

Sotto il Sole di Roma



Anno VIII - Numero 25
Aprile 2012

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

Periodico dell'Associazione Alberto Sordi Onlus

Un occhio su internet

2012 ANNO EUROPEO dell'invecchiamento attivo

Con la decisione n° 940 del 14 settembre 2011 il Parlamento Europeo ed il Consiglio hanno stabilito di intitolare l'anno 2012 alla tematica dell'invecchiamento attivo e della solidarietà tra le generazioni. L'obiettivo generale dell'Anno Europeo consiste nell'agevolare la creazione di una cultura dell'invecchiamento attivo in Europa, basata su una società per tutte le età, attraverso la promozione di una cultura dell'invecchiamento attivo che valorizzi l'utile contributo degli anziani alla società e all'economia, favorendo, in un quadro di solidarietà e di cooperazione tra le generazioni, opportune condizioni di lavoro, di partecipazione alla vita sociale e di vita sana ed indipendente.

L'anno sarà l'occasione per sostenere gli sforzi degli stati membri, delle autorità regionali e locali, delle parti sociali e della società civile per promuovere l'invecchiamento attivo e la solidarietà tra le generazioni e sfruttare maggiormente il potenziale delle generazioni del baby-boom.

(segue a pag. 11)

Eventi

Anniversario del Centro

(pag. 3)

Voci

Un aiuto dato, un aiuto ricevuto

(pag. 8)

INSIEME DA BENEDETTO XVI



Mercoledì 30 Novembre; partecipare alla Udienza Generale del Santo Padre Benedetto XVI è stato per tutti noi un inatteso regalo e sarà un grande ricordo che, sicuramente, ci porteremo nel tempo.

Gli anziani, gli operatori, i volontari del nostro Centro di Trigoria non avrebbero mai immaginato di trascorrere tutti insieme una mattinata con il Papa, ad ascoltare, con tanti fedeli altrettanto fortunati, le Sue parole dirette a tutti

noi presenti. Assistiti da una di quelle splendide giornate di sole che solo Roma ti sa regalare in autunno, ci siamo recati in Vaticano di prima mattina. L'emozione ti coglie subito, appena attraversi le mura, scendi dal pullmann ed entri, passando tra le guardie svizzere, nella famosa Aula Nervi a forma di conchiglia dove centinaia di persone festanti, provenienti da tutto il mondo, attendono il Papa.

(segue a pag. 2)

È semplice. Non costa nulla

DONA IL TUO 5 X 1000

all'ASSOCIAZIONE ALBERTO SORDI ONLUS

Sostegno del volontariato e delle altre organizzazioni non lucrative di utilità sociale, delle associazioni di promozione sociale e delle associazioni e fondazioni riconosciute che operano nei settori di cui all'art.10, c.1, lett a), del D.Lgs. n. 460 del 1997

Firma la tua dichiarazione dei redditi ed inserisci il nostro codice fiscale

FIRMA

Codice fiscale del beneficiario

9	7	2	6	8	7	0	0	5	8	6
---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---

INSIEME DA BENEDETTO XVI

Dalla prima pagina

Sentir parlare di Chiesa universale e trovarsi in un ambiente dove questo lo si vive e lo si tocca è un'esperienza di un'intensità unica!

Il suo ingresso ha suscitato subito esclamazioni di gioia accompagnate dallo sventolio di bandiere nazionali e vessilli di scuole e università: moltissimi i giovani in sala, tutti in piedi a battere le mani, intonando cori sostenuti da brani musicali veramente suggestivi.

Sistemati nelle prime file, con la possibilità di vedere tutto e bene con naturalezza, coinvolti in modo totale, concentriamo l'attenzione sulla figura del Papa, questa figura esile ma forte che ti accorgi di conoscere e di amare tanto.

Abbiamo provato una sensazione del tutto particolare; il Papa parlava a tutti e a ciascuno di noi presenti con parole dolci ed incisive allo stesso tempo, raccomandando in modo particolare la preghiera.

Sentiamo di essere davvero nel cuore della Cristianità. Nei giorni precedenti, al Centro c'era stato un notevole fermento: dovevamo decidere l'elaborato da realizzare per donarlo al Papa come



Aula Paolo VI, Udienza Generale Santo Padre Benedetto XVI

ricordo. Alla fine la scelta è caduta su di un piccolo dipinto realizzato dal nostro Renato, pittore ottantottenne, dov'è rappresentata la vergine Maria, attornata da rose, chiamate a diffondere nell'aria il loro delicato profumo che si unisce alla Grazia emanata dallo Spirito Santo, rappresentato, nell'alto del dipinto, da una candida colomba.

La semplicità della composizione e l'accostamento di colori e forme era indice della delicatezza e della purezza dell'autore, e ben raccoglieva lo spirito con cui ci accingevamo ad incontrare il Santo Padre.

Un momento particolarmente toccante dell'Udienza, è stato, per noi dell'Associazione, quando la nostra dolce Annina, di "soli" 86 anni, accompagnata da uno dei soci, ha incontrato il Papa consegnandogli il nostro piccolo dono ed una lettera di accompagnamento che raccoglieva tutto il nostro affetto per Lui.

Nel tornare a Triglia, tutti contenti, ciascuno portava con sé l'invito del Papa: "... nella nostra preghiera dobbiamo imparare, sempre di più, ad entrare nella storia di salvezza di

cui Gesù è il vertice, rinnovare davanti a Dio la nostra decisione personale di aprirci alla sua volontà, chiedere a Lui la forza di conformare la nostra volontà alla sua, in tutta la nostra vita". Nelle nostre orecchie risuonavano ancora le sue parole che chiedevano, e chiedono, una nostra risposta generosa:

"Guardando alla preghiera di Gesù, deve sorgere in noi una domanda: come prego io? Come preghiamo noi? Quale tempo dedico al rapporto con Dio? Si fa oggi una sufficiente educazione e formazione alla preghiera?"

