

Sotto il Sole di Roma

Anno V - Numero 17-18
Ottobre 2009

Spedizione in abbonamento
postale Roma (comma 2 art. 1
Decreto Legge 24 dicembre
2003, n. 353)

Periodico dell'Associazione Alberto Sordi Onlus



NON TI PAGO

Un nuovo successo
della "Compagnia degli Ex-giovani"

Cari signori siamo di nuovo in pista. Stiamo parlando del teatro, perché dopo mesi di studio e fatiche abbiamo finalmente portato in scena una commedia di tutto rispetto. Si tratta della notissima commedia brillante "Non ti pago" che Eduardo De Filippo scrisse nel 1940 e che è stata rappresentata in tutti i maggiori teatri italiani ed interpretata da artisti di grande livello, a partire ovviamente dall'impareggiabile Eduardo.

La scena si svolge a Napoli, proprio nel 1940, nella casa di Don Ferdinando, proprietario di un banco lotto, il quale per quanto giochi settimanalmente fior di soldoni, non riesce a vincere nemmeno un misero ambo, mentre un suo dipendente, a suo tempo assunto perché povero in canna, azzecca sistematica-

mente vincite di grosso rilievo e si ripromette di sposare la figlia del principale. Una vincita particolarmente rilevante dell'aspirante genero, ben quattroccentomila lire, al quale i fortunati numeri sono stati forniti in sogno dal defunto padre di Don Ferdinando, fa precipitare la situazione fino a mettere in pericolo la vita dei protagonisti.

La commedia si dipana fra situazioni esilaranti fino alla felice, anche se tribolata, conclusione.

Il lavoro, estremamente impegnativo per tutti gli attori della "Compagnia degli ex-giovani", come sempre costituita da un mix di anziani e volontari del nostro Centro Alberto Sordi di Triggoria, è stata rappresentata in prima a Roma venerdì 5 giugno 2009 presso l'auditorium dell'Icef (continua a pag. 10)

UNA SERATA ...ARGENTINA

Ricordo di Alberto Sordi

Lunedì 15 giugno 2009 ha preso il via la 4° edizione del "Premio Alberto Sordi", e a teatro Albertone ha fatto il tutto esaurito.

Il Teatro Argentina è stato quest'anno la splendida cornice, che ha reso omaggio e celebrato il grande attore in occasione dell'anniversario della sua nascita.

La serata è stata una di quelle che non si dimenticano e il suo scopo uno dei più nobili. La raccolta di fondi, infatti, contribuirà a sostenere il progetto di ricerca scientifica per la sperimentazione di un vaccino per combattere il morbo di Alzheimer, sviluppato dalla Università Campus Bio-Medico di Roma. Ciò in linea con la politica della Fondazione Alberto Sordi di sostegno alla ricerca sulle malattie dell'età senile.

Una divertita e divertente Paola Saluzzi, egregiamente coadiuvata da Stefania Binetti, responsabile delle relazioni esterne della Fondazione e prima promotrice dell'evento, ha condotto sapientemente quella che è stata una vera e propria festa tra amici, così come avrebbe voluto Alberto. Nel suo intervento, il Sindaco di Roma Gianni Alemanno ha posto l'accento sul costante impegno della Fondazione a favore della cura e assistenza dell'anziano, visto come una preziosa risorsa. Ma i veri protagonisti della serata sono stati loro, gli anziani del Centro diurno anziani fragili, che hanno riempito il palcoscenico con la loro musica e con la loro poesia. Un momento tenero e commovente, vero regalo ad Alberto,

NELL'INSERTO CENTRALE IL RESOCONTO DEL CONVEGNO "VIVERE MEGLIO DA ANZIANI"
SVOLTOSI PRESSO IL CENTRO ALBERTO SORDI DI TRIGORIA

Eventi

UNA SERATA...ARGENTINA

Dalla prima pagina

che ha strappato alla platea l'applauso più vigoroso. (continua a pag. 2)

L'ingegner Sergio Utili, direttore della Fondazione Alberto Sordi, e presidente della Associazione Alberto Sordi onlus, ha poi esposto sinteticamente la *filosofia* del Centro Diurno Anziani Fragili, che mira a *fortificare* l'anziano, promuovendone gli interessi, arricchendone le conoscenze, esercitandone la memoria, rafforzandone, quindi, l'autostima, attraverso un impegnativo programma giornaliero di attività: non a caso la metodologia è denominata *la didattica del fare*.

L'avvocato Giorgio Assumma, presidente onorario della Fondazione, ha conferito il "Premio Alberto Sordi 2009" a personaggi dello spettacolo che si sono distinti per il loro impegno sociale: Renzo Arbore, Enzo Decaro, Enrico Montesano e Flavio Insinna. Tutti hanno voluto ricordare l'attore, non solo come grande artista e interprete, ma innanzitutto come persona, capace di grande generosità. I premiati hanno ricevuto dei bassorilievi in rame, pezzi unici realizzati dallo scultore Oliviero Rainaldi.

In un intervento registrato da Barcellona Paolo Maria Rossini, ordinario di neurologia all'Università Campus Bio-Medico di Roma e direttore del Centro Integrato di Ricerca, ha fatto il punto sull'andamento dell'attività di ricerca e, in particolare, sulla sperimentazione clinica di un vaccino in grado di limitare gli effetti del Morbo di Alzheimer. Paolo Arullani, presidente della Università Campus Bio-Medico, non ha nascosto la sua emozione nel ricordare quanto si è fatto negli ultimi 10 anni, dopo la posa della prima pietra fatta con Alberto.

Non sono mancati, naturalmente, momenti di vero divertimento, connotati allo spirito della manifestazione: la proiezione di spezzoni di gustose apparizioni televisive dell'attore, gli omaggi musicali di Lando Fiorini e di Edoardo Vianello, i due pezzi dei maestri cantori del Coro polifonico Siae e un affettuoso intervento dell'amico Giancarlo Governi.

A fine serata è stato presentato il volume, a cura di Valentina Pattavina, che fa parte del cofanetto "Alberto Sordi Pre-



Il Sindaco di Roma Alemanno sottolinea l'impegno della Fondazione e dell'Associazione Alberto Sordi a sostegno degli anziani



Paola Saluzzi intervista i nostri attori



Il gruppo dei premiati.

senta Albertone" (Einaudi Stile Libero) che comprende anche un Dvd, realizzata in collaborazione con Rai Trade e Videoerre. «Nonnetta o nonnetta mia,

tu sei tanto stanca e non puoi camminar.....» Così cantavi Alberto, ma grazie a te la nonnina non è più sola. Grazie per la bella serata....perchè tu c'eri,

I NOSTRI ANZIANI AL TEATRO ARGENTINA

Incuranti delle palpitazioni – le loro sul palco, le nostre in platea e dietro le quinte – con la sicurezza di chi ha consumato per anni le tavole del palcoscenico, una decina dei nostri eroi, gli anziani del Centro di Trigatoria sono andati in scena *nientepopodimeno* al teatro Argentina.

Luci, velluti, atmosfera e pubblico di teatro vero. Palchi, platea e loggione: tutto esaurito. Pubbliche autorità e personaggi del mondo dello spettacolo tra gli spettatori. Il tutto non ha intimidito – anzi al contrario! – ha spronato i nostri a dare il meglio di sé, interpretando secondo copione il ruolo di protagonisti, catturando la scena e conquistando il pubblico fino alla *standing ovation* finale.

È andata proprio così. Un crescendo di emozione e simpatia dall'inizio, con l'entrata in scena del nipotino di una di

loro (nonna Jole), alla fine, con la poesia di Lucia "Grazie Albe" che ha messo il groppo in gola a tutti. In mezzo, l'entrata in scena di Maura, Clara e Assunta, prestatasi con grazia al ruolo di soubrette vezzose e "civettone" e lo spigliato dialogo a braccio con la presentatrice da parte di Silvana, Gianna e del sempre verde David che ha strappato consensi e sorrisi sinceri. Una performance brillante e carica di umanità che ha ben rappresentato lo spirito e i valori del Centro.

