedì, aprendo i lavori del Consiglio permanente della Cei, il cardinale Matteo Maria Zuppi ha parlato della necessità dell'educazione affettiva dei giovani e ha sollecitato i credenti a trovare il coraggio "di parlare di sessualità senza infingimenti, nella prospettiva dell'integrazione tra vita umana e vita spirituale". Riconosce in queste sollecitazioni il senso delle iniziative avviate dall'Università Salesiana?**

L'invito ad impegnarsi nell'educazione affettiva e sessuale delle giovani generazioni viene già dal Concilio. La Dichiarazione *Gravissimum educationis* ne parla esplicitamente e Papa Francesco in *Amoris Laetitia* riprende questo appello. Dobbiamo però chiederci onestamente se le nostre istituzioni educative abbiano assunto questa sfida in tutto ciò che essa comporta. Non basta offrire ai ragazzi un'informazione corretta e alcune regole di comportamento. Hanno bisogno che li accompagniamo nell'esperienza quotidiana a dare un nome alle emozioni, a riflettere sulle loro esperienze, a sviluppare il senso critico davanti alla molteplicità di stimoli e messaggi da cui siamo circondati. E lo desiderano più di quanto possiamo immaginare. In questo senso, come afferma il cardinale Zuppi, l'educazione affettiva ha certamente a che fare con la vita interiore, con il gusto per la preghiera e per l'autenticità dei rapporti. Ma senza spiritualismi. Corpo e affetti non sono luogo di applicazione di una spiritualità appresa altrove, ma lo spazio in cui imparare a fare esperienze di Dio. Per quanto ferita dal peccato, l'energia di eros è un dono dello Spirito Creatore, che abita i nostri corpi come un tempio. Per questo è necessario un apprendistato del linguaggio del corpo, che aiuti a cogliere la profondità simbo-

lica dei nostri gesti di amore.

**Quali sono gli "infingimenti" che non permettono ai giovani di scoprire il significato autentico della sessualità?**

Nel Sinodo sui giovani del 2018, i vescovi hanno riconosciuto francamente che su molti temi «prevale talora la tendenza a fornire risposte preconfezionate e ricette pronte, senza lasciar emergere le domande giovanili nella loro novità e coglierne la provocazione». Fuggire gli infingimenti significa accettare la logica dell'ascolto empatico, che non è solo una raccolta di informazioni, ma un vero incontro di libertà. Ascoltare con empatia richiede umiltà, pazienza, disponibilità a non giudicare, impegno a elaborare una comprensione più profonda. Senza questa alleanza, gli educatori rischiano di assumere un atteggiamento giudicante o di ricorrere

ad un linguaggio enfatico e altisonante, che non aiuta a interpretare il vissuto. I giovani, invece, rischiano di cedere ad atteggiamenti reattivi, sottovalutando l'esperienza degli adulti e accettando come certezze granitiche le tesi più diffuse dai mass media.

**Qual è la responsabilità di noi adulti per questa profonda confusione di significati? Abbiamo dimenticato le parole per dirlo o forse anche le nostre convinzioni andrebbero riviste con il coraggio di fare autocritica?**

Viviamo in un'epoca che la sociologa Eva Illouz vede caratterizzata dalla incertezza affettiva e dalla "fine dell'amore". Non è vero che all'estendersi della libertà sessuale si sia accompagnata una crescita del benessere emotivo. Al contrario: «Oggi giorno la libertà sessuale è una sfera di interazione dove "tutto va li-

scio": le parti dispongono di una grande abbondanza di risorse tecnologiche, di copioni e di immagini culturali che guidano il loro comportamento, al fine di trovare piacere in un'interazione, e per definirne i limiti. Le emozioni, tuttavia, sono diventate il piano problematico dell'esperienza sociale, un campo in cui regna la confusione, l'incertezza, per non dire il caos» (*La fine dell'amore*, 12). Non penso che il problema del mondo adulto sia prima di tutto una questione di linguaggio. È piuttosto quello di fare seriamente i conti con l'eredità della rivoluzione sessuale, che prometteva la liberazione del sesso, ma ha finito per concorrere alla sua mercificazione. Se si trasmette l'idea che il sesso è l'emblema primario del desiderio e poi lo si presenta come un istinto incontenibile, un'energia senza logos e senza regole, non dob-

biamo stupirci che l'esito sia l'aumento della violenza di genere e della depressione giovanile.

**Affronterete il tema delle convenienze, del digitale, della pornografia e di tanto altro ma, parlando di giovani e sessualità qual è l'aspetto più problematico emerso nella vostra ricerca?**

Senza dubbio, la confusione. Essa è alimentata dall'ambivalenza che contrassegna i mutamenti della cultura affettiva in cui siamo immersi. Importanti acquisizioni del costume sociale si accompagnano con spinte ideologiche, che fanno leva sui guadagni condivisi per insinuare surrettiziamente interpretazioni devianti, fino a decostruire il vincolo originario che sussiste tra l'alleanza dell'uomo e della donna, i legami della famiglia e la generazione della vita. Perso questo vincolo, che non è altro che l'orizzonte entro cui

accediamo al mondo, i diversi tasselli dell'esperienza affettiva rischiano di diventare frammenti che non si compongono più in un disegno.