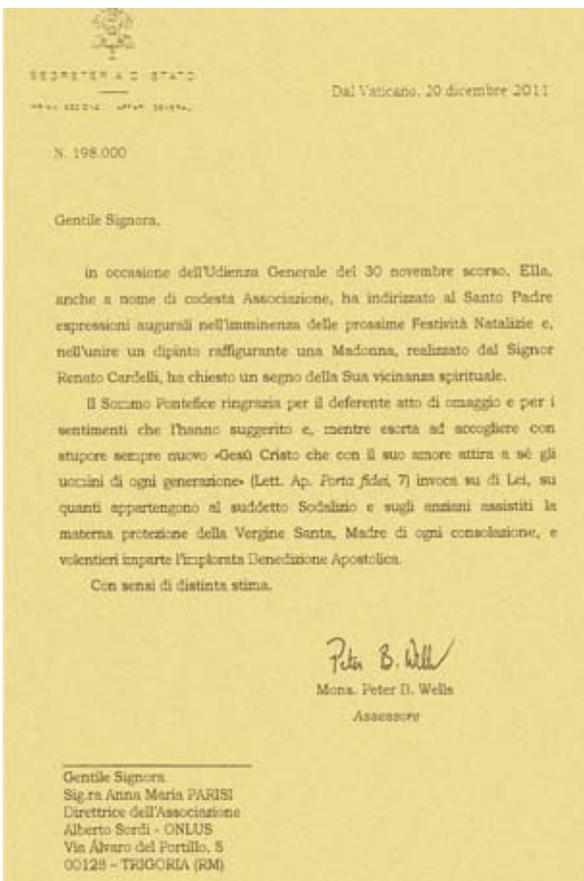
Oggi i cristiani sono chiamati a essere testimoni di preghiera, proprio perché il nostro mondo è spesso chiuso all'orizzonte divino e alla speranza che porta l'incontro con Dio.

Sulla strada di ritorno risuonava ancora vivo l'invito del Papa: "Cari fratelli e sorelle, educiamoci ad un rapporto intenso con Dio, ad una preghiera che non sia saltuaria, ma costante, piena di fiducia, capace di illuminare la nostra vita, come ci insegna Gesù". La giornata era finita ma la contentezza doveva continuare ed addirittura incrementarsi.

Prima di Natale, regalo di Gesù bambino, giungeva in Associazione una lettera, distribuita a tutti gli anziani e alle loro famiglie, che ci comunicava che il Sommo Pontefice impartiva a tutti noi la Benedizione Apostolica.

Eventi e giornate così intense e ricche saranno difficili da dimenticare!

Ennio Di Filippo



Benedizione apostolica

ANNIVERSARIO DEL CENTRO

Abbiamo compiuto nove anni

Quando i fondatori del nostro Centro - Ruggero Cozzani (il primo presidente), Ennio Di Filippo e Anna Maria Parisi - concluse le attività preliminari, decisero di iniziare le attività operative, era il mese di luglio 2002. Non pensarono, come fanno tanti in questa stagione: "va bè, ma ora fa caldo, ce ne occupiamo dopo le ferie". Pensarono invece che è proprio l'estate la stagione i cui gli anziani restano spesso soli, hanno più bisogno di stare in compagnia, e di fare qualcosa che allontani la tristezza. Di questa loro felice scelta,

beneficiamo ancora tutti noi. Perché tutti gli anni, in luglio, possiamo festeggiare l'anniversario del Centro nella stagione migliore. Al termine della afosa giornata estiva, ci godiamo insieme il fresco della sera sulla grande terrazza del Centro. Mentre il sole cade dolcemente dietro i grandi alberi del Parco di Decima Malafede, che chiude a ponente la magnifica vista,



ci godiamo l'aperitivo, con la gioia di ritrovarsi ad un appuntamento ormai consueto. Mentre scende la sera, si accendono le luci e viene servita la cena. E dopo, si può festeggiare l'anniversario con uno spettacolo all'aperto di arte varia, ideato e condotto come sempre da Errico ed Adriano. Quest'anno anche Massimo ha rivelato insospettabili doti di cantante ed attore comico, con una interpretazione tutta particolare. La serata conviviale è di solito anticipata da discorsi che, con tono amabile, presentano concetti e verità profonde. Sono intervenute le autorità del XII Municipio, il Presidente Pasquale Calzetta, l'Assessore Gemma Gesualdi, e il Presidente della Commissione politiche sociali e sanità, Nicola Pezone. Ennio ha parlato della difficoltà di inclusione dell'anziano nella società di oggi, del ruolo dell'accoglienza, e della necessità di proporre strategie di cura, integrazione e valorizzazione della "fragilità". Una proposta divenuta realtà è proprio il Centro Alberto Sordi.

Errico ha presentato il progetto Banca della Memoria della Provincia di Roma, dedicato alla raccolta delle esperienze e dei racconti di vita di persone nate prima del 1940. Molte interviste hanno avuto come protagoniste persone ospiti del nostro Centro. È stato molto bello, un po' commovente e un po' divertente, sentire queste autentiche testimonianze di vita vissuta. Ma la commozione ha raggiunto il punto più alto quando è stato presentato un breve documentario, realizzato da Adriano, che mostrava in successione alternata immagini agghiaccianti del bombardamento di San Lorenzo del giugno 1943, e le voci delle nostre anziane che lo avevano vissuto. Storie di vita vera.

S.U.



La direttrice Parisi con il Presidente del Municipio XII, Pasquale Calzetta e il Presidente della Commissione per le Politiche Sociali, Nicola Pezone



Il Vice Presidente Di Filippo e l'Assessore alle Politiche Sociali del Municipio XII, Gemma Gesualdi

Accordo Quadro fra l'Associazione Alberto Sordi e l'Asociacion de Mayores Valencia Ron-da Sur.

Il giorno 23 gennaio 2012 è stato siglato, dai due Presidenti, Sergio Utili e Francisco José Arnaldos Jmenez, su richiesta dell'Associazione



ne spagnola, un accordo che prevede la realizzazione, con la collaborazione dell'Associazione Alberto Sordi, di un Centro per Anziani Fragili in Spagna, a Valencia, improntato ai principi ispiratori ed alla metodologia operativa di quello di Roma. Tale accordo troverà attuazione quanto prima.

FESTA DEL VOLONTARIO

Il 17 ottobre scorso si è svolta l'annuale festa del Volontario. Partecipare a tale festa è stato fare un pieno di energia pura!

Non ho ben capito se è l'organizzazione che migliora ogni anno o sono io che più partecipo e più apprezzo questa festa tradendone un sempre maggior beneficio. Ma sì, ho capito bene: è l'insieme delle due cose...

Ricordavo di aver scritto qualcosa in occasione della festa del 2009 e sono andata a rileggerlo: che

bello notare che, a distanza di due anni, è proprio quest'insieme che fa la differenza!