Una serata scivolata con emozione e piacere per tutti i nostri anziani. Quelli in scena da attori e quelli in sala da spettatori. Per le "soubrette" (sì, anche noi le abbiamo), le più fortunate, l'affettuoso segno di considerazione del sindaco che ha voluto salutare e ringraziare personalmente.

Adriano Colafrancesco



Nella foto in alto, l'Assessore del Comune di Roma Sveva Belviso ed i rappresentanti del Municipio XII. Al centro, i preparativi degli interventi musical-cabarettistici, qui sopra, il quartetto in azione

SETTIMO ANNIVERSARIO DEL CENTRO

Quest'anno il Centro anziani fragili di Trigatoria ha compiuto sette anni. La festa per celebrare l'evento si è tenuta il 9 luglio 2009, con la partecipazione dei nostri anziani con le famiglie, dei volontari del Centro e delle persone che sono vicine al Centro ed alla Associazione.

La celebrazione è iniziata con un incontro nell'aula Magna del Cesa; ha introdotto i lavori la dott.ssa Sveva Belviso, assessore alle Politiche sociali, che ha illustrato le linee di azione del Comune di Roma a favore della popolazione anziana con particolare riferimento alle iniziative predisposte per il periodo estivo. Successivamente hanno preso la parola il presidente del XII° Municipio Pasquale Calzetta e l'assessore alle Politiche sociali Gemma Gesualdi mettendo in evidenza l'importante ruolo svolto dai Centri anziani nel territorio del XII° Municipio ed usando parole di particolare apprezzamento per l'attività svolta dal Centro Alberto Sordi. Infine ha parlato il presidente della Commissione Affari sociali Nicola Pezzone.

Dopo gli interventi delle autorità ha avuto inizio la presentazione "Passeggiando nel tempo...immagini e parole" in cui Ennio Di Filippo e Anna Maria Parisi, alternandosi al microfono ed

anche con l'aiuto di sofisticati sistemi audiovisivi, hanno sfogliato "l'album fotografico di famiglia" mostrando e commentando, con i toni misurati e compiaciuti del buon padre di famiglia, gli eventi più rappresentativi e significativi del Centro in questi suoi sette anni di vita. La presentazione cronologica delle varie attività ha messo in evidenza la crescita ed i progressi fatti nel tempo che sicuramente qualificano e premiano la qualità del lavoro svolto al Centro: ma quello che ha più impressionato è stato il senso di serenità, di amore e di sentita partecipazione che traspariva dalle persone ritratte in quelle immagini che scorrevano sullo schermo.

Terminati gli interventi in aula, i festeggiamenti sono proseguiti sulla terrazza dove è stata servita una cena organizzata, sia nel menù che nel servizio, con molta cura e professionalità; una particolare menzione va fatta per i dolci preparati dagli anziani.

La manifestazione si è conclusa con un frizzante spettacolo di cabaret: "Accade nel tempo" professionalmente interpretato da un entusiasta gruppo di anziani con la illuminata regia di Massimo Tesoriero, da tempo volontario del Centro.

La rappresentazione è stata molto

apprezzata dal pubblico: tutti gli attori hanno riscosso un grosso successo per le loro esibizioni in scenette comiche recitate in allegria anche se, in qualche caso, con il prezioso supporto di... presidi ortopedici.

Auguri di buon compleanno con la convinzione che il Centro gode di ottima salute e mostra con sempre maggior evidenza la validità del progetto che sette anni fa ne ha ispirato la costituzione.

Eventi

UNA RICORRENZA DA NON DIMENTICARE

Ormai siamo oltre l'estate... ed è lontano l'ultimo momento liturgicamente forte che abbiamo vissuto, cioè la Pasqua, preceduta dalla passione e morte di Nostro Signore.

È anche vero che per i cristiani ogni domenica – ogni Messa – è Pasqua cioè il ritorno reale di Gesù tra noi sotto le specie dell'Eucaristia.

Dico questo perché anche noi al Centro abbiamo vissuto con intensità tutta la quaresima con piccoli gesti di generosità o rinunciando a qualche festeggiamento particolare.... Abbiamo intensificato, man mano che ci avvicinavamo alla Settimana Santa, i nostri atti di pietà e di preghiera comunitaria. Il momento più intenso e forte di questo periodo – oltre il rosario e la Santa Messa per chi lo desiderava – è stata la pratica della Via Crucis. Nel pregare ci si fermava davanti ad ogni stazione invocando il perdono di Gesù per i nostri peccati.

Quest'anno il valore aggiunto nella nostra cappella è stato la messa in opera



La Cappella del Centro Alberto Sordi

delle formelle che rappresentano le 14 stazioni della Via Crucis. Sono in legno con intarsi pregiati e di tonalità diverse e catturano l'attenzione di chi si sta immedesimando nella vicenda raffigurata: se il colore dominante è scuro, Gesù sta vivendo momenti molto dolorosi, se compaiono intarsi di legno più luminoso si coglie che Gesù ha un attimo di sollievo come quando incontra Sua Madre o la Veronica Gli terge il Volto.

L'artista che ha disegnato le formelle – Paola Grossi Gondi – è riuscita nell'in-

tento di far vivere allo spettatore uno stato d'animo grazie alla sua immaginazione, e a pregare meglio.

Tutta la Via Crucis è armoniosamente inserita nel contesto della cappella, dove si percepisce un calore particolare dovuto in parte al legno, caratteristica di tutto l'arredo, ma soprattutto all'ambiente accogliente e luminoso che ogni persona che viene al Cesa può trovare soprattutto se sale a salutare il Padrone di casa, cioè Gesù nel Tabernacolo.

Gemma Napoli

S. MARIA DELLA PACE

Il 23 aprile ci siamo recati in pellegrinaggio, con tutti gli anziani del Centro, alla chiesa di Santa Maria della Pace, in viale Bruno Buozzi, dove sono conservate le spoglie di San Josemaría Escrivá, fondatore dell'Opus Dei.

Tra gli anziani c'era una certa curiosità: la chiesa infatti, nonostante la notorietà dell'Opus Dei, risultava per lo più sconosciuta alla maggior parte dei partecipanti. Appena varcato il cancelletto d'accesso dell'edificio un'atmosfera di profondo raccoglimento ha avvolto tutti all'improvviso: il sorriso con cui siamo stati accolti, come cari amici di vecchia data, dalle persone addette alla portineria, il silenzio di pace che regnava all'interno, l'ambiente curato in ogni dettaglio con una attenzione amorevole, hanno subito toccato il cuore dei visitatori.

Il 31 dicembre 1959 San Josemaría celebrò la prima Messa in Santa Maria della Pace: la chiesa, dopo che l'Opus Dei è stata eretta a Prelatura personale,

è diventata la chiesa prelatizia. La particolare devozione di San Josemaría alla Vergine Maria si esprime nel titolo della chiesa, dedicata appunto alla Madonna della Pace, la cui immagine è collocata nell'abside.

Nel vestibolo d'ingresso c'è una grande statua, dedicata a Maria Madre del Bell'Amore, opera dello scultore Scianca Lepore, mentre all'ingresso della chiesa è collocato il fonte battesimale, ora adibito ad acquasantiera, dove il Santo, nato a Barbastro (Spagna), fu battezzato il 13 gennaio del 1902.

Le spoglie di San Josemaría riposano sotto l'altare della Chiesa all'interno di un'urna, decorata con medaglioni che ne raffigurano il volto.

La visita del gruppo degli anziani è proseguita nella cripta, dove si trova la cappella del Santissimo e numerosi confessionali, e dove è sepolto mons. Alvaro del Portillo, vescovo e primo successore di San Josemaría alla guida

dell'Opus Dei, di cui è stato recentemente avviato il processo di beatificazione.