**Un esempio?**

Penso alla questione femminile. Una cosa è superare gli stereotipi del passato, che spesso hanno plasmato una figura femminile dedita esclusivamente alle mansioni domestiche e alle cure familiari, altro è decostruire il senso della maternità, considerandola come un ostacolo all'emancipazione della donna e alla sua realizzazione sociale. Rimuovere dall'immaginario di una ragazza la straordinaria ricchezza simbolica della gravidanza, in cui si esprime la forma femminile della fecondità, significa impoverire la sua capacità di accedere alla grammatica del suo corpo e alla dialettica del suo desiderio. Significa rieditare, in forme opposte a quelle del passato, una narrazione che censura ciò che di più intimo abita il corpo femminile.

**Sul tema dell'accompagnamento dei ragazzi e delle ragazze lgbt ritiene che la pastorale debba aprirsi alla considerazione di quanto emerge dalla ricerca scientifica per quanto riguarda orientamento e identità sessuale, soprattutto in riferimento all'esigenza di considerare questi aspetti dimensione profonda della persona e non esito di una volontà di autodeterminazione?**

La ricerca scientifica in realtà non è così unanime nei suoi risultati. L'attenzione al suo apporto, in ogni caso, è ineludibile. Non suggerirei però l'idea di affidarle semplicemente le chiavi per accedere all'intelligenza dell'umano, anche nella sua dimensione sessuale. Il mistero dell'esistenza è assai più complesso: volontario e involontario non sono componenti dell'umano che si possono giustapporre l'una all'altra, ma dimensioni che si intrecciano nella dialettica della libertà. Per questo dobbiamo trovare categorie più evolute per interpretare la misteriosa sintesi, sempre dinamica, che ogni persona realizza in sé. È giusto pertanto che, mentre ascoltiamo gli apporti di ogni disciplina che concorre al chiarimento dei temi discussi, procediamo pastoralmente sulla via, esigente ma fruttuosa, del discernimento condiviso.

**Il corso di alta formazione che andrete e proporre dopo il convegno del prossimo marzo, punta a formare educatori competenti nell'accompagnamento affettivo dei giovani. Come immaginate questa proposta?**

La immaginiamo all'intreccio tra rilettura della propria esperienza affettiva, approfondimento dell'antropologia cristiana e acquisizione di competenze metodologiche per costruire alleanze educative e proposte progettuali. Un investimento a servizio dei giovani e delle comunità.

© RIPRODUZIONE RISERVATA



**CHI È**

**Teologo esperto di temi coniugali**



Don Andrea Bozzolo è dal 2021 rettore dell'Università Pontificia Salesiana. Ha insegnato Teologia dogmatica presso la Sezione di Torino dell'Università Salesiana, di cui dal 2008 al 2017 è stato anche Preside, presso la Facoltà Teologica di Milano e presso l'Istituto Giovanni Paolo II di Roma. Ha collaborato con il Pontificio Consiglio per la Famiglia e ha partecipato come esperto ai Sinodi sulla famiglia. È docente di Teologia dogmatica presso l'Università Pontificia Salesiana di Roma. Tra i suoi ambiti di ricerca la teologia del matrimonio e della famiglia.

**LE INIZIATIVE DEI SALESIANI PER UN NUOVO APPROCCIO EDUCATIVO ALL'AFFETTIVITÀ**

**Manuali, convegni e corsi di alta formazione per dare ai giovani risposte più credibili**

Un progetto coerente quello dei salesiani sul fronte dell'educazione all'affettività e alla sessualità che risponde ai principi che da sempre caratterizzano l'impegno educativo dei figli di don Bosco: accogliere, accompagnare, prevenire, educare guardando in faccia alla realtà. E oggi la realtà impone un confronto serio con le domande dei giovani e una valorizzazione prudente ma non timorosa delle scienze umane. Con questo criterio è nato il sussidio "Una pastorale giovanile che educa all'amore", realizzato per offrire agli educatori uno strumento aggiornato in

grado di sistematizzare i concetti e gli atteggiamenti legati all'educazione affettiva e sessuale. Nel testo, per ora ad uso interno, che è stato curato da don Miguel Angel Garcia Morcuende, consigliere generale per la pastorale giovanile dei Salesiani, e dalla psicologa Antonella Sinagoga si prendono in esame con serenità e approccio scientifico anche le situazioni legate all'orientamento omosessuale e all'identità di genere. Sulla base degli stessi principi l'Università Salesiana ha sostenuto una ricerca triennale di cui si darà conto in un

