

postatarget
magazine
MBPAC/CONV/06/83/2016
DCCODM1264

Posteitaliane



Confartigianato
persone

per vivere meglio

N° 35 - dicembre 2021

Persone e società

Fiapa a Roma

Il primo Consiglio Direttivo
in presenza ospite di ANAP

Quarta ondata

Dilaga ancora in Europa
il COVID-19

Rapporto Passi d'Argento

La qualità della vita
per gli over 65

LEGGE DI BILANCIO

2022

UNA MANOVRA
DA 30 MILIARDI

SPECIALE
AGENDA 2030

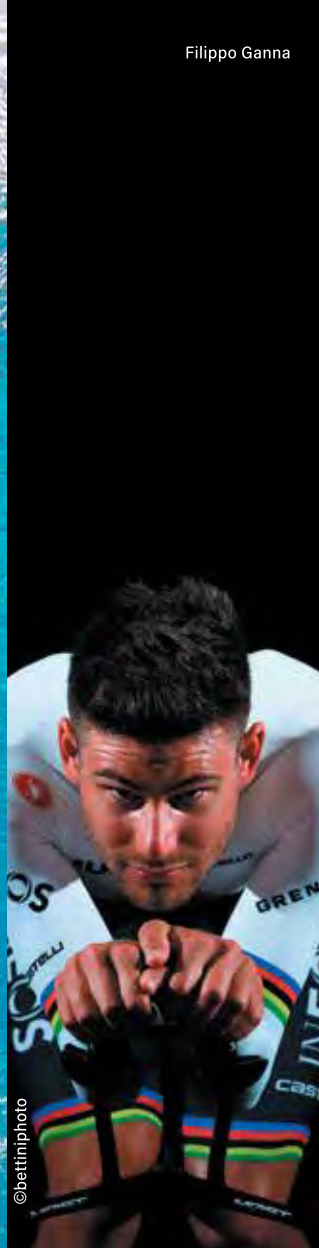
Le Farfalle Azzurre

Simona Quadarella

Filippo Ganna

Jannik Sinner

Filippo Tortu



IL FUTURO È CON VOI.

Nello sport come nella vita ci si impegna ogni giorno per trovare la stessa vostra forza e lo stesso vostro coraggio per raggiungere nuovi traguardi. Grazie per essere sempre un esempio per tutti noi.

FASTWEB
un passo avanti

Conti | Mutui | Prestiti | Assicurazioni | Investimenti | Previdenza

SONO IN BANCA OGNI VOLTA CHE VOGLIO.

CON L'APP INTESA SANPAOLO MOBILE IL TUO STILE È DIGITALE

Gestire al meglio conti e spese, una navigazione ancora più intuitiva e nuovi servizi per semplificare le tue operazioni. Questa è la nuova **app Intesa Sanpaolo Mobile**, a disposizione di tutti i nostri clienti, anche quelli che provengono da UBI Banca.



Scopri di più su:
intesaspaolo.com



Scarica l'app

INTESA  SANPAOLO

SOMMARIO

N.35

RAPPORTO PASSI D'ARGENTO	12
La qualità della vita degli anziani in Italia	
FIAPA A ROMA	17
Il primo Consiglio Direttivo in presenza del post Covid	
A METZ un incontro sull'impatto del Covid-19 sulla vita e sulla partecipazione sociale degli anziani	18
BRATISLAVA	20
ANAP sponsor della mostra "I Beato regno"	
NUOVA RUBRICA SOSTENIBILITÀ	26
L'Agenda ONU 2030. Primo obiettivo: sconfiggere la povertà	
NUOVA RUBRICA NUOVI MEDIA	28
Il passaggio al nuovo digitale terrestre.	
ARTE - MOSTRE - CULTURA	32
In evidenza: Amazônia, la mostra di Sebastião Salgado al Maxxi di Roma	
CONSIGLI DI LETTURA	35



04

VARATA LA LEGGE DI BILANCIO 2022

Lo scorso 28 ottobre il Consiglio dei Ministri ha approvato la legge di Bilancio per il 2022: il Presidente Draghi auspica una crescita del 6% e un periodo molto favorevole per il Paese. La manovra sosterrà l'economia italiana nell'uscita dalla pandemia.





IN EUROPA DILAGA LA "QUARTA ONDATA" DI COVID-19

Colpiti soprattutto quei Paesi in cui le vaccinazioni sono state scarse. L'aggiunta della terza dose il Green Pass gli strumenti indispensabili per superare l'incubo delle chiusure. A rischio le festività natalizie.

08



24

L'INVECCHIAMENTO ATTIVO

Dalle raccomandazioni dell'ONU alle direttive Ministeriali: in Italia manca un indirizzo uniforme e la competenza è demandata alle Regioni. Serve una linea guida nazionale per la promozione di politiche e azioni.

EDITORIALE



L'editoriale del Presidente Celaschi che presenta questo numero della rivista

Cari amici,

questo numero della rivista ha una nuova veste grafica che ci auguriamo trovi il vostro riscontro positivo. Abbiamo scelto una impaginazione più leggera che dia spazio ad approfondimenti e a immagini che vi facciano risultare la lettura dei nostri articoli più accessibile.

Dopo un'estate in cui tutti abbiamo sperato in un veloce ritorno alla normalità, i numeri del Covid-19 in tutto il mondo sono tornati purtroppo a salire e anche il nostro Paese si trova ad affrontare quella che ormai è chiamata la "quarta ondata".