Gli ospiti del Centro hanno quindi partecipato alla Santa Messa, officiata da don Marino, il quale, in apertura, ha rivolto loro affettuose parole di benvenuto, ricordando, tra l'altro, la felice coincidenza della data del 23 aprile con la ricorrenza della Prima Comunione di San Josemaría, ricevuta, appunto, in quello stesso giorno del 1912.

Dopo la Santa Messa, un'ultima visita, particolarmente toccante, al piccolo chiostro lungo le cui pareti sono custoditi, con commovente cura ed attenzione, numerosissimi oggetti di uso quotidiano appartenuti a San Josemaría: semplici ed ordinari oggetti di toletta, talune suppellettili per la colazione, appunti manoscritti dei suoi testi, oggetti di devozione che trovavano posto sul comodino della sua stanza da letto, capi di vestiario, ricordi dei suoi familiari più cari,... gli occhiali che sono sembrati a molti così familiari, per averli visti tante volte, nelle foto e nei filmati, su quel volto sempre sereno e sorridente.

PELLEGRINAGGIO A S.MARIA DI GALERIA

Assistiti da una dolce giornata primaverile, attraversiamo la splendida campagna romana a nord di Roma, fra il mare ed il lago di Bracciano, per recarci in pellegrinaggio in un luogo fuori dal tempo e lontano dai normali circuiti turistici pur essendo così vicino alla capitale: S.Maria di Galeria.

Si tratta di un piccolo borgo sorto nel '600, dove pian piano si trasferirono tutti gli abitanti della più antica Galeria, che sorgeva a poca distanza sulle rive del torrente Arrone, che periodicamente sommergeva con le sue acque la cittadina. Di questa rimangono tuttora alcuni resti di palazzi e di una chiesa, ma la vegetazione ha ormai sommerso la zona e la visita, pur interessante, è assai difficoltosa.

Il nostro borgo invece è ancora abbastanza integro e, dopo un grande cortile con una fontana circolare ombreggiata dai tigli, superato un arco, si entra nella parte più antica con un altro cortile più piccolo circondato completamente da case dall'evidente aspetto contadino. Qui infatti vivevano gli abitanti del posto, quasi completamente dediti al lavoro dei campi circostanti. Alla fine della piazzetta si trova la piccola chiesa di Santa Maria in Celsano con una breve ma ripida scalinata, che mette un po' alla prova i nostri amici anziani peraltro ben assistiti dai volontari.

Alle 11, con la partecipazione di tutti, inizia la Santa Messa celebrata dal nostro don Marino, e seguita dagli anziani con particolare devozione e profonda partecipazione, al termine della quale un volontario illustra ai presenti la storia del borgo e i begli affreschi che caratterizzano le pareti della chiesa, richiamando l'attenzione in particolare su uno splendido volto di cherubino.

All'uscita vediamo su un muro una targa di ringraziamento al Signore per aver risparmiato il borgo dal flagello della 2' guerra mondiale. Qui infatti si rifugiarono molti abitanti delle zone circostanti e sopravvissero senza occupazioni, bombardamenti e altre atrocità. Deve essere proprio un posto benedetto da Dio!

Dopo una gradita sosta nella "Trattoria del fosso" riprendiamo la via del ritorno. Qualcuno più stanco chiude gli occhi,

qualcun altro ripensa alle ore appena trascorse, ma c'è anche chi non sente più l'età e pieno di curiosità e speranza si rivolge al personale del Centro e chiede: «Dove ci portate la prossima volta?». Giacomo Predassi



Un momento della Santa Messa

FESTA DELLA FAMIGLIA



Festa della Famiglia: ricordi ricostruiti ed impreziositi dagli anziani per i loro familiari

RICORDO DELL'ULTIMO CARNEVALE



Carnevale: un gran bel lavoro ed un'occasione per divertirsi insieme anziani e giovani

CORREDI DI BUGIE

Dei miei cinque figli, quattro sono donne. La più grande di queste ha ormai settantadue anni, la più giovane sessantuno. Sono quindi nate tutte e quattro tra la seconda metà degli anni trenta e la fine degli anni quaranta del secolo scorso, a Teramo, di dove la mia famiglia è originaria.

A quei tempi la vita di una famiglia numerosa non era facile: grandi erano i sacrifici e le rinunce che si imponevano alle mamme per far quadrare il bilancio familiare ed il peso delle tradizioni, allora molto radicate, dettava precise regole di comportamento. Una tra queste il corredo delle figlie femmine.

Appena nasceva una femmina, nasceva anche, tra me e mio marito, la stessa identica discussione: «Si deve subito porre mano al corredo per quando sarà grande!», dicevo io; «Aspetta almeno che diventi una signorina e si fidanz!», mi rispondeva lui.

La mia fretta, in realtà, nasceva da due ragioni principali: la prima economica, in quanto concentrare l'allestimento di un corredo in un breve spazio di tempo sarebbe risultato insostenibile per i nostri mezzi; la seconda pratica, poiché la preparazione dei corredi avveniva tutta ad opera delle mie stesse mani, e quindi, considerata l'entità degli stessi, era per me necessario cominciare ogni volta con anni ed anni di anticipo.

Ed ecco come, secondo tradizione,

quella che è stata la composizione finale dei corredi delle mie figlie, tutti e quattro da me tessuti con il telaio che ancora conservo, orlati e ricamati o rifiniti all'uncinetto: dodici paia di lenzuola matrimoniali di lino ricamate; dodici asciugamani di lino ricamati e rifiniti con frangia; ventiquattro salviettine da bagno; dodici tovaglie ricamate da dodici posti con relativi tovaglioli; una tovaglia da sei posti con tovaglioli; dodici canovacci da cucina; tre coperte matrimoniali, delle quali una di lana ricamata, una di misto lana, ed una di cotone bianco lavorato all'uncinetto; un rivestimento per coperta imbottita matrimoniale.

Per quieto vivere con mio marito, tutto questo lavoro, secondo lui frutto della mia esagerazione, avveniva in gran riserbo. Eppure spesso, colta sul più bello al telaio, oppure intenta ad un ricamo o ad un orlo a giorno su una stoffa nuova nuova, scattava inevitabilmente la bugiola: «ma no...era un avanzo di stoffa che ho trovato in fondo al baule...», oppure «...sto riparando una tovaglia di un'amica...», e così via.

Naturalmente mio marito, che era un



uomo intelligente, aveva capito tutto e sono sicura che, al di là dell'atteggiamento un po' brontolone, apprezzasse la mia buona volontà. E quando, tanti anni dopo, alla notizia del fidanzamento di una delle figlie, constatava con sollievo che almeno il problema del corredo era stato già risolto in anticipo, sicuramente in cuor suo mi era molto riconoscente.

Carmela Recchia

FESTA DI FINE ESTATE

Dei miei cinque figli, Alessandro è sempre stato il più vivace. Oggi Alessandro è un distinto signore di sessantatré anni, nonno affettuoso di due nipotini, ma se lo aveste conosciuto da ragazzino.....

Sembrava la personificazione del moto perpetuo: sempre di corsa a perdifiato, o in bicicletta a rotta di collo, saltava, ruzzolava di continuo; insomma, non si riusciva mai a vederlo un momento a riposo.

In questa sua esuberanza, era anche un grande trasciatore di fratelli e compagni di gioco in avventure a dir poco

movimentate, per organizzare le quali certo non mancava di fantasia.

Insomma, sono sincera: quando Alessandro era fuori dalla mia vista ero in continua apprensione a causa della sua indole spericolata. Solo quando rincasava, tutto accaldato, sudato, a volte con i vestiti sbrindellati, ma sempre con gli occhi ridenti, tiravo un sospiro di sollievo, anche se il più delle volte dovevo sistemargli qualche cerotto.