convegno intitolato "Giovani e sessualità. Sfide, criteri, percorsi educativi" (1-3 marzo) rivolto agli educatori, ai preti, agli operatori pastorali. Tanti gli esperti che si confronteranno sul tema (tra gli altri Mauro Magatti, Chiara Giaccardi, Susy Zanardo Pier Cesare Rivoltella, Philippe Bordeyne, Maria Elena Canzi, Paolo Gambini). Da lunedì 9 ottobre è già possibile iscriversi sul sito [www.giovaniesessualita.unisal.it](http://www.giovaniesessualita.unisal.it) Nei mesi successivi l'Università Salesiana farà partire anche un nuovo corso di alta formazione sempre sui temi dell'educazione all'affettività.

<b>EDUCAZIONE</b>	<b>AMORIS LAETITIA/3</b>		<b>SOCIETÀ/1</b>	<b>SOCIETÀ/2</b>	
<b>Fragilità a scuola Obiettivo inclusione purtroppo lontano</b>	<b>Famiglia e Chiesa Svolta segnata dall'accoglienza</b>		<b>Nuove alleanze per invecchiare e sentirsi bene</b>	<b>Evviva i nonni, ma è una festa con tante domande</b>	<b>L'Italia è un Paese per nonni</b>
Francesca Mineo a pagina II	Marco Vianelli a pagina III		Fulvio Fulvi a pagina VI	Luciano Tosco a pagina VII	nelle pagine centrali

**OBIETTIVI**

Università Bicocca e Ciai insieme per tutelare i ragazzi più fragili, sempre più numerosi. Ma i criteri per valutarli devono essere rinnovati

# Differenze e disabilità a scuola L'inclusione? Traguardo lontano

FRANCESCA MINEO

La scuola può cambiare, in meglio, e le mille differenze che studenti e studentesse portano ogni giorno sui banchi sono la vera occasione da non perdere. Il mondo è in continuo cambiamento, la scuola ne è lo specchio più veritiero. È stato questo il filo rosso che ha caratterizzato il convegno organizzato dal Dipartimento di Psicologia dell'Università di Milano-Bicocca nell'ambito delle celebrazioni dei suoi 25 anni e dall'ente Ciai, 55 anni di esperienza in progetti educativi, servizi alle famiglie e tutela dei diritti di bambine e bambini, tra cui quelli al benessere e alla felicità che passano anche da quello all'educazione. Il titolo del convegno, che ha portato a confrontarsi in Bicocca esperti in numerose discipline, poteva trarre in inganno per il suo velato senso dell'umorismo: "Il meraviglioso mondo delle differenze. Inclusione e valorizzazione nella scuola" nulla aveva a che fare con cliché fiabeschi, piuttosto con una realtà complessa e spesso molto difficile da interpretare che costringe docenti, direttori didattici, educatori a rivedere la loro visione della scuola a tutti i livelli. Partiamo dall'inizio per capire chi sono gli studenti portatori di meravigliose, nel senso più ampio del termine, differenze e quindi complessità. Il report annuale del ministero dell'Istruzione (agosto 2023), registra 872.360 alunni con cittadinanza non italiana (anno scolastico 2021/22), con un incremento di quasi 7mila unità (+0,8%) rispetto all'anno precedente; negli anni del Covid (2019-20) erano 876.801. Venendo a Milano, il 25,5% degli studenti è straniero (oltre 80 mila studenti), ben più del 10,6% di media italiana. E su una popolazione scolastica di circa 500 mila ragazzi all'inizio di quest'anno scolastico sono 19.103 quelli con disabilità certificata - di cui 14.400 con disabilità psichica e tra questi 3.200 autistici - cui si aggiungono 17.042 con disturbi specifici di apprendimento.



"Il meraviglioso mondo delle differenze". Un momento del dibattito nei giorni scorsi all'Università Bicocca di Milano

I dati sono stati forniti dal direttore dell'ufficio scolastico regionale Yuri Coppi per spiegare le difficoltà - ma anche le sfide - che la scuola si trova ad affrontare. Questi numeri, commentati anche dal sindaco Giuseppe Sala, ci dicono che le disabilità, i bisogni sono in crescita. «Considerando che le certificazioni possono essere fatte anche dopo l'iscrizione», ha commentato Sala - i ragazzi con disabilità arriveranno quest'anno a superare i 20 mila, un numero che rende necessario reperire almeno diecimila insegnanti di sostegno». Uno sforzo per le scuole, aspettative talvolta eccessive da parte delle famiglie. Di fronte a questi numeri che possono spaventare, Ciai e il suo presidente Paolo Limonta hanno risposto con la parola "ricchezza" concetto da valorizzare con senso della realtà ma anche con slancio positivo e costruttivo. «Ciai ha voluto cogliere l'occasione di questo convegno per mettere in campo una serie di