I più colpiti questa volta sono i non vaccinati ed è per questo che la copertura anti-covid va continuata – a partire dai soggetti più fragili – con una terza dose di vaccino. Vi parliamo di queste tematiche, esortandovi a provvedere al più presto per voi e per i vostri familiari.

Il vaccino permetterà di non vivere quell'isolamento che ha caratterizzato le ondate precedenti che tanto hanno emarginato soprattutto gli anziani, amplificando – come leggerete – la solitudine.

Come sapete la nostra Associazione si batte da anni per le riforme che riguardano le persone non autosufficienti. Vi raccontiamo inoltre di alcune importanti iniziative di ANAP che ci hanno visto protagonisti a livello internazionale e degli eventi svoltisi negli ultimi mesi nel nostro Paese. Abbiamo mantenuto le nostre rubriche con consigli, approfondimenti e suggerimenti che i nostri esperti hanno scritto per voi.

Si chiude un anno difficile per tutti noi: abbiamo vissuto con l'ansia e l'angoscia per la nostra salute e per quella dei nostri cari e ci siamo abituati purtroppo a fare i conti con numeri e statistiche che quotidianamente ci illustrano la salute di una nazione che non è ancora fuori dalla pandemia. Ma sappiamo che tutti noi abbiamo schierato forza e speranza per rialzarci da questa difficile congiuntura e le attività della nostra Associazione ne sono prova e testimonianza.

A voi e ai vostri cari vanno gli Auguri miei e di tutta l'ANAP per un Natale sereno e un 2022 ricco di gioia e soddisfazioni.



14

INTERVISTA A CRISTIANO GORI

Il Governo ha varato la Legge di Bilancio 2022

Una manovra da 30 miliardi.

A cura di Claudio Dantonagelo

Il Consiglio dei Ministri ha varato, nella giornata del 28 ottobre, la Legge di bilancio 2022,

di cui per ora si conosce solamente la bozza. Sarà una Manovra di circa 30 miliardi, che contiene importanti capitoli che riguardano le famiglie italiane, quali ad esempio il fisco, le pensioni, il lavoro, la sanità, la casa e il lavoro. Ma c'è anche spazio per ambiente, sostenibilità, istruzione.

“È una legge di Bilancio espansiva”, ha affermato il premier *Draghi* presentando il testo della Manovra, sottolineando come essa sia in totale continuità con la strada tracciata dalla nota di aggiornamento al DEF e con il PNRR. *Draghi* ha voluto anche ribadire che “l'Italia quest'anno probabilmente crescerà oltre il 6%” e che si tratta di “un periodo molto favorevole per il Paese, essendo stati gli ultimi due trimestri molto positivi e preannunciandosi tale anche il quarto trimestre 2021”.

La Manovra, come specificato nella nota di Palazzo Chigi, ha l'obiettivo di sostenere l'economia nella fase di uscita dalla pandemia e rafforzare il tasso di crescita nel medio termine. Si mira inoltre a ridurre il carico fiscale per famiglie e imprese. Tra i principali stanziamenti per il 2022 annunciati dal Mini-



stro dell'Economia *Franco*:

- 4 miliardi per la spesa sanitaria
- 3 miliardi per il Fondo di garanzia Pmi
- 3 miliardi per ammortizzatori sociali
- 1 miliardo in più per il Reddito di cittadinanza
- 1,5 miliardi ai sussidi sociali e pensioni
- 2 miliardi per contenere costi energia
- 1,5 miliardi agli enti territoriali
- 8 miliardi per riduzione del carico fiscale
- 2 miliardi per investimenti pubblici

- 1,5 miliardi per sostegno a imprese.

Esaminiamo sommariamente alcuni contenuti della bozza di Legge di Bilancio dalla visuale degli interessi degli anziani, con il proposito di tornarci quando disporremo del testo definitivo.

FISCO

Non è stato ancora raggiunto un accordo sul taglio delle tasse, ma è stanziato un fondo da 8 miliardi le cui risorse saranno assegnate dal Parlamento in sede di discussione della legge di bilancio 2022. Le finalità

principali saranno il taglio Irpef e Irap, che è solo l'avvio del processo di riforma fiscale.

PENSIONI

Anche se su questo punto manca ancora un accordo tra le forze di Governo, le novità sulla riforma pensioni inserite in Legge di bilancio ed enunciate durante la conferenza stampa sulla Manovra confermano gli obiettivi del Governo:

- cancellazione di Quota 100 al 31 dicembre 2021
- introduzione per il 2022 del pensionamento con Quota 102



Draghi: «l'Italia quest'anno probabilmente crescerà oltre il 6%, si tratta di un periodo molto favorevole per il Paese, essendo stati gli ultimi due trimestri molto positivi e preannunciandosi tale anche il quarto trimestre 2021».

• graduale ritorno alla riforma Fornero (tutti in pensione a 67 anni di età).

Altra importante novità in arrivo è la conferma di Ape Social, integrata con una serie di categorie sulla base del criterio della gravosità, e di Opzione Donna per tutto il 2022.

REDDITO DI CITTADINANZA

Il reddito di cittadinanza verrà rifinanziato con 1 miliardo, ma verrà introdotta una stretta, ci saranno controlli preventivi e un taglio dell'assegno a partire dalla seconda proposta di lavoro rifiutata.

CASA

>Superbonus 110%: il beneficio è confermato per i condomini fino al 2023, dopodiché scatta la

riduzione al 70% per le spese sostenute nell'