Era un' estate di circa....bè, saranno ormai più di cinquant'anni fa. Lo ricordo bene perché Alessandro doveva avere meno di dieci anni.

Ci trovavamo con tutta la famiglia a Leonessa, in provincia di Rieti.

Naturalmente l'assenza di impegni scolastici, la vita sempre all'aria aperta, le tante nuove amicizie strette con i ragazzi del luogo e con gli altri coetanei lì in vacanza contribuivano a "scatenare" ulteriormente la già naturale vivacità di mio figlio. Diciamo pure che a motivo di ciò Alessandro si era creato una certa fama in tutto il paese.

Sul finire della stagione, come spesso accade nei centri frequentati da villeggianti, si organizzava a Leonessa la tradizionale festa di fine estate. Una delle

IN SOCCORSO DI UN LATIN LOVER

Nella seconda metà degli anni cinquanta ero una ragazza intorno ai venticinque anni, attornata da una ben assortita comitiva di amici allegri e simpatici, con i quali dividevo tante occasioni di divertimento sano e genuino.

Nell'Italia della seconda metà degli anni cinquanta i giovani si erano ormai gettati dietro le spalle le brutture della guerra ed il carico delle difficoltà della ricostruzione del Paese, e guardavano con ottimismo e fiducia ad un futuro di rinnovato benessere.

Ricordo quegli anni come pieni di allegria e di entusiasmo quando, per noi ragazzi, le gite fuori porta, le cene in trattoria, e le sale da ballo costituivano attrattive veramente irresistibili.

Il ritrovo preferito della nostra comitiva era Tivoli, dove frequentavamo, nei pressi di Villa Adriana, un locale molto carino, dove si poteva ballare e mangiare.

Uno dei ragazzi del gruppo, Amedeo, era veramente bello ed affascinante, e, naturalmente molto corteggiato. Dicevano tutti che assomigliava a William Holden, che, in quegli anni, incarnava l'ideale di tutte le ragazze, che sognavano di essere con lui sulla collina di Hong Kong come Jennifer Jones nel film "L'amore è una cosa meravigliosa".....

Ma Amedeo, consapevole del suo seguito, aveva il vizio di correre un

po' troppo dietro a tutte le gonnelle. Per tenere in piedi anche più di un fidanzamento in contemporanea, si riduceva immancabilmente ad affastellare una serie di pietose bugie che poi non riusciva più a far stare in piedi, elargendo anche promesse di serie intenzioni matrimoniali, di cui poi si pentiva amaramente.

Ricordo che, per sciogliersi da una di queste situazioni particolarmente ingarbugliate, mi supplicò di intervenire in suo aiuto costringendomi a dire una bugia se possibile ancora più madornale di quelle a cui era abituato.

Aveva condotto la sua fidanzata di turno nel famoso locale di Tivoli dove si ritrovava abitualmente la nostra compagnia. Lui si era seduto ad un tavolo con la ragazza e noi amici ci eravamo sistemati discosti, ad un altro tavolo, fingendo di non conoscerlo.

Ad un certo punto, non vista da loro due, mi distaccai dal tavolo degli amici, mi avvicinai alla coppia, e con l'atteggiamento più gelido e tagliente che mi riuscì di interpretare, sibilai alla malcapitata: "Signorina scusi, come mai si trova in questo locale con mio marito?" Vi lascio immaginare la reazione della poverina: piantò lì su due piedi il mio finto marito dopo avergli detto per benino il fatto suo, e, almeno di quella fidanzata, Amedeo riuscì a liberarsi in quattro e quattr'otto.

Confesso che, quando ci ripenso, mi



pento un po' per l'umiliazione inflitta per scherzo a quella ragazza, ma poi mi consolo sperando che abbia incontrato sulla sua strada qualcuno certamente più affidabile di quel latin lover, e che abbia potuto costruire con lui una bella famiglia.

Marisa Signorini

maggiori attrattive della festa era costituita dallo spettacolo di fuochi d'artificio.

Eravamo già tutti schierati in attesa di goderci lo spettacolo, quando è proprio il caso di dire che "scoppiò" un inaspettato colpo di scena: la polvere pirica necessaria al funzionamento dei fuochi....era sparita!!!!

Lo sconcerto fu enorme per tutti. Comprensibile la mortificazione degli organizzatori della festa.

Meno comprensibile la bugia che uno tra questi, per tirarsi fuori dal grande imbarazzo, architettò ai danni di Alessandro: "E' stato lui a nascondere i fuochi! Non è altro che una delle sue soli-

te birichinate!"

Tale falsità venne subito da me smontata portando una prova certa della assoluta estraneità di mio figlio rispetto all'accaduto. Il materiale necessario ai fuochi d'artificio era stato infatti recapitato in paese nel corso della mattinata, proprio quando tutta la famiglia era fuori per una gita, al rientro della quale ci eravamo recati tutti insieme direttamente alla festa.

Fu semplice contraddire il bugiardo...eppure dopo tanti anni assaporo ancora la piccola amarezza di una festa di fine estate guastata da una bugia.

Elisa D'Angelo



UNA BUGIA TRASFORMATA IN BELLA SORPRESA

Delle tante raccomandazioni di mia madre, una in particolare mi è rimasta sempre impressa: «bada sempre ai possibili imprevisti; fai in modo di poter sempre contare su qualche risparmio e ti sentirai più sicura in tutte le occasioni». Figurarsi che, per inculcarmi tale insegnamento, mi aveva abituato, quando uscivo anche per una passeggiata, a portare sempre con me qualche soldino, piccolo tesoro che io il più delle volte sistemavo accuratamente...all'interno di uno dei calzini.

Ma il tempo del soldini nel calzino è volato in un baleno, e così, nel 1954, eccomi già tutta presa dai preparativi del mio matrimonio, con tutto ciò che esso comportava in termini di organizzazione, sistemazione del corredo e della futura casa, inviti al ricevimento di nozze, e, naturalmente..... grandi spese.

Quando si trattò di pianificare un minimo la gestione finanziaria della nascente famiglia, il mio allora fidanzato mi chiese se, per caso, si potesse contare su qualche mio risparmio, che, in aggiunta ai suoi, avrebbe senz'altro facilitato l'avvio della nuova vita coniugale.

In realtà, grazie alle mie abitudini sempre parsimoniose, a quel tempo avevo messo da parte un bel gruzzoletto: circa un milione di lire, che allora costituiva una cifra di tutto rispetto.

Nel momento in cui stavo per intraprendere una nuova vita, e pur con tutto l'amore e la fiducia che già da allora nutrivo per mio marito, la mia natura cauta e previdente mi suggeriva di conservare integro e segreto quel piccolo tesoro, per far fronte a tutte le esigenze straordinarie ed agli imprevisti che si fossero presentati in futuro. Così a quella domanda la mia vocina interiore, mi spinse a dire una bugia: «No, mi dis-



piace, ma purtroppo non ho nulla da parte».

Tre o quattro anni dopo, mio marito, rincasando dal lavoro, mi raccontò che era stata reclamizzata, presso il personale del suo ufficio, una conveniente occasione di acquisto della Fiat Seicento. Il tono del suo racconto mi appariva un po' distratto, e forse anche un po' deluso: non avevamo ancora potuto accantonare i soldi contanti sufficienti all'acquisto della nostra prima automobile e, per quanto riguardava le eventuali rateizzazioni, pure possibili, era ben al corrente della mia assoluta contrarietà alle cambiali.

Quella sera, dopo cena, feci in modo di rimanere alzata mentre lui già dormiva: rividi tutti i conti necessari all'acquisto della macchina, e considerai

tutte gli impegni collegati (assicurazione, bollo, ecc...). Solo quando fui ben sicura che il mio gruzzolo era ampiamente sufficiente a sostenere la spesa, presi la decisione definitiva.