L'aspetto sociale e serio della serata è come sempre a cura di Ennio e Anna Maria: una carrellata sulle foto dei volontari a partire dal 2002, anno di costituzione dell'Associazione, la premiazione per i primi cinque anni da volontaria di Laura Vittori, il progetto di collaborazione con altri centri anziani illustrato da Giorgia e, infine, la partecipazione del nostro Presidente e della sua simpaticissima consorte, intervenuti nonostante qualche problemino in corso. Nella sala allestita a tema dalle nostre ragazze ci aspettava la seconda parte della serata.

La cena, a base di abbondante e gustosissima pizza di tutti i colori, sfizi vari e bevande a volontà, è stata allietata dal simpatico show di Adriano ed Errico, con il prezioso supporto dell'orchestra Gratta.

Una serata tra amici con la voglia di stare bene insieme.

La canzone di Bob Dylan "For ever young", utilizzata da Adriano come colonna sonora, con sottotitoli in italiano, mentre scorrevano le nostre immagini registrate in precedenza, ci ha toccato profondamente.

Grazie a tutti di cuore! Una festa dedicata a noi volontari, uniti da spirito di appartenenza all'Associazione, ma che condividono anche il piacere di giocare a prendersi non sempre sul serio.

Agnese Rossi



I volontari...la nostra forza!

La nostra festa annuale è stata quest'anno una festa speciale: sì, speciale perché ho ricevuto il riconoscimento dall'Associazione per i miei primi cinque anni di volontariato. Che dire? La verità: ci tenevo moltissimo. Questi anni sono veramente volati e questo impegno ha arricchito la mia vita e cambiato tante cose nel mio modo di vedere le persone, il valore del tempo, i sentimenti, gli affetti.

Qualcuno potrà pensare che esagero e, forse, inizialmente l'ho pensato anch'io; poi ho riflettuto...e confermo tutto.

In questi anni ho trovato nell'Associazione una varia umanità che mi ha insegnato tante cose.

Ho incontrato grandi anziani che chiamano fragili, e forse nel fisico lo sono, ma sicuramente molto forti nel loro amore per la vita, nella loro forza di affrontare la giornata magari piena di dolori, di limitazioni, di malinconia, di ricordi, di piccoli malumori, ma sempre pronti a donarmi un sorriso e tanto,

*"Dormivo e sognavo
che la vita non era che gioia.
Mi svegliai e vidi
che la vita non era che servizio.
Servii e compresi
che il servizio era gioia."*

(Anonimo)



tanto amore.

Ho incontrato altri volontari che, pur arrivati qua spinti da motivazioni diverse, condividono lo stesso obiettivo: e ciò mi ha consentito di allacciare nuovi rapporti di amicizia.

Ho incontrato ragazze giovani che svolgono con attenzione e delicatezza un lavoro che va ben oltre il loro dovere professionale, dimostrando sentimento e affetto verso tutti gli anziani e amichevole collaborazione con noi volontari.

Ho incontrato responsabili del Centro pronti a supportarmi nella mia inesperienza e a sostenermi verso un coinvolgimento più consapevole.

E, cosa certamente di non poco conto, ho ritrovato una spiritualità e una fede che, prima di arrivare qua, sembrava essersi un pochino appannata. Per tutto questo dico grazie di cuore a tutti e...ai miei prossimi "dieci anni".

Laura Vittori

IL CALENDARIO DEL PRIMO DECENNIO

Che cosa potrebbe raccontare, se ne avesse la facoltà, la bacheca affissa su una parete della segreteria dell'Associazione? Noi l'abbiamo idealmente animata per farci dire, con il suo linguaggio rigorosamente figurato, quali, tra gli eventi divulgati durante il primo decennio di vita del Centro Diurno, le



piacesse ricordare. Attraverso il suo racconto è stato composto il calendario del 2012, fatto di foto sfocate dal tempo, di volti sorridenti degli anziani, dei volontari, degli operatori: a zonzo per le strade e nei dintorni di Roma, nei musei, all'interno delle rispettive case, nei laboratori del Centro, nella terrazza con in familiari in occasione delle feste istituzionali, ci ha riportato indietro nel tempo facendo affiorare, in ognuno di noi, una nostalgica tenerezza. Dieci bellissimi anni, durante i quali sono nati sentimenti di stima, amicizia e di affetto che continueranno nel tempo.

A.M.P.



LA NOSTRA "BANCARELLA"

Come tutti gli anni gli innumerevoli originali lavori di lana che vengono realizzati a mano dalle nostre anziane negli appositi laboratori di sartoria e maglieria (golfini per neonati, sciarpine, cuffie, tovagliette, ecc.) sono poi proposti all'attenzione dei visitatori



nella hall d'ingresso del nostro Centro in occasione delle festività natalizie. I visitatori possono portarsi a casa i prodotti che ammirano: le modeste offerte raccolte saranno utili per acquistare le materie prime necessarie a proseguire il lavoro nell'anno successivo. Di una cosa siamo certi: al di là del valore intrinseco dei singoli oggetti, coloro che ne vengono in possesso si rende-

ranno subito conto dell'immenso amore con il quale sono stati realizzati. Anche quest'anno le nostre anziane hanno partecipato alla realizzazione dei capi e all'organizzazione della bancarella, gestendo con attenzione e competenza le variegate incombenze: a loro vanno i complimenti ed un sentito ringraziamento per il lavoro fatto.

E.A.

PRESEPE 2012



Per la prima volta nella storia del nostro Centro il Presepe ha avuto una collocazione particolare: i ghiacciai dell'Alaska. Può sembrare una collocazione strana ma, lo sappiamo tutti, Gesù nasce ovunque e dovunque ci soccorre. In questa gelida atmosfera a riscaldarlo sono un bianco orso ed un leone marino. Cerchiamo di contribuire anche noi con il nostro amore e con le nostre opere: forse riusciremo a rendere concretamente operativi gli insegnamenti che la sua vita ci ha lasciato.

UNA PROFICUA COLLABORAZIONE: “Non solo teoria”

Il 28 ottobre 2011 si è concluso lo stage alternanza scuola-lavoro nell'ambito della programmazione dei Fondi Strutturali Europei, Progetto *Por Sicilia 2011*.

Il progetto ideato dal Liceo delle Scienze Umane “Regina Elena” di Acireale, dirigente scolastico Prof. Sebastiano Raciti, e realizzato, insieme alla Associazione Alberto Sordi, presso il Centro Diurno Anziani Fragili di Roma, era destinato a 15 giovani diplomati dell'anno scolastico 2010/2011.