conoscenze e di professionalità che hanno evidenziato come, in questi anni, si siano sviluppati percorsi per costruire classi sempre più accoglienti e inclusive, che sappiano valorizzare al massimo le differenze, trasformandole da complessità in ricchezze - ha detto Limonta, ex assessore milanese e maestro elementare -. Ritengo che a fianco di interventi di Ciai, come i presidi educativi in molte città italiane e i progetti destinati a alunne e alunni più fragili, debba continuare a esserci una forte pressione e mobilitazione per riportare la scuola al centro dell'azione dei governi nazionali e locali: più personale, più risorse, più occasioni di aggiornamento per far tornare la scuola al centro, come ente erogatore di cultura, educazione, benessere e felicità per le giovani generazioni». Tra le molte, preziose differenze da accogliere vi sono certamente i bambini e ragazzi con cittadinanza non italiana, quelli adottati con adozione internazionale, i minorenni migranti soli, i profughi ucraini (gran parte dei

quali rimasti a frequentare nelle scuole italiane), gli alunni con disabilità, DSA e BES, non da ultimi quelli che stanno affrontando un percorso identitario legato al genere o all'orientamento sessuale, e ancora quelli che mostrano problemi di salute mentale. Che fare dunque per rassicurare le famiglie sui percorsi scolastici, sul sostegno ai fragili, sull'inclusione di tutti gli studenti e studentesse? Quali soluzioni perché per tutti gli operatori della scuola differenza coincida con ricchezza? Per tutti la risposta non è univoca ma articolata come è oggi la scuola e per Ciai, come ribadisce Paolo Limonta, «non bisogna aver paura a essere rivoluzionari»: da un lato serve un approccio nuovo della scuola per fare rete con tutti gli attori in causa e tutti i servizi, con una visione quasi "olistica"; dall'altro è preferibile la compenetrazione dei saperi e delle esperienze, elementi indispensabili per mettere a frutto le conoscenze e dare un valore alle singole differenze di cui ogni studen-

tessa e ogni studente, indipendentemente dalla propria biografia, è custode. Anna Granata, professoressa associata del Dipartimento di Scienze Umane per la Formazione dell'Università Bicocca, nel ricordare un verso di una poesia di Loris Malaguzzi - "Il bambino ha cento lingue, ma gliene rubano novantanove" - ha sottolineato come selezionando lingue, metodi e modi di apprendere di fatto si rigettino tutti gli altri; Rosy Paparella, insegnante, ex Garante per l'infanzia e l'adolescenza della Regione Puglia, ha puntato i riflettori sugli alunni BES ricordando che proprio nel 2012 la scuola aveva introdotto un Piano Didattico Personalizzato-Pdp per queste ragazze e questi ragazzi. Un'iniziativa alla quale sono seguiti l'impennata delle certificazioni e insieme non la valorizzazione della differenza ma la puntualizzazione del deficit dell'alunno, identificando i BES come categoria identitaria. Qualcosa già accaduto con gli studenti disabili. «Non è che rischiamo di diventare, come diceva don Milani, una scuola che è come un ospedale che cura solo i sani?», ha detto Paparella. E in un mondo in cui tutti - genitori, studenti, scuole - sono spinti verso la corsa all'eccellenza e alle super prestazioni, chi apprende con tempi e modi "non a norma" si percepisce come materiale di scarto. Altri bisogni altre certificazioni: lo stigma della salute mentale, a fronte peraltro di crescente sofferenza psichica dei ragazzi, deve essere cancellato, ha ribadito Simona Barbera, psichiatra del Dipartimento di Salute mentale ASST GOM Niguarda a favore di un confronto più stretto e franco tra famiglia, scuola, ragazzi. Infine, come ribadito da Raffaele Mantegazza, professore associato di Pedagogia dell'Università Bicocca, il dialogo tra scuola e famiglia non può non includere i ragazzi stessi che devono partecipare al loro progetto educativo. Un po' come dire: non basta che tu sia invitato a una festa. Devi far parte del comitato organizzatore.

© RIPRODUZIONE RISERVATA

## Un lascito, il gesto di chi è vicino ai più fragili

**Sostenere un'organizzazione non profit con un lascito significa dare corpo, cuore e anima a progetti strategici e di lungo periodo.**

Innanzitutto, che cos'è: un lascito solidale dà la possibilità di destinare parte del proprio patrimonio, denaro o altri beni, a un'organizzazione non profit. Rappresenta di fatto il gesto più importante, in senso valoriale e concreto, per chi dona e per chi riceve, poiché manifesta la volontà, fatta consapevolmente, di dare continuità a un progetto dopo di noi. Il nostro modo di fare la differenza per le generazioni future. Se il testamento è ancora uno strumento poco utilizzato in Italia, un'ampia ricerca, pubblicata a settembre 2022 e commissionata a Waldenlab dal Comitato Testamento Solidale, documenta come cresca, invece, passando dal 22 al 26%, la quota di chi pensa a un lascito testamentario.