La mattina seguente la magnifica novità per mio marito: «questo è tutto quello che ti occorre per comprare la Fiat Seicento. La bugia che ti ho detto quando ci siamo sposati è servita a prepararti questa sorpresa».

La contentezza di mio marito è stata pari allo sbigottimento. Io, da parte mia, ho approfittato dell'occasione per prendere la patente di guida, e, grazie a Dio, dopo cinquanta anni senza incidenti, sfreccio ancora al volante.....sempre con prudenza però.

Rossana Ialongo

UNA SIGNIFICATIVA COLLABORAZIONE

L'Associazione Alberto Sordi e l'Istituto Romano San Michele nel marzo 2009 hanno stipulato un accordo quadro per la collaborazione in attività sociali rivolte in particolare all'anziano fragile.

L'Istituto Romano San Michele, la più grande Istituzione pubblica di assistenza e beneficenza (Ipab) di Roma, per rilevanza patrimoniale ed attività di assistenza, è il risultato della fusione, nel corso dei secoli, di altre opere pie. Il primo nucleo risale al 1582, sotto papa Sisto V. Il complesso monumentale di San Michele a Ripa Grande, oggi sede di uffici del Ministero per i beni culturali, nato nel 1686 come Istituto apostolico San Michele, in Europa venne considerato un modello di organizzazione di assistenza pubblica innovativo, poiché ospitava, contemporaneamente, orfani e ragazzi bisognosi, vecchi e 'zitelle'. Presto, a tale originaria funzione di ricovero e correzione di soggetti socialmente difficili si affiancò quella educativa, mediante l'istituzione di scuole di arti e mestieri e l'avvio di attività produttive manifatturiere: un lanificio, l'arazzeria, una stamperia.

L'attuale Istituto Romano San Michele è sorto dalla fusione, disposta nel 1928 con Regio decreto legge, dell'Ospizio di San Michele e dell'Orfanotrofio di Santa Maria degli Angeli. La sede dell'istituto, realizzata poi nel 1937 in piaz-

zale Antonio Tosti, nel quartiere di Tor Marancia, si estende su un'area di circa 120.000 mq ed è costituita da 12 palazzine multipiano inserite in un ampio parco dove hanno sede una Residenza sanitaria assistita e una Casa di riposo per anziani autosufficienti e parzialmente autosufficienti.

L'Associazione Alberto Sordi e l'Istituto Romano San Michele hanno sottoscritto un progetto sperimentale il quale prevede che, con cadenza settimanale, cinque anziani ospiti della Casa di riposo del San Michele frequentino per un anno, tre volte a settimana, il Centro diurno Alberto Sordi e partecipino alle attività previste nel programma giornaliero del Centro. La sperimentazione mira a valutare gli effetti sulla singola persona in termini di benessere, di recupero/mantenimento delle facoltà psicofisiche, di miglioramento nel campo relazionale-affettivo, in generale della qualità di vita.



I rappresentanti dell'Istituto Romano San Michele e dell'Associazione Alberto Sordi stipulano l'accordo

Durante la frequentazione del Centro verrà effettuata, con test specifici, una valutazione all'ingresso, a sei mesi ed al termine della frequentazione, tesa a rilevare e valutare le modifiche funzionali, psicologiche e sociali avvenute negli anziani dell'Istituto durante il periodo di frequentazione del Centro. Il Progetto, in corso da alcuni mesi, evidenzia già alcuni elementi significativi ed interessanti: la costanza di chi cerca di non mancare mai, il desiderio di partecipare e l'impegno posto nelle attività, la disponibilità a fare nuove amicizie, la soddisfazione di uscire da una realtà strutturata e di aprirsi a nuove esperienze con altri anziani, contenti di aver trovato altri compagni di "avventura".

ANZIANI E GIOVANI: UN INCONTRO PROFICUO

Da diversi anni l'Istituto d'istruzione superiore per la formazione di tecnici dei servizi sociali Diaz collabora con l'associazione Sordi presso il Centro di Trigoria.

Uno degli aspetti più significativi del tirocinio è la capacità di relazionare con persone non più giovani ma che trasmettono ricchezza di vita.

Gli allievi, all'inizio timorosi e incerti nella relazione, grazie all'accoglienza degli anziani si sono sentiti accettati e rasserenati ed hanno potuto interagire con naturalezza. Hanno pertanto partecipato con grande interesse e vivacità, affiancandosi agli operatori e volontari dell'Associazione e apprendendo così



le diverse tecniche di relazione che man mano venivano suggerite. Gli alunni hanno creato occasioni di gioco e svago

che sono piaciuti agli ospiti del Centro. Tra i momenti più significativi, le feste di Natale, di Carnevale e la Pasqua, in occasione delle quali le allieve hanno realizzato autonomamente molteplici interventi, al punto che anche noi docenti siamo rimaste positivamente colpite. L'Istituto Diaz ritiene che questo tipo di tirocinio sia fondamentale per la preparazione dei futuri operatori per i servizi sociali e auspica che questa collaborazione possa proseguire negli anni per poter regalare da una parte momenti gioiosi agli ospiti del Centro e dall'altra un valido contributo alla formazione professionale degli allievi.

Le docenti del Diaz

Attività

"NON TI PAGO" *Dalla prima pagina*

(Iniziative culturali, educative e familiari) e replicata il 12 giugno presso il teatro Aldo Fabrizi di Morlupo, su invito dell'Associazione Pro-Montelarco, ed il 31 luglio nella splendida cornice del Teatro comunale di Fiumicino – magnifico esempio di teatro in classico stile Liberty – nell'ambito della nota manifestazione "Fiumicino Family Festival", di cui ha costituito una delle principali attrattive, suscitando in tutte le occasioni calorosi apprezzamenti ed applausi a scena aperta.

Tutti gli attori hanno recitato con estrema bravura e professionalità, interpretando le rispettive parti con passione, sensibilità ed ironia, riuscendo a cogliere e a trasferire negli spettatori il significato più profondo del pensiero di Eduardo. Il tema di fondo della commedia è infatti quello della famiglia - tema ricorrente nei lavori di De Filippo - che, dopo una crisi profonda, espressa peraltro con toni originali e coinvolgenti, ritrova alla fine l'unità e la serenità temporaneamente smarrite.

Con un simile testo il divertimento è assicurato, soprattutto se ad interpretarlo è un gruppo di ex-giovani la cui età media supera i settant'anni, con varie presenze al disopra degli ottanta: il successo registrato in tutte le rappresentazioni, le sonore risate e gli intensi e

calorosi applausi a scena aperta che hanno accompagnato gli spettacoli hanno rappresentato un inestimabile riconoscimento per gli emozionatissimi attori, gratificati fra l'altro da una insperata e graditissima sorpresa. Senza nessun preavviso è infatti intervenuto alla prima rappresentazione, all'insaputa di tutti, un illustre ospite: Luigi De Filippo il quale, al termine dello spettacolo, ha voluto salire sul palco per congratularsi con la Compagnia, sottolineando la bravura degli attori e fornendo lui stesso un gradevolissimo intermezzo inframezzato da complimenti e



Un momento della commedia e il saluto al pubblico della Compagnia

battute. Grazie Luigi da parte di tutti noi.

Presto si replica: arrivederci!

E.A.

VISITA DI VOLONTARI SLOVENI

Il giorno 30 marzo 2009 è venuta in visita nel nostro Centro una delegazione di volontari sloveni, nell'ambito del progetto "Think Future Volunteer together", promosso da Spes, Centro servizio per il volontariato nel Lazio in collaborazione con il Cev - Centro europeo volontariato ed alcuni Centri nazionali.

L'obiettivo del progetto è promuovere il coinvolgimento attivo degli anziani nel volontariato in Europa, attraverso la realizzazione di un programma di scambi internazionali. Il progetto è promosso e finanziato dalla Commissione europea - Direzione generale occupazione affari sociali e pari opportunità nell'ambito del più ampio progetto "Azione preparatoria Enea" per l'invecchiamento attivo e la mobilità degli anziani.