Il titolo conferito alla fine del progetto è stato: “Esperto in animazione socio-educativa”.

Nel periodo di frequentazione del Centro, l'attività di formazione si è articolata secondo uno specifico programma per stagisti: sessioni di approfondimento, pratica nei Laboratori, discussione conclusiva, visite guidate ad altre strutture presenti nel Comune di Roma: Centro sociale per anziani, Casa di riposo, RSA (Residenza Sanitaria Assistita).

L'iter di questa esperienza nel “mondo anziani”, pur nel breve periodo di quattro settimane, ha fornito ai partecipanti spunti di riflessione e arricchimento notevole di esperienza. È stato facile raggiungere la consapevolezza che gli anziani hanno capacità di significativa comunicazione e il bisogno di salvaguardare dall'oblio un vissuto degno di considerazione, spesso non privo di saggezza.

Ma hanno ancora, se opportunamente agevolati, altri anni di vita da spendere a vantaggio di tutti e anche con loro personale beneficio.

Quando gli antichi attribuivano grande importanza morale e culturale agli anziani, dimostravano di aver capito il senso di questa necessaria continuità, quale condizione di sicura crescita individuale e sociale.

Il centro anziani fragili “Alberto Sordi” di Roma, oltre ad essere culturalmente interessante, si pone come

esempio di pratica realizzazione, di cambiamento del vissuto nell'ambiente, nei comportamenti e nei rapporti, corrispondenti alle necessità psicologiche e relazionali degli anziani.

I giovani stagisti, inseritisi facilmente nel tessuto del centro, hanno seguito la giornata degli anziani nelle loro diverse attività, portando anche una ventata di giovinezza agli ospiti.

Hanno avuto modo di svolgere attività di affiancamento ai responsabili della struttura ed hanno potuto partecipare a tutte le attività riabilitative; hanno capito che gli anziani non devono essere lasciati soli, che anzi ben stimolati e seguiti possono esprimere con serenità il loro potenziale ancora

tare allegro alla presenza dei ragazzi e così ci siamo posti alcuni obiettivi: *lasciarli parlare perché nel loro passato ci sono tante cose da raccontare; lasciarli raccontare storie ripetute, perché vogliono vedere se apprezzano la loro compagnia; lasciarli invecchiare con lo stesso amore con cui si lasciano crescere i bambini, perché tutto fa parte della natura.*

Abbiamo anche imparato che gli anziani sono la radice di ciò che noi siamo, le nostre origini, l'albero da cui siamo germogliati e a cui attingere per trovare conforto, esperienza e quella visione globale che ad un giovane manca.

Per ultimo gli stagisti sono rimasti



Gli stagisti con lo staff del Centro

presente dando valore alla vita e contributi alla società.

I ragazzi hanno scoperto che gli anziani hanno ancora molto da offrire: esperienza, esempio, pensiero e sentimenti e che per ottenere la loro comunicazione e partecipe attenzione è necessario dare loro sostegno morale e affettivo, vale a dire incoraggiarli a sentirsi vivi e presenti, ancora desiderosi di interagire col mondo circostante, nella convinzione di farne legittimamente parte.

Tutti gli stagisti hanno scoperto che la vita, a qualsiasi età, ha sempre un valore, un enorme significato.

Nei giorni trascorsi con gli anziani ci siamo sentiti coinvolti profondamente ed è stato bello vedere i loro occhi brillare e il loro cuore diven-

molto colpiti dalle capacità professionali e organizzative di tutti gli operatori, nonché dall'attenzione e dedizione dimostrata nei confronti degli anziani, tutti elementi che hanno offerto agli stagisti ricchi stimoli di crescita e di esperienza per il loro lavoro futuro.

I ragazzi vogliono ringraziare affettuosamente gli anziani del Centro, assicurandoli che da tutti loro hanno ricevuto insegnamenti e sostegno.

Lo scambio è stato fattivo e reciproco: a fronte della loro partecipe giovinezza hanno avuto affetto, buoni consigli ed insospettabile aiuto.

Grazie a tutti.

Rosetta Barbagallo, Prof.ssa Liceo “Regina Elena”, Acireale

TEATRO

L'Associazione Alberto Sordi "esporta" le sue esperienze

Il teatro è stato ed è tuttora, nella nostra Associazione, una delle attività particolarmente apprezzate dagli anziani che frequentano il Centro di Trigoria.

A partire dall'anno 2002 l'attività della "Compagnia degli Ex-Giovani", costituita da anziani e volontari del Centro, non ha praticamente avuto soste. Gli spettacoli messi in scena sono di tutto rilievo: dal primo, " ...E continuiamo a divertirci...", rivista cabarettistica, a "Delitto a Villa Rounq", di Achille Campanile, seguiti dall'esilarante trittico dell'autore libanese- napoletano Samy Fayad "Il settimo si riposò"- "Come svaligiare una banca" - "La questione settentrionale", "Non ti pago" di Eduardo De Filippo ed infine "La fortuna si diverte" di Athos Setti.

I risultati conseguiti hanno ampiamente confermato che l'attività teatrale e può rappresentare un valido strumento nell'azione di recupero, mantenimento e sviluppo delle capacità psico-fisiche dell'anziano.

Fare teatro è uno splendido impegno. Dopo quasi dieci anni di esperienza fatta con gli anziani presso il nostro Centro, ed il notevole numero di rappresentazioni realizzate con successo dalla "Compagnia degli Ex-Giovani" un po' dovunque - anche in teatri di ottimo livello (quali lo splendido "Teatro Comunale di Fuggi", l'Auditorium dell'Icef di Roma, il Teatro "Aldo Fabrizi" di Morlupo, il "Teatro della Dodicesima", il Teatro "Il Torrino", l'Auditorium "Parco della Musica", il Teatro "Le fornaci", sempre di Roma, ecc.)- abbiamo pensato di porre a disposizione di altri gruppi di anziani

l'esperienza da noi maturata per consentire loro di effettuare, in modo proficuo, un analogo percorso.

Tale considerazione ci ha portato ad avviare una collaborazione con il XVIII° Municipio di Roma- nell'ambito del quale insistono otto centri anziani- per realizzare una serie di incontri con gli anziani che frequentano i centri anzidetti, allo scopo di fornire loro gli elementi di base per l'avvio di una attività teatrale.