### L'importanza dei lasciti per VIDAS

Organizzazione di cure palliative nata a Milano nel 1982, VIDAS ha registrato negli ultimi anni un aumento costante dei proventi da lasciti, che rappresentano in media il 30% del totale della raccolta fondi da privati. Nel tempo, hanno permesso di dar corso a progetti di crescita molto rilevanti: la costruzione dei due hospice, Casa VIDAS, per pazienti adulti, aperto nel 2006, e Casa Sollievo Bimbi, per quelli di età pediatrica, nel 2019.



Marta Scignaro, educatrice di VIDAS, con Matilde, nata a gennaio del 2021 con un danno celebrale significativo e difficoltà a livello motorio, visivo e uditivo, in cura all'équipe pediatrica. Così la mamma, Chiara: "VIDAS ci offre un'assistenza completa su tutti i fronti: Carlo, il pediatra, viene ogni quindici giorni, ma gli infermieri e Marta ogni settimana. È un supporto a 360° e dove loro non possono arrivare c'è un accompagnamento nell'indicarci la strada migliore per rispondere a quel determinato bisogno".

Le persone che avrebbero bisogno (e diritto) di ricevere cure palliative, ogni anno, corrispondono circa all'1-1,4% della popolazione italiana, ovvero, ogni anno, tra 447 e 543mila persone adulte a cui vanno aggiunti 35mila bambini. Solamente 1 persona su 4 di queste le riceve, con un tasso di copertura del bisogno tra il 23% e il 28% (Fonte VIDAS-Cergas 2020, dati 2017).

### In pratica

Il testamento può essere pubblico, ovvero redatto presso un notaio, con la presenza del testatore e di due testimoni che non devono avere rapporti di parentela con lui e non devono essere citati come beneficiari, oppure olografo, quando il

testatore scrive personalmente a mano tutto il documento, che deve essere chiaro e leggibile, senza cancellazioni o correzioni. Per essere valido deve essere datato e firmato con nome e cognome dal testatore stesso. Il testamento può essere revocato o cambiato in ogni momento e non è necessario recarsi da un notaio per farlo, anche se può essere una buona norma depositarne una copia presso il proprio notaio, e quello con la data più recente sarà il solo ritenuto valido. Un diffuso pregiudizio vuole che solo chi disponga di un grande patrimonio possa fare un lascito ma, se ci si mette nei panni di un'organizzazione non profit, si comprende bene che ogni contributo è prezioso, piccolo o grande che sia. La legge consente di lasciare ogni bene materiale, qualunque sia il suo valore ovvero, oltre a contributi in denaro, titoli,

### Come VIDAS utilizza i lasciti

76% ATTIVITÀ ISTITUZIONALE DI CUI:

53% ASSISTENZA DOMICILIARE

33% CASA VIDAS E CASA SOLLIEVO BIMBI

3% DAY HOSPICE

11% RICERCA, FORMAZIONE, SENSIBILIZZAZIONE CULTURALE

24% PROMOZIONE E AMMINISTRAZIONE

azioni, fondi di investimento, TFR, polizze assicurative, beni immobili (case e terreni) e mobili (gioielli, opere d'arte, arredi). E ogni contributo farà la differenza.

### Perché disporre un lascito

La possibilità di dare un futuro alle nostre idee e alle nostre scelte anche quando non ci saremo più: uno strumento concreto, prima che un diritto, per far sì che quello che si è costruito in una vita non finisca con noi ma continui a dare frutti per moltissime stagioni di un'organizzazione non profit, si comprende bene che ogni contributo è prezioso, piccolo o grande che sia. La legge consente di lasciare ogni bene materiale, qualunque sia il suo valore ovvero, oltre a contributi in denaro, titoli,

**"In Italia solo 1 persona su 4 di quante ne avrebbero diritto riceve cure palliative"**

### Quando la riconoscenza diventa il motore dell'altruismo

Un lascito disposto dopo aver ricevuto l'assistenza di VIDAS e sostenuto dalla volontà che "anche altre persone possano ricevere un supporto così speciale e importante, in momenti difficilissimi. Più che prezioso: ineguagliabile."

Barbara conosce i medici e gli infermieri di VIDAS quando sua mamma si ammalò di tumore. "Sono venuti a casa nostra, si sono presi cura di lei, sempre gentili; sorridenti ma mai sfacciati; disponibili, giorno e notte. Sono rimasti fino alla fine, con rispetto, riconoscendo e affermando la dignità di ogni respiro. Anche dell'ultimo". Comossa, Barbara non risparmiò gli elogi per chi le è stata accanto nel momento più difficile: "Gli operatori sono degli angeli che piombano in casa in un momento tragico tra dolore e preoccupazione. Per loro farei qualsiasi cosa: le campagne di Natale, la raccolta fondi, la donazione mensile, persino destinare una parte della mia eredità". Così è Barbara ha fatto testamento a favore di VIDAS, poco prima di ricevere di nuovo l'assistenza, per il padre. "È tornato il medico che aveva accudito la mamma. Mi ha emozionato vedere le stesse mani accarezzare anche il volto di papà, ormai stanco. La vita inizia proprio con una carezza e con una carezza si conclude".

Scarica la guida dal sito [lasciti.vidas.it](https://lasciti.vidas.it)

**CON UN LASCIATO A VIDAS DONATE CURE E ASSISTENZA A TANTI MALATI INGUARIBILI**  
ALCUNE COSE CHE DOVETE SAPERE

- Fare un lascito non pregiudica i diritti dei vostri familiari.
- Anche un piccolo lascito può fare la differenza per le persone più fragili.
- Fare testamento è più facile di quanto pensiate: non occorre andare dal notaio.
- Il testamento può essere cambiato in ogni momento.
- Tutti i beni disposti a favore di VIDAS sono esenti da tassa di successione.

Con il patrocinio e la collaborazione del

## SCENARI

Vecchiaia più serena con un approccio corretto a vaccini, cibo, movimento, prevenzione, ricorso adeguato e prudente ai farmaci

# Alleanza per l'invecchiamento

## Un traguardo in cinque tappe

FULVIO FULVI

Immunizzazione, sana alimentazione, esercizio fisico, screening e un corretto utilizzo dei farmaci. Sono i cinque pilastri sui quali si basa l'invecchiamento attivo secondo l'Oms. Principi che vanno applicati, però, alla realtà di ogni singolo Paese attraverso politiche sociali adeguate e il coinvolgimento delle istituzioni e di tutti i soggetti che operano nel settore, famiglie comprese. Per approfondire e "rilanciare" questi temi, che sono di stringente attualità - in Italia sono più di 13 milioni gli "over 65" e si stima che nel 2050 saranno il 34,9% della popolazione -, HappyAgeing, l'alleanza nata nel 2014 tra società scientifiche, associazioni, enti e organizzazioni sindacali che si occupano di anziani e pensionati ha promosso per martedì prossimo a Roma gli "Stati generali" dell'invecchiamento attivo.

L'obiettivo ultimo è quello di rendere gli anziani che possono e vogliono essere ancora utili (non solo accompagnando i nipoti a scuola), dei veri protagonisti della società. Non si dovrà parlare più soltanto di "Millennials", insomma, ma anche di "Longennials". «Invecchiare bene è un vantaggio per tutti ma è necessario che lo Stato, le Regioni, i Comuni finanzino progetti a favore degli anziani - sottolinea Michele Conversano, presidente di HappyAgeing -, mettendo a disposizione fondi che non vanno considerati una "spesa" ma un "investimento" vero e proprio per il futuro. Basti pensare che oggi l'80% dei soldi pubblici per la sanità riguarda la cura di malattie croniche: bisogna invece prevenire anche per alleggerire il sistema e puntare a una vita lunga e in buona salute». L'Italia è il secondo Paese al mondo (dopo il Giappone) come longevità ma è il 9° nella classifica della

buona salute: «E questo è un gap costosissimo» commenta Conversano. Da dove si può cominciare, allora, per risalire la china e allungare la vita in salute? «È molto importante il nuovo Piano Nazionale di Prevenzione Vaccinale perché, la pandemia da Covid-19 c'è l'ha sbattuto in faccia con i numeri sulle vittime e i contagi, gli anziani sono i più esposti alle infezioni virali, non dimentichiamoci che ogni anno la "banale influenza" provoca in media 11 mila morti e che migliaia sono i ricoveri in ospedale». Il Pnpv è il primo step: prevede un fitto calendario di vaccinazioni raccomandate per gli "over 65", con l'obiettivo di arrivare al 90-95% di copertura per i soggetti più a rischio.

Essere in salute dopo la pensione, ma

anche utili agli altri. Ma come? «La comunità deve essere inclusiva, bisogna creare centri di aggregazione diffusi sul territorio, occasioni di incontro, culturali, sportive, ricreative, l'anziano va motivato, non deve perdere il contatto con la società e nemmeno con la famiglia, gli anziani detengono un patrimonio non solo morale e di memoria, basti pensare alla "silver economy": sostengono figli e nipoti, contribuiscono in modo rilevante al Pil». «L'importante - aggiunge il presidente di HappyAgeing - è non sbandare l'anziano offrendogli delle motivazioni». Resta il fatto che spesso è nelle grandi città, dove ci sono maggiori iniziative fruibili dagli anziani, che si verificano situazioni di solitudine e isolamento sociale. «Spesso nelle periferie

gli eventi non arrivano ma esistono rapporti sociali più stretti, come nelle piccole comunità». E laddove si verificano delle lacune devono entrare in gioco le istituzioni, chi svolge pubblica assistenza, il volontariato.

C'è poi la legge delega in materia di politiche a favore degli anziani non autosufficienti approvata il 31 marzo scorso dal Parlamento che deve essere messa in pratica con i decreti attuativi: un provvedimento che mira a semplificare le attuali politiche per la terza età e promuovere il coordinamento dell'assistenza in un quadro unitario e non più frammentato come quello attuale. «Non si può prescindere da questa legge anche per quanto riguarda la longevità - precisa Conversano - perché l'intero sistema deve portare a privilegiare la domiciliarità e i servizi socio-assistenziali sul territorio: si tratta, infatti, anche di prevenzione».

«Una politica di invecchiamento attivo efficace - secondo HappyAgeing - dovrebbe dunque mirare a conferire maggiore vitalità agli anni vissuti: l'obiettivo non è quello di aggiungere, ma di migliorarli sensibilmente».

Fanno parte di HappyAgeing: Federsanità - Confederazione delle Federsanità ANCI regionali, Fondazione Dieta Mediterranea, la Società Italiana di Geriatria e Gerontologia, la Società Italiana di Geriatria Ospedale e Territorio, la Società Italiana di Medicina Fisica e Riabilitativa, la Società Italiana di Igiene, i sindacati SPI CGIL, FNP CISL, UIL Pensionati e la Federazione Anziani e Pensionati ACLI. HappyAgeing è anche membro dell'IFA - International Federation of Ageing, prestigiosa organizzazione non governativa internazionale, presso le Nazioni Unite, impegnata a garantire l'invecchiamento attivo in salute su scala globale.

© RIPRODUZIONE RISERVATA

NOTIZIE IN BREVE

### Venezia, torna il Festival dei piccoli sulla socialità

Torna finalmente in presenza il Festival Fin da Piccoli, promosso dal Centro per la Salute del Bambino in collaborazione con il Comune di Venezia sul tema "Le radici della socialità". L'incontro per chi si occupa di prima infanzia è in programma sabato 14 ottobre dalle 9 alle 13.30 a Venezia nella splendida Casa di The Human Safety Net in piazza San Marco. La partecipazione è gratuita; per iscriversi inviare una mail a elisa.colombo@csbonlus.org

### Allattamento materno Anche i padri sono importanti

Non solo mamma e neonato: sempre più spesso alla diade, protagonista dell'importante pratica dell'allattamento, va ad aggiungersi anche la figura paterna, che svolge un ruolo significativo nel suo avvio e mantenimento. In occasione della Settimana mondiale per l'Allattamento (1-7 ottobre), la Società italiana di neonatologia (SIN), ribadisce l'importanza dei papà come "coprotagonista" all'interno della triade madre-padre-neonato.

### UNO STUDIO DELL'ONU SUI DIRITTI SANITARI DEGLI ANZIANI

#### Cambiamenti climatici e rischi per gli over 80

In occasione della Giornata del 2 ottobre l'Onu ha messo a tema il rapporto tra anziani e cambiamenti climatici. L'approfondimento - *Analytical study on the promotion and protection of the rights of older persons in the context of climate change* - affronta il problema del clima e il suo impatto sulle persone anziane. Il focus mira a difendere la qualità della vita, la protezione e l'accesso ai diritti umani per le persone anziane non solo nelle catastrofi indotte dal clima ma anche nelle tante situazioni estreme che si ripetono ormai con frequenza. Il tema è stato approfondito recentemente da una serie di studi negli Stati Uniti. In una ricerca pubblicata su *The Gerontologist*

sono state indagate le connessioni tra la salute degli anziani e i cambiamenti climatici, individuando due tendenze significative: l'invecchiamento della popolazione e l'aumento delle temperature, prefigurando un futuro potenzialmente critico. Gli autori dello studio, esperti nei campi della salute degli anziani, dei cambiamenti climatici e della loro intersezione, hanno descritto le loro scoperte e "i fattori che rendono gli anziani estremamente vulnerabili al calore" spiegando come gli investimenti pubblici dovrebbero concentrarsi nello sviluppo di sistemi di allarme per le condizioni meteo estreme e servizi di assistenza per anziani vulnerabili.