Riportiamo di seguito alcune osservazioni espresse dalla coordinatrice della visita, Helena Kciski.

«Ci rechiamo in visita all'Associazione Alberto Sordi, nella sede che si trova all'interno del Campus Biomedico di Triglia alle porte di Roma. Veniamo subito accolti dalla direttrice Anna Maria Parisi e dal vicepresidente Ennio Di Filippo. Quest'ultimo ci fornisce qualche indicazione sul lavoro condotto dall'Associazione, sulla storia del Centro, sui principi che ne ispirano l'azione a servizio della persona, su ciascun anziano.

Dopo questa introduzione sul Centro, è il momento di vedere con i nostri occhi le attività. E non solo vedere, ma anche partecipare: le nostre volontarie slove-

ne diventano infatti protagoniste tirandosi su le maniche e iniziando a cucinare per gli anziani del Centro.

Nel frattempo gli altri fanno un giro per i diversi laboratori: cucito, musica, decoupage, falegnameria, inglese, teatro e tanti altri. Dopo aver pranzato tutti insieme, la giornata continua cantando divertenti stornelli romani. Ma anche gli sloveni si divertono, intonando i loro canti tradizionali.

Si respira un'atmosfera di amichevole complicità fra gli anziani italiani e sloveni, volontari e non.

Alla fine ci riuniamo tutti nella sala dove precedentemente avevamo assistito ad una mini-rappresentazione teatrale, per tirare le somme della giornata.

I volontari sloveni riportano le loro impressioni positive: «abbiamo avuto

ALLA SAPIENZA SEMINARIO DI STUDI PER LA SALUTE DELL'ANZIANO

Mercoledì 10 giugno 2009 si è svolto presso il Dipartimento di Scienze e di sanità pubblica dell'Università La Sapienza di Roma un seminario di studi per la salute dell'anziano, organizzato dalla Fosan, Fondazione per lo studio degli alimenti e della nutrizione, in collaborazione con l'Università Campus Bio Medico e la Fondazione Alberto Sordi.

Una occasione di confronto di esperienze fra gli operatori del settore, di ricerca e operativo, nell'intento di ottimizzare la nutrizione delle persone anziane, in particolare di coloro che fruiscono dei pasti all'interno di comunità pubbliche e private.

Invitata a parlare della realtà del Centro anziani fragili di Trigatoria, ho illustrato le iniziative adottate per una migliore nutrizione dei nostri anziani. È noto che, come una errata nutrizione può determinare il peggioramento delle malattie proprie dell'età senile, una corretta alimentazione, soprattutto per le persone anziane, è importante ai fini del miglioramento della salute e del benessere.

Al Centro ogni pranzo è una piccola festa, spesso con improvvise sorprese a dimostrare l'attenzione riservata ai nostri ospiti dato che proprio al termine del pranzo si festeggiano i loro compleanni.

Il pranzo è un particolare momento della giornata nel quale l'anziano sa di poter liberamente esprimere le proprie preferenze ed esigerne piena soddisfazione.

Soprattutto per un anziano istituzionalizzato il cibo si carica di valori aggiunti, diventa strumento di gratificazione, di legame con le proprie origini culturali.

È un'occasione altamente socializzante che consente, in parte, un recupero della serenità.

Una modifica apportata al pasto in nome dei valori nutrizionali e dell'apporto calorico può essere vissuta come il mancato soddisfacimento di un bisogno primario.

Per rendere idonea la qualità della sua nutrizione occorre fornire all'anziano informazioni tali che lo inducano a condividerne l'obiettivo, ad accettare

le eventuali necessarie rinunce del riveduto percorso alimentare e a praticare un'accurata osservazione su se stesso per rilevare i piccoli iniziali cambiamenti che, mantenuti nel tempo, consentiranno il miglioramento della sua salute psicofisica.

L'anziano è libero di avanzare suggerimenti e proposte, indicazioni preziose che tornano utili agli operatori alimentari che trasformano in pietanze sempre più appetitose i nostri menù settimanali.

Anna Maria Parisi



la prova che gli anziani ospitati stanno molto bene».

E la direttrice precisa: «all'inizio non è mai così. Quando arrivano qui sono sempre sospettosi e perplessi, perché generalmente sospinti dai familiari; di conseguenza si sentono allontanati e tendono a chiudersi in se stessi. Ma trascorso un breve periodo cambiano idea e acquisiscono entusiasmo e voglia di partecipare».

E conclude: «non fermatevi mai di fronte ad un anziano che sembra non voler reagire, davanti ad una situazione che sembra immobile. Aspettate con fiducia perché ogni stato psicologico, se opportunamente sviluppato, evolve e migliora. Soprattutto a questa età».

Helena Kciski



Le volontarie slovene preparano i dolci

Anzianità

L'ANZIANO NEI SECOLI / 3

Continuando il viaggio intrapreso nei secoli, e sempre avvalendoci di alcune considerazioni espresse dalla scrittrice Simone Di Beauvoir nell'interessante saggio "La terza età", abbandoniamo Atene e Sparta, di cui abbiamo parlato nel precedente numero, e trasferiamoci nella Roma imperiale.

La storia di Roma accenna in modo molto significativo ai rapporti fra i giovani e gli anziani: e non sempre tali accenni portano a conclusioni positive. La posizione degli anziani infatti – ma ricordiamoci che si tratta in genere di anziani facoltosi – assume connotazioni di tutto rilievo con il consolidarsi delle istituzioni che garantiscono sicurezza ai beni acquisiti (normalmente si tratta di terreni e case). Il senato è essenzialmente composto da proprietari fondiari ed i fondi sono quasi esclusivamente in possesso di uomini anziani che costituiscono, quindi, una oligarchia prevalentemente avanti negli anni: si arriva infatti alle alte cariche essenzialmente in età avanzata.

La situazione privilegiata degli anziani si consolida nell'ambito della famiglia; il *pater familias* ha un potere quasi illimitato: in pratica ha analoghi diritti su persone e cose, anche se norme consuetudinarie restringono di fatto la sua autorità: la matrona romana assume infatti, come ancora oggi accade in famiglia, una considerevole influenza che gioca, ovviamente, a favore dei figli.

Come sempre avviene, anche nell'antica Roma gli autori di teatro usano spesso gli anziani come protagonisti, o comunque personaggi di rilievo, nei loro lavori: nel *Miles gloriosus* si afferma che il difetto da cui il vecchio deve guardarsi è la storditaggine. Nei *Menecmi* il protagonista afferma: «Cattive mercanzie sono i cattivi anni che vi curvano la schiena; quanti guai e quanti dolori essi portano».

Con il passare del tempo ed il progredire delle situazioni si avvia la decadenza del sistema oligarchico: i privilegi degli anziani prima si attenuano e poi progressivamente scompaiono. Il senato perde a poco a poco i suoi poteri che vengono progressivamente acquisiti dai militari, cioè dai giovani: l'imperatore, che è un uomo giovane, governa prati-



camente senza tenere in gran conto il parere del senato stesso.

Di conseguenza i poteri del *pater familias* tendono progressivamente a scomparire: per contrastare tale situazione il senatore Cicerone compone una difesa della vecchiaia per tentare di restaurare l'autorità del senato, sostenendo che si deve rispettare la situazione esistente e lasciare inalterati i privilegi: «Nell'estrema miseria, la miseria è insopportabile anche per un saggio».

Catone asserisce che la cattiva reputazione che circonda la vecchiaia è conseguenza di pregiudizi: «gli stati sono sempre rovinati dai giovani e salvati dai vecchi»; «Il vecchio conferma tutta la sua intelligenza purchè non rinunci ad esercitarla e ad arricchirla».