Il XVIII° Municipio ha approvato l'iniziativa con molto interesse.

Il progetto avviato, denominato "La crescita della persona anziana attraverso l'attività teatrale", è stato articolato in una serie di incontri, ai quali hanno partecipato un considerevole numero di anziani, e suddiviso in due parti essenziali: gli "incontri promozionali", il cui obiettivo era la sensibilizzazione all'attività teatrale degli anziani di tutti i centri del Municipio, e gli "incontri operativi", finalizzati a fornire agli anziani stessi le indicazioni necessarie per replicare, nell'ambito dei rispettivi cen-

tri, l'esperienza da tempo avviata nella nostra associazione.

La risposta degli anziani è stata assolutamente positiva e, in talune occasioni, entusiastica: la dedizione dimostrata nell'applicazione delle indicazioni via via fornite dal regista, il sistematico e appassionato studio delle parti recitative loro assegnate, l'entusiasmo posto in ogni singola prova e, non ultimo, il divertimento chiaramente emerso in tutti i partecipanti durante l'effettuazione

ne delle prove, sono stati elementi evidenti di un gradimento palese e di un significativo interesse.

L'esperienza effettuata con l'attuazione del progetto "La crescita della persona anziana attraverso l'attività

teatrale" si è rivelata, in definitiva, estremamente utile e positiva.

La risposta fornita dagli anziani addirittura entusiasmante.

Al XVIII° Municipio va il nostro ringraziamento per averci consentito di effettuare questa positiva esperienza: l'auspicio è che tale esperienza possa costituire l'inizio di un processo conoscitivo che induca anche gli altri Municipi di Roma, e gli anziani che frequentano i rispettivi centri, ad affrontare un analogo percorso.

E.A.

LE ATTIVITÀ DEL CENTRO

Area Cognitiva

Rassegna stampa
Editoria
Informatica
Lingua Inglese
Giochi strutturati di memoria
Letterarte

Area espressiva

Teatro
Spazio e decoro
Disegno e Decoupage
Musica e canto
Sartoria e maglieria
Fare riciclando

Area psico-fisica

Attività ludico - motoria
Hata yoga
Giardinaggio

Area affettivo-sociale

Curiosità dal mondo
Itinerari di Roma
Ricorrenze tradizionali
Incontri spirituali

QUANDO L'AMORE È ANCHE AIUTO

Sono già passati dodici anni da quando mio marito non c'è più. Stavamo quasi per festeggiare il nostro sessantesimo anniversario di matrimonio: l'arco di una intera vita tutta trascorsa l'uno accanto all'altra, da quando, praticamente ragazzini, le nostre strade si sono incrociate.

Avevo diciassette anni quando l'ho conosciuto, quel giorno di fine di agosto. Lui, militare di diciannove anni, era di Napoli e si trovava a Roma in servizio alla caserma della Cecchignola.

L'amore a prima vista, che si potrebbe pensare esista solo nelle favole o nei film, noi l'abbiamo provato davvero. Basti dire che, appena conosciuti, avevamo già deciso di sposarci, senza preoccuparci minimamente di quella che sarebbe stata la netta opposizione di mio padre: "...siete troppo giovani, eppoi un militare...chi lo conosce...la guerra è alle porte...il futuro incerto..." e così via, tutte considerazioni senz'altro sensate per un genitore, ma che a noi risultavano del tutto incomprensibili ed assurde.

Fatto sta che decidemmo di forzare drasticamente la situazione con la classica "fuga d'amore", che poi in realtà, molto semplicemente, si risolse nel presentarci a Napoli a casa di mia suocera, che, date le circostanze, ritenne prudente ed opportuno farmi ospitare a casa di una sua nipote. Conosciuti a fine agosto, il giorno dedicato a San Michele

Arcangelo (29 settembre), eravamo già sposati, grazie ai documenti necessari che mio fratello procurò e ci portò a Napoli.

La prima volta che mio padre ci incontrò, già marito e moglie, non ebbe il coraggio di infuriarsi, ma guardandoci intenerito, mi diede un buffetto e mi disse ".... adesso capisco perché l'hai combinata tanto grossa..."

Papà aveva visto giusto: stava cominciando un matrimonio solido e felice, dal quale sarebbe cresciuta una bella famiglia di cinque figli (quattro femmine e un maschio) che, oggi tutti sposati, mi hanno regalato ben dieci nipoti.

... Ma, per quanto innamorata di mio marito, non avevo ancora sperimentato, a diciassette anni, quello che adesso, che ne ho quasi novanta e tanta esperienza in più sulle spalle, ho capito essere il significato più profondo della parola amore ...

Questo l'ho afferrato molto tempo dopo, quando, quattro anni prima di andarsene, mio marito si è ammalato del morbo di Alzheimer: per questa ragione, man mano che le sue condizioni



peggioravano, ha avuto sempre più bisogno della mia presenza costante, del mio aiuto e sostegno in ogni momento ed attività della vita quotidiana.

Così, nell'accompagnarlo, accudirlo e sostenerlo, mentre la sua mente ed il suo cuore, a causa della malattia, si allontanavano progressivamente da me, ho sentito veramente che l'amore vero, quello che dà la forza ed il coraggio per andare avanti anche nelle situazioni più tristi, faticose ed apparentemente senza via di uscita, consiste semplicemente nel dono di sé stesso a chi ha bisogno di noi, anche, e soprattutto, quando non può neanche esprimerti la propria riconoscenza.

Anna Di Paolo

UN NONNO PARTICOLARE

Ricordo in tutti i particolari gli anni della mia prima infanzia. E' stata una infanzia da "principessa", che è trascorsa in una grande villa a Trevignano, circondata da un ampio giardino che si estendeva lungo la riva del lago di Bracciano. Ho vissuto lì i miei primi sei anni, ospite, fin da piccolissima, di una zia di mia mamma, che amministrava, insieme al marito, i possedimenti terrieri del principe Del Drago, la cui famiglia era diventata proprietaria di quei fondi dal 1880. Mi sono trovata così ad abitare, nei primi anni '30 dello scorso secolo, nella residenza di campagna di un vero principe. Ricordo benissimo quella casa: al pri-

mo piano la vasta sala da pranzo, dove, su un mobile, torreggiava un elegante grammofono; adiacente la cucina, dalla quale, attraverso una porta massiccia, si accedeva alle dispense; e poi lo studio, dove mio zio parlava di lavoro con i contadini e gli altri dipendenti della tenuta. Al piano di sopra le tre stanze da letto. Al secondo piano un piccolo appartamento dove alloggiava il principe in persona, quando, ogni tanto, veniva da Roma per qualche commissione o, semplicemente, per qualche giorno di riposo. Tutt'intorno, oltre il giardino, la stalla con i due cavalli ed il pollaio, più lontano i frantoi e poi ancora tanto tanto spazio per correre a perdifiato e

combinarne anche di tutti i colori.