### LA SALUTE NEL PIATTO

Caterina e Giorgio Calabrese



#### Non solo vitamine Le susine sono anche ricche di antiossidanti

Il susino (*Prunus domestica L.*) è una pianta nota da lungo tempo in Medio Oriente ma in Europa la sua coltivazione sembra avere circa 2000 anni o poco più, Plinio il Vecchio nel I sec. d.C. riporta notizie su alcune varietà di susina dalle varie forme e colori. Parecchi ricercatori concordano nel ritenere che il genere *Prunus* abbia avuto origine in zona centro-asiatica. Il *Prunus domestica* o susino europeo è un albero di mole elevata, di caratteristiche rustiche capaci di adattarsi ai vari terreni. In Italia la produzione è localizzata soprattutto in Emilia-Romagna, Campania, Piemonte ed è destinata soprattutto al consumo fresco, immagazzinato in atmosfera controllata può essere conservato alcune settimane. Le prugne danno 42 calorie per cento grammi. È un frutto che nonostante il suo sapore lievemente aspro è più zuccherino di altri, ma proprio questo ha un effetto lievemente lassativo già efficace con un consumo moderato di circa 100 grammi, grazie ai cosiddetti "zuccheri osmotici" come ad esempio il sorbitolo, lo stesso che sintetizzato lo si trova in diversi integratori alimentari attualmente in commercio. Grazie al loro contenuto di vitamine le susine sono buone apportatrici di vitamina C (circa l'11% della RDA, cioè dose giornaliera consigliata), mentre hanno contenuti inferiori di vitamine A, B1, B3, B5 (intorno al 2-3% della RDA) e livelli più alti di vitamina K (6% della RDA), e ancora sali minerali come calcio, fosforo, e soprattutto potassio, utile per la diuresi. Le susine aiutano a reintegrare i minerali e sono un buon coadiuvante contro la stanchezza. La polpa è ricca di sostanze antiossidanti quali flavonoidi e polifenoli. Sono, inoltre,

disintossicanti e diuretiche. La prugna a buccia gialla è quella a contenuto di fibra il più elevato, mentre la prugna a buccia rossa è la più ricca di antiossidanti. Contengono, inoltre, difenil-isatina, una sostanza che stimola la funzione intestinale; le prugne, quindi, sono utili nella stipsi. Per il loro contenuto zuccherino gli slavi della parte occidentale della penisola balcanica, per distillazione, ottengono dalle susine un'acquavite chiamata *Slivovitz*. Secondo uno studio condotto dall'equipe del Dott. Bahram Arjmandi, della Florida State University di Tallahassee (USA) e pubblicato sul *British Journal of Nutrition*, le prugne secche aiutano a prevenire l'osteoporosi nelle donne in menopausa. I valori nutrizionali delle prugne secche (le migliori sono quelle della California) cambiano molto rispetto al prodotto fresco, le calorie schizzano a 220-230 per cento grammi. L'unico valore che ovviamente diminuisce, perché si tratta di un prodotto essiccato, è il contenuto d'acqua che da 87,5%, rispetto al prodotto fresco, scende a 29,3% mentre i minerali si concentrano molto ad esempio il potassio cresce ad 824, le vitamine invece, che si degradano con il calore, non possono concentrarsi anzi diminuiscono rispetto al frutto fresco. Per lo scopo di adiuvante intestinale possono essere consumati due o tre frutti essiccati, magari a colazione ammorlati in acqua tiepida, oppure nello yogurt, più gradevole e fresco nella bella stagione. La marmellata di prugne, sempre gradevole, mantiene inalterato il contenuto di fibra e può aiutare l'intestino pigro dei più piccoli che di solito mangiano poche verdure.

© RIPRODUZIONE RISERVATA

www.cittanuova.it

## CHIESA SINODALE

in cammino per un discernimento comunitario



M. Grech, S. Dianich, A. Borras, F. Coccopalmerio, P. Coda

**SINODALITÀ E PARTECIPAZIONE**  
Il soggetto ecclesiale della missione  
a cura di Vincenzo Di Pilato

Per una reale partecipazione dei laici alle attività decisionali della Chiesa

Un contributo al discernimento in atto nella Chiesa in vista dei lavori per la prima Sessione del prossimo Sinodo in Vaticano (ottobre 2023). Tematiche e proposte di interventi volti a riequilibrare il principio di autorità, fortemente affermato nella normativa vigente, e il principio di partecipazione. Per un rinnovamento delle strutture esistenti alla luce del processo sinodale.

pp. 112, € 13,90



Andrea Gagliarducci

**LA CHIESA DEL FUTURO**

dieci sfide per i Sinodi che verranno

Quanto l'essere sinodali è connesso alla vita della Chiesa?

E quale impatto su di essa potrà avere questo nuovo approccio? Attraverso le esperienze sinodali di oggi e del passato, le sfide che il popolo di Dio sarà chiamato ad affrontare nei prossimi anni in un processo che non prevede un'agenda o conclusioni prestabilite e a cui tutti siamo chiamati a partecipare per il futuro della Chiesa.

pp. 128, € 16,90



Piero Coda  
**CHIESA SINODALE NELL'OGGI DELLA STORIA**  
La via del discernimento comunitario  
a cura di Alessandro Clemenzia

pp. 196, € 15,90

disponibili su [www.cittanuova.it](http://www.cittanuova.it)  
nei bookshop online e in libreria



CITTÀ NUOVA