Osserva inoltre che se vi sono dei vecchi in non buona salute, lo stesso è per i giovani e precisa: «Il rimbambimento della vecchiaia, volgarmente chiamato seconda infanzia, non lo si incontra in tutti i vecchi, ma soltanto in quelli che, per natura, sono poveri di spirito».

Ecco la riflessione di Cicerone: si chiede che il vecchio goda di pochi piaceri; ciò significa che ha ormai superato passioni e vizi, e questo è il più invidiabile dei privilegi. Altri rilevano che la vecchiaia è amabile e felice quando è la conclusione di una vita virtuosa. Seneca ammonisce: «Facciamo buona accoglienza alla vecchiaia, essa è prodiga di doni se sappiamo trarne partito».

Di diverso parere è Giovenale, il quale attribuisce invece alla vecchiaia connotazioni fisiche e psicologiche assolutamente negative: a suo avviso «non c'è nulla che compensi le miserie della vecchiaia». Qualcuno pensa addirittura che il decadimento senile debba essere socialmente sanzionato, senza peraltro specificare come.

Aldilà dei pareri, anche se in parte contrastanti, che abbiamo ascoltato, appare ancora una volta evidente come la storia si riferisca essenzialmente a figure di anziani collocati in posizioni preminenti nel tessuto sociale. Il fatto è che nelle antiche società – fossero esse quella cinese, spartana, ateniese o romana – il potere politico-economico era essenzialmente detenuto dagli anziani *importanti*, i quali tentavano strenuamente di salvaguardare i loro privilegi, contrastando i giovani che ovviamente non erano d'accordo.

Di qui le spinte che, nei secoli, hanno condotto a sostanziali modificazioni degli assetti sociali, alla ricerca di un equilibrio che, peraltro, appare tuttora precario.

Dobbiamo però ancora una volta constatare come la storia non conservi tracce significative delle condizioni in cui versava la vita degli anziani privi di particolare importanza sociale, facenti cioè parte di famiglie comuni, la cui esistenza resta pertanto nebulosa, anche se facilmente intuibile.

E.A.

Un occhio su internet

33 METROPOLI SOTTO ESAME

La terra sta invecchiando. Secondo l'Organizzazione mondiale della sanità, gli over 60, che erano 650 milioni nel 2006, supereranno il miliardo nel 2025, per arrivare ai due entro il 2050.

In altri termini, dal 2005 al 2050, gli ultrasessantenni rappresenteranno la metà della crescita demografica.

Se a questi dati si aggiunge il fatto che nel 2030, 3 abitanti del pianeta su 5 abiteranno in città, l'idea di un'inchiesta dedicata ai provvedimenti urbanistici «a misura d'anziano» come quella pubblicata dall'Organizzazione mondiale della sanità con il titolo Global Age - Friendly Cities non sembra poi così fuori luogo.

Nata da un attento esame di 33 città di 22 Paesi e dall'ascolto diretto di gruppi ed organizzazioni della terza età, la guida suggerisce una serie di misure pratiche che «le città dovrebbero impegnarsi ad adottare per valorizzare

e rispettare il potenziale che gli anziani rappresentano per la famiglia, la comunità e l'economia».

Le critiche sollevate dagli ultrasessantenni variano, ovviamente, a seconda della dimensione e della condizione dell'abitato: se in Giamaica il problema numero uno sembra essere il rumore, ad Amman gli anziani lamentano la mancanza di aree verdi, mentre a Città del Messico o a Rio è la pessima condizione dei marciapiedi a sollevare le accuse più feroci.

Ma dovunque, che si tratti di città del Primo o del Quarto Mondo, è largamente diffusa la convinzione che le città siano state progettate e costruite per i giovani e rappresentino per gli anziani un ambiente ostile.

Di difficile accesso, prive di bagni pubblici o di panchine su cui riposare, con un sistema di trasporti spesso inaffidabile, inefficiente e antieconomico, le «giungle di cemento» non smentiscono la loro nomea.

scono la loro nomea.

I provvedimenti proposti dall'Oms vanno dall'agibilità dei marciapiedi, a chiare regole di condotta per autobus e metropolitane.

Ma non è tutto. Il documento propone anche, oltre ad una lista delle caratteristiche necessarie perché un alloggio o un condominio siano adatti alle persone anziane, tutta una serie di «disposizioni sociali» volte a favorirne l'inclusione, l'integrazione e la partecipazione attiva.

Tra queste, la programmazione di animazioni, concerti ed eventi in orari e luoghi adatti anche agli anziani, la messa a disposizione di servizi di trasporto ed accompagnamento ad hoc, la creazione di spazi di interazione regolari con studenti ed insegnanti. Speriamo.

CONTRO LE BARRIERE ARCHITETTONICHE

Icondomini portatori di handicap hanno diritto a fare rimuovere le barriere architettoniche.

Tale diritto è stato esteso anche a coloro che hanno superato i 65 anni di età. Se il condominio si rifiuta di assumere entro tre mesi dalla richiesta fatta per iscritto le deliberazioni atte ad eliminare tali barriere, i portatori di handicap, o chi ne esercita la tutela o la patria potestà, possono provvedere a proprie spese all'installazione di servo scale o struttura mobile facilmente rimovibile.

Possono, inoltre, modificare l'ampiezza delle porte d'entrata al fine di rendere più agevole l'accesso agli edifici, agli ascensori e alle rampe dei garage.

Previste dalla legge agevolazioni fiscali. Per facilitare la realizzazione degli interventi l'assemblea, in deroga a quanto previsto per le delibere riguardanti le innovazioni, può validamente decidere con la maggioranza semplice.



LE ATTIVITÀ DEL CENTRO

Area cognitiva

Rassegna stampa
Editoria
Informatica
Lingua inglese
Giochi di società e di memoria

Area espressiva

Teatro
Spazio e decoro
Decoupage
Musica e canto
Sartoria e maglieria

Area psico-fisica

Ginnastica dolce
Hata yoga
Giardinaggio

Area affettivo-sociale

Curiosità dal mondo
Itinerari di Roma
Ricorrenze tradizionali
Incontri spirituali

Un occhio su internet

«CI SONO ANCORA TANTI GIORNI DIETRO IL GRAN SASSO»

Questi alcuni passaggi del discorso pronunciato dal Papa in occasione della visita al centro terremotato di Onna in Abruzzo.

«Ho ammirato il coraggio, la dignità e la fede con cui avete affrontato anche questa dura prova, manifestando grande volontà di non cedere alle avversità.

La Chiesa tutta è qui con me, accanto alle vostre sofferenze, partecipe del vostro dolore per la perdita di familiari ed amici, desiderosa di aiutarvi nel ricostruire case, chiese, aziende crollate o gravemente danneggiate dal sisma. Non è infatti il primo terremoto che la vostra regione conosce, ed ora, come in passato, non vi siete arresi, non vi siete persi d'animo.

C'è in voi una forza d'animo che suscita speranza.

Molto significativo, al riguardo, è un detto caro ai vostri anziani: Ci sono ancora tanti giorni dietro il Gran Sasso».



MONTALCINI, 100 ANNI VISSUTI CON GIOIA



«Sono profondamente commossa: sono arrivata a cento anni dopo una vita vissuta con gioia, un premio che pochi hanno avuto». Con queste parole Rita Levi Montalcini ha iniziato il suo discorso per la cerimonia che le è stata dedicata all'Istituto Superiore di Sanità di Roma, che le ha anche intitolato un'aula in cui sono custoditi i documenti di studio di tutti gli scienziati premi Nobel che hanno lavorato presso lo stesso istituto.