Era, la mia, una vita di bambina sempre alla scoperta di nuove emozioni a contatto con la natura. Mi sembrava, per esempio, del tutto normale imitare il puledrino appena nato mentre prendeva il latte dalla mamma, non curandomi affatto delle testate che quello mi assestava per essere stato disturbato in un momento tanto importante e delicato. Assicurata alla groppa di quello stesso puledrino con una cintura, trotterellavo baldanzosa al fianco di mio zio, con grande meraviglia del medico condotto, che, quando ci incrociava, alla guida del suo calesse, ci sgridava sempre dandoci degli imprudenti. Non a caso ero

UN AIUTO DATO, UN AIUTO RICEVUTO

Sono ormai più di venti anni che partecipo, attraverso la Comunità di Sant'Egidio, a varie attività di volontariato, rivolte a persone in situazioni di bisogno.

Ho intensificato questo impegno dopo la perdita di mio marito, in un momento quindi di grande smarrimento, in cui avvertivo dentro di me l'urgente necessità di restituire alle mie giornate un vero significato, mettendo a disposizione di una buona causa un po' del mio tempo, delle mie energie e del mio affetto.

Non mi ci è voluto molto per rendermi conto che quel volontariato attraverso il quale avevo deciso di offrire in dono qualcosa di me stessa, costituiva anche una irripetibile occasione per ricevere in cambio molto di più.

Mi ricordo, in particolare, le visite settimanali agli anziani di un Istituto di Pomezia, con cui si era creata una consuetudine fatta di confidenza, affetto e comprensione. Dopo tanti anni è ancora viva, in me, l'immagine, fra di loro, di Federica, una signora molto sofferente con cui era nato un attaccamento particolare e che, nel momento in cui ci lasciò, ebbe una parola buona per me.

Bellissime anche le ore trascorse presso le Case alloggio della Comunità (destinate ad anziani che non possono più risiedere nella propria abitazione) dove, in un clima di allegria e grande familiarità, noi volontari provvedevamo alle normali necessità di gestione

domestica, tra cui la preparazione di gustosi pranzetti.

Mi sono anche occupata, per conto della Comunità, degli aspetti amministrativi collegati all'iter delle adozioni a distanza, soprattutto nell'Area Africana, ma anche in Sud America, Albania ed Ucraina. Il mio lavoro consisteva

principalmente nella gestione contabile e nell'accreditamento delle quote relative alle adozioni richieste, ma per me era molto più di questo. La lettura delle relazioni che pervenivano periodicamente sull'utilizzo delle stesse quote sottoscritte, mi regalava infatti volti e nomi di bambini, storie di progressi scolastici e di miglioramenti di condizioni di salute e di vita, tutte cose belle alla cui realizzazione sentivo di aver contribuito nel mio piccolo.

Il mio impegno nel volontariato, oggi che ho compiuto ottantacinque anni, si è necessariamente molto ridotto. Ho mantenuto però ottimi rapporti di amicizia con tante buone persone del mio gruppo e cerco di partecipare sempre agli incontri di preghiera e ad alcuni



appuntamenti organizzati, presso le Suore Maestre di Santa Dorotea, a Tor de'Cenci.

Ho avuto poi la grande gioia di partecipare, lo scorso settembre, a Monaco di Baviera, all'appuntamento annuale della Preghiera Mondiale della Pace, evento che, istituito da Giovanni Paolo II ad Assisi nel 1986, è stato da allora organizzato, di anno in anno, dalla Comunità in varie città europee e mediterranee.

Da qualche tempo frequento, come anziana, il Centro Alberto Sordi di Triggiano. Per larga parte della mia vita ho dato aiuto agli altri: ora gli altri aiutano me.

Maria Adelaide Marisi



spesso in visita da lui per qualche infortunio, come quella volta che, volendo partecipare alla vendemmia di una

squisita uva da tavola, non mi accorsi della presenza delle api sul grappolo più bello...e, per coglierlo, mi ridussi il visetto ed una manina tutti gonfi per le punture.

A Trevignano avevo anche un nonno a cui ero tanto affezionata. In realtà non era il mio vero nonno, ma un anziano mendicante che, ogni tanto, si fermava fuori del cancello della villa. Per me era un appuntamento che mi riempiva il cuore di gioia: appena lo vedevo arrivare chiedevo un po' di merenda: dei biscotti o un dolcetto o pane e marmellata, che subito correvo ad offrirgli piena di entusiasmo.

Mi preoccupavo poi sempre che mia

zia aggiungesse a quelle merendine un po' di denaro e qualche indumento che potesse essergli utile.

Per dimostrarmi la sua simpatia e riconoscenza, anche lui aveva per me, qualche volta, un regalino: una manciata di more di gelso profumate, appena colte nella piazza del paese.

Ci fermavamo così a sgranocchiare insieme il nostro spuntino e poi a chiacchierare come due vecchi amici.

La "principessina" ed il mendicante: non era il quadretto retorico di una favola ma, l'incontro reale tra due persone che, attraverso piccoli gesti di aiuto, si erano avvicinate con gentilezza e a poco a poco si erano volute bene.

Liliana Zocchi

L'ANZIANO NEI SECOLI / 7

A completamento della trattazione di questa rubrica dedicata all'evolversi della situazione degli anziani nel corso dei secoli riteniamo opportuno un rapido, e sicuramente incompleto, "excursus" su quelle che appaiono oggi le prospettive future riguardanti l'evolversi della presenza numerica del genere umano nel pianeta Terra, e quindi di quella, più specifica, degli anziani.

A metà dello scorso anno sono apparsi sulla stampa elementi statistici derivanti da diversi studi, effettuati da importanti enti specializzati, secondo i quali sarebbe stato raggiunto, sul pianeta Terra, il traguardo dei sette miliardi di persone.

Tale cifra va ovviamente interpretata con molta circospezione e qualche dubbio, in quanto non tutti i censimenti effettuati sembrano portare il timbro della assoluta inattaccabilità.