«Non immaginavo di arrivare a questa età – ha proseguito la Montalcini – ma questo forse è il mio segreto: il totale disinteresse per la mia persona e l'interesse verso il mondo. Oggi ai giovani posso dire che l'unico segreto che trasmetto è: mai pensare alla nostra persona, ma vedere il mondo intorno a noi, pensare alla stupenda bellezza della natura e dell'uomo». «Non ho segreti – ha assicurato la scienziata – posso consigliare soltanto di essere felici, di essere vivi e di poter essere d'aiuto agli altri».

Angolo del lettore



21 LUGLIO 1969

Quarant'anni fa due uomini – gli statunitensi Neil Armstrong e Edwin Aldrin – calpestarono per la prima, e per ora unica, volta il suolo lunare. Il terzo astronauta della spedizione, Michael Collins, rimase a bordo dell'astronave Apollo 11 per garantirne il rientro.

Scendendo dal modulo LEM, col quale si è posato sul suolo, Neil Armstrong afferma: "per un uomo è un piccolo passo, per il genere umano è un balzo gigantesco".

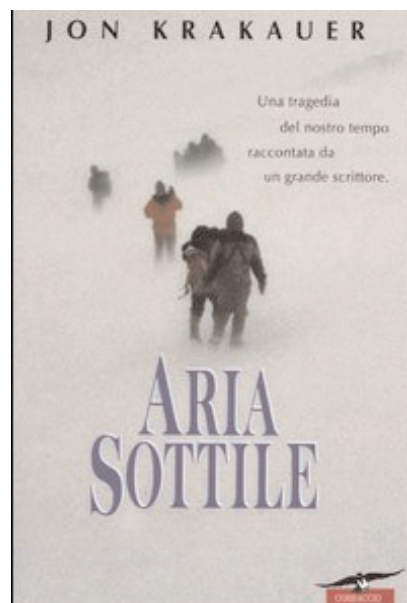
APPROFITTARE DEL MALTEMPO PER ALLENARE LA MEMORIA

In attesa del prossimo inverno non rammarichiamoci troppo per il futuro cattivo tempo. Non tutto è negativo! Il cielo grigio, infatti, è uno stimolante naturale per la memoria. Se piove e se si è un po' giù di morale, si guarda il mondo in maniera più accurata e approfondita.

È questo l'interessante risultato di una ricerca dell'Università del New South Wales di Sydney che dimostra come la memoria funzioni tre volte meglio se piove e si è tristi.

L'avvenimento venne seguito in televisione da centinaia di milioni di persone. Nel corso di una successiva intervista venne chiesto ad Armstrong per quale motivo lo spazio suscitasse così grande interesse. La risposta fu: "perché un giorno il nostro pianeta potrebbe non essere più così ospitale". E aggiunse: "in futuro gli uomini vedranno cose che noi nemmeno immaginiamo. Per questo la vita è degna di essere vissuta".

Per questo, se il maltempo mette in discussione la classica passeggiata nel parco, la corsetta in bicicletta o qualunque altra attività motoria da svolgere all'aperto per mantenersi in forma, allora è il momento di allenare la mente: per esempio leggere un buon libro e provare a raccontarlo, oppure tenere il diario della giornata riepilogando le attività svolte e provare a ricordare quanto più possibile del proprio passato. Il cervello efficiente infatti è il primo requisito per una vecchiaia serena.



RECENSIONE

Ci sono tanti libri di montagna, ma pochi sono quelli leggibili per i non "addetti ai lavori". Nella maggior parte dei casi infatti a scriverli sono scalatori di professione che parlano con linguaggio tecnico delle difficoltà delle vie per arrivare alla cima e delle attrezzature utilizzate. Questa sarà invece per voi una lettura assai interessante perché scritta da un giornalista che ha la passione dell'alpinismo e fu invitato nel '96 a partecipare ad una spedizione sull'Everest, la montagna più alta del mondo (8.846 m).

Il motivo era anche quello di documentare il proliferare delle scalate a pagamento (anche di decine di migliaia di euro), che al giorno d'oggi vengono organizzate da agenzie che assicurano la riuscita dell'impresa in massima sicurezza. L'ironia della sorte volle che le quattro spedizioni che raggiunsero la cima furono sorprese da una violenta tempesta che finì per uccidere nove alpinisti.

Krakauer si trova quindi a fare la cronaca in diretta di questa tragedia ma prende anche lo spunto per raccontarci la storia dei vari tentativi fatti nel '900 fino alla spedizione britannica, che nel '53 riuscì nell'impresa, portando in cima un neozelandese, Hillary, ed un nepalese, lo *sherpa* (portatore) Tenzing.

L'autore ci racconta anche che oggi il business delle scalate himalayane provoca non indifferenti problemi ambientali: basti solo pensare alle tonnellate di rifiuti lasciati su queste montagne da persone che dovrebbero in primo luogo amare e rispettare la natura.

Giacomo Predassi

L'angolo del lettore

FACCIAMOCI DUE RISATE

- Come va il lavoro? Hai cambiato?
- No, lavoro sempre per lo stesso gruppo: moglie e tre figli

- Complimenti per i gemelli, mi hanno detto che si somigliano come due gocce d'acqua
- Sono praticamente identici: stessi occhi, stessa bocca, stesso naso
- Caspita: e come li riconosci?
- Gli ho fatto tatuare il nome sul pancino: al maschio *Ciro* e alla femmina *Annunziata*



Una barzelletta raccontata da Luigi De Filippo

Una coppia di coniugi americani è in visita alla Palestina. Improvvisamente la moglie muore. L'impresario delle pompe funebri informa il marito che se intende far seppellire la moglie nella stessa Palestina, il prezzo è estremamente contenuto. Se vuole invece trasportarla negli Stati Uniti, il costo è molto più elevato e consiglia quindi l'inumazione in loco.

Il marito ci pensa un po' e poi decide che è comunque conveniente farla rientrare in Patria: «Lo so che spenderò molto di più – chiarisce – ma ho saputo che da queste parti, circa duemila anni fa, qualcuno è resuscitato».

ANCHE I GIAPPONESI SCELGONO IL CAFFÈ

Addio alle ormai obsolete lunghissime cerimonie per la degustazione del tè: anche in Giappone il piacere è ormai "espresso". Il caffè conquista anche il Sol Levante, nei bar di Tokio si sorseggia ormai prevalentemente la tazzina della nera bevanda.

Sembra che il sorpasso del caffè sul tè sia avvenuto nel 2008 quando la percentuale di coloro che hanno scelto il caffè, 87.8 per cento, ha superato quella del tè, 87.6 per cento; ciò significa che circa 93 milioni di persone hanno effettuato una scelta epocale.

Il chicco conquista insomma la patria dei riti sociali che si converte alla moka.

POMERIGGIO D'ESTATE

Me sà che vado ar cinema
Pé passà un po' de tempo
D'estate more l'anima
Si nun sai cosa fà

Entro: dopo un pochetto
Me so' quasi ammosciato
Me sa che torno a letto
Sto firme m'ha angosciato

Però...si vado ar Centro
Ce trovo amichi veri
Quasi quasi rientro
Come ho già fatto ieri

So' amici co' li fiocchi
Se famo compagnia
So' teneri e paciocchi
sto come a casa mia!

IL TEMPO LIBERATO DAL LAVORO

Da sempre l'uomo persegue l'obiettivo di prolungare la vita. Già Cicerone, nel *De Senectute*, suggerisce norme igieniche per raggiungere il traguardo di una vita lunga ed in buona salute.

Invecchiare bene è l'obiettivo da perseguire fin dalla prima giovinezza.

È noto che il modificarsi della società ed il progredire delle condizioni scientifiche, sociali ed economiche hanno radicalmente mutato le abitudini dell'uomo consentendo di ridurre il tempo lavorativo a vantaggio del tempo libero che, riferito agli anziani in pensione, viene comunemente denominato "tempo liberato".

Ciò rappresenta un fatto assolutamente positivo. Ma attenzione: il tempo libero va gestito al meglio, in maniera utile e creativa. Altrimenti può rivelarsi un "boomerang".