Un fatto è certo: la Terra non è mai stata così intensamente popolata.

Fra l'inizio del secolo diciannovesimo e la fine del ventesimo gli abitanti del pianeta sono pressoché sestuplicati. Se si risale poi indietro nel tempo sembra verosimile ipotizzare che, al tempo della nascita di Gesù Cristo, il genere umano comprendesse non più di duecento milioni di persone.

L'attuale prospettiva, da considerarsi sempre con le dovute precauzioni, pare essere quella del raggiungimento degli otto miliardi entro il 2025 e dei nove miliardi entro il 2050.

A questo punto sorge inevitabile il quesito: ma non saremo (o saranno) troppi? La terra avrà la capacità di sopportare tale "peso"? C'è peraltro da tenere presente un elemento importante: attualmente quasi tutta la popolazione mondiale vive su circa un sesto delle terre emerse.

Anche se questa situazione non è dovuta a fatti meramente incidentali (gli uomini hanno da sempre preferito accasarsi in luoghi che fossero climaticamente favorevoli e consentissero agevoli movimenti ed interscambi) sembrano esserci comunque ampi limiti di incremento per le future generazioni.

Questa situazione imporrebbe però da subito decisi interventi correttivi: ba-



sti pensare che già oggi esistono zone super popolate che incidono profondamente sull'utilizzazione delle risorse del pianeta (energia, metalli, ecc.) e producono quantità estremamente elevate di rifiuti tossici: pensare ad una crescita di tali condizioni ambientali proporzionale a quella prevista per il genere umano è prospettiva che fa "tremare i polsi".

A fronte di tali considerazioni qualche studioso rifiuta peraltro illusioni catastrofiste e formula invece un diverso punto di vista, secondo il quale sarebbe inevitabile una rivisitazione degli attuali assetti: la costruzione degli stati nazionali sarebbe ormai obsoleta e ci si dovrebbe orientare verso una redistribuzione su scala mondiale della popolazione e, conseguentemente, delle risorse.

Ma, in tutto questo, quale sarà la situazione degli anziani?

Le prospettive sembrano estremamente rosee per ciò che riguarda la longevità: secondo studi effettuati nel primo decennio di questo terzo millennio l'età media si sta innalzando dai tre ai quattro mesi ogni anno; ciò significa che un bambino su due di quelli che nascono ora ha buone probabilità di ritrovarsi centenari (fra l'altro l'Organizzazione mondiale della Sanità ha da tempo riconosciuto l'Italia fra i paesi più longevi).

Tale situazione determina peraltro una serie di problematiche, di cui si stanno avvertendo già ora notevoli riflessi: si

allunga ad esempio il periodo produttivo. Pensare ormai ad una fuoriuscita dal mondo del lavoro in età troppo "verde" sta diventando pura utopia.

D'altra parte gli ultimi studi sembrano ritenere positivo un prolungamento della vita lavorativa: l'ultrasessantenne sembra essere più produttivo dello "Junior" se mantenuto professionalmente aggiornato (le moderne tecnologie lo consentono) e sottoposto a tipologie lavorative flessibili (adeguamento del ruolo all'interno del contesto operativo, part-time, lavoro domiciliare, incentivazione all'auto-imprenditorialità).

Insomma gli anziani si dimostrano sempre più una risorsa per la società: d'altro canto, secondo alcuni studiosi, l'anziano dovrebbe essere lieto di un prolungamento del periodo lavorativo, perché tale attività lo mantiene aggiornato, lucido, inserito nel mondo operativo più a lungo e, di conseguenza, rispettato (qualche riserva esiste sul prolungamento della vita lavorativa femminile, in quanto rischierebbe di provocare un notevole regresso nel "welfare" familiare): si può essere d'accordo o no, ma è evidente che l'anziano sembra essere sempre più proiettato verso una visibilità sociale molto diversa dal presunto offuscamento finora temuto.

Il 2012 è l'Anno Internazionale dell'Anziano Attivo...ragazzi, diamoci da fare!

E.A.

2012: ANNO EUROPEO DELL' INVECCHIAMENTO ATTIVO

Il numero crescente di persone anziane in Europa, unito all'aumento di patologie croniche, rendono più importante che mai la questione della promozione dell'invecchiamento attivo per tutti, sostenendo la vitalità e la dignità degli anziani e garantendo, tra l'altro, l'accesso a un'assistenza sanitaria adeguata e di alta qualità, all'assistenza a lungo termine e ai servizi sociali e sviluppando iniziative volte a promuovere la prevenzione dei rischi per la salute associati al processo di invecchiamento.

L'invecchiamento attivo può inoltre contribuire ad incrementare il contributo degli anziani allo sviluppo economico e sociale, sia attraverso una più lunga permanenza nel mercato



di lavoro agevolata da programmi di aggiornamento di competenze e di apprendimento permanente; sia attraverso le nuove opportunità economiche (la «silver economy») create dalla

crescente domanda di determinati beni e servizi da parte dei consumatori anziani; sia attraverso la valorizzazione di altre forme di partecipazione attiva, tra le quali di particolare rilevanza appare il volontariato.

Alla celebrazione annuale della solidarietà e della cooperazione tra le generazioni, è stata intitolata la giornata del 29 aprile, Giornata europea della solidarietà intergenerazionale. Tale ricorrenza offre all'Unione Europea una buona occasione per rinnovare il proprio impegno inteso a rafforzare la solidarietà e la cooperazione tra le generazioni al fine di promuovere una società equa e sostenibile.

G. B.

UN MARATONETA PARTICOLARE

Quarantadue chilometri in 8 ore, 25 minuti e 16 secondi: non un risultato eccezionale per un maratoneta. Ma per Fauja Singh, cittadino britannico di origine indiana, è un primato da Guinness. Singh, un Sikh che ha tagliato il traguardo della maratona di Toronto, ha 100 anni ed è diventato l'uomo più vecchio del mondo a completare una gara estrema, che mette a dura prova corridori ben più giovani di lui. Bere té e mangiare curry allo zenzero, oltre ad uno stato mentale positivo: sono questi i tre ingredienti del successo di Singh che al 'muro' del 35esimo chilometro stava per gettare la spugna ma poi ha ritrovato la forza di dare battaglia nelle ultime due ore. Gli organizzatori stavano smantellando le barricate e gli striscioni al traguardo sul lungolago della metropoli canadese quando lo hanno visto arrancare verso la linea di arrivo.

Lunga barba e turbante, Singh ha tagliato il traguardo al 3.850esimo posto e non era neppure l'ultimo, dietro di lui altri cinque concorrenti. "Fauja è al settimo cielo. Ha combattuto contro se stesso e ha vinto", ha detto Harmander Singh, il suo allenatore.

Nato in India nel 1911, Singh era un contadino nel Punjab quando ha cominciato ad amare la corsa. Ma il bello è che il matusalemme della maratona ha



cominciato a cimentarsi con la regina del fondo soltanto undici anni fa, quando, a 89 anni, si è trasferito a Londra per vivere con un figlio dopo la morte della moglie nel suo villaggio in India. Quella di Toronto è stata l'ottava: in mezzo anche New York, la gara più bella del mondo.

"Il segreto di una lunga vita è una dieta intelligente e l'assenza di stress. Se non puoi cambiare qualcosa, perché preoccuparsi? Sii grato per tutto quello che hai, evita le persone negative, sorridi e continua a correre", questa la filosofia

che anche stavolta lo ha portato al traguardo.

Alla celebrazione annuale della solidarietà e della cooperazione tra le generazioni, è stata intitolata la giornata del 29 aprile, Giornata europea della solidarietà intergenerazionale. Tale ricorrenza offre all'Unione Europea una buona occasione per rinnovare il proprio impegno inteso a rafforzare la solidarietà e la cooperazione tra le generazioni al fine di promuovere una società equa e sostenibile.

G. B.

RECENSIONE: "Una scrittura femminile azzurro pallido di F.Werfel"

Franz Werfel nacque a Praga nel 1890 e, negli anni fra le due guerre, fu molto famoso in Europa e nel mondo per i suoi numerosi romanzi. I due più conosciuti ancora oggi sono "I quaranta giorni del Mussa Dagh" sullo sterminio di 1 milione e mezzo di armeni da parte dei turchi nel 1915, genocidio questo che fa ancora discutere ai nostri giorni per la tenace opposizione della Turchia a riconoscere le sue colpe, con la conseguenza di allontanare questo importante paese dall'entrata in Europa. L'altro meraviglioso e documentatissimo romanzo fu "Bernadette" sulla Santa di Lourdes e qui dobbiamo aprire una breve parentesi. Lo scrittore, ebreo di nascita e di cultura, con l'avvento del nazismo fu costretto a spostarsi in vari paesi europei finché si stabilì a Parigi, dove però la Gestapo iniziò a pedinarlo. Allora decise di raggiungere con la moglie l'America attraversando Francia, Spagna e Portogallo dove for-

tunosamente alla fine si imbarcò. Durante questa lunga e avventurosa fuga si fermò, per qualche settimana, anche a Lourdes, dove, dopo aver visitato i luoghi delle apparizioni, approfondì la storia di Bernadette, che conosceva appena. Allora, in un percorso di avvicinamento al cristianesimo, che lo portò alla conversione, fece il voto che, se avesse raggiunto gli Usa, avrebbe, per usare le sue parole, "cantato la canzone di Bernadette come meglio avessi potuto".

La storia del piccolo libro che ora vi presentiamo serve quindi a cominciare a far conoscere questo scrittore nella speranza di invogliare il lettore verso i suoi romanzi di più grande respiro.

A Vienna negli anni '30 un potente funzionario dello stato, sposato con una ricca dama, riceve un giorno una lettera in cui riconosce la scrittura di un suo vecchio e mai dimenticato amore.

In essa si chiede aiuto per il trasferimento in una scuola della città del figlio di-



ciotenne, forse un figlio finora ignorato. Questo evento provoca nell'uomo un'altalena di stati d'animo e di ricordi che lo spingono ad interrogarsi ed a compiere azioni nuove fino a farlo incontrare con la sua antica amica, dissipando così i suoi dubbi...con un finale a sorpresa. Si tratta insomma di appena 130 pagine agevoli da leggere, ma soprattutto da non perdere per chi ama le buone letture.

Giacomo Predassi

...“Avere un figlio non è cosa da poco. Soltanto quando ha un figlio l'essere umano è irrimediabilmente gettato nel mondo, spietatamente inserito nella catena delle cause e degli effetti. Tutti noi siamo chiamati a rispondere di quello che facciamo. Non si dà soltanto la vita, ma la morte, la menzogna, il dolore, la colpa. Soprattutto la colpa!”

(F.Werfel)

ER CANNELLINO

Parlamo de 'na cosa ch'è assai bona
Su daje amici, famose un bicchiere
Qui stamo a li Castelli, sopra Roma
Er regno de li vini, pe' piacere

Er vino, er vino, er vino quant'è bello,
pe nun dije sortanto quant'è bono,
che t'opre er core come 'no sportello
e se concede come un grande dono

C'è chi lo chiama er nettare de Dio,
chi dice ch'arisorve tutti i guai
io so che m'arisorve quello mio
proprio pe' questo nun lo scordo mai



Forza ragazzi, giù n'antra fojetta
Che nun se famo male co' 'sto vino
Forze s'allarga un poco la panzetta
Ma nun se po' lascià 'sto cannellino!

E.A.

FACCIAMOCI DUE RISATE

Secondo te c'è vita su Marte?
Solo il sabato sera

Dottore quanto le debbo?
2500 Euro
2500 Euro? Mi lasci dire che questi
sono soldi rubati
Stia tranquillo, la provenienza non
mi interessa

Mio cognato fa il vigile
Il vigile? Ma se ha un braccio solo!
E allora? Fa il vigile sulle strade a
senso unico!

Sotto il sole di Roma. Pubblicazione trimestrale edita dall'Associazione Alberto Sordi Onlus

Sito internet: www.associazionealbertosordi.it E.mail: editoria@associazionealbertosordi.it - Autorizzazione del Tribunale di Roma n.416 del 3/10/2003.

Spedizione in abbonamento postale Roma (comma 2 art.1 Decreto legge 24/12/2003, n.353)

Direzione e redazione: via Alvaro del Portillo 5, 00128 Roma. Tel 06225416805

Direttore responsabile: Stefano Grossi Gondi - Segreteria di redazione e grafica: Valentina Grilli

Stampa a cura della tipografia: Graphein Servizi Srl - Via della Magliana, 1102 - 00148 Roma - Finito di stampare nell' aprile 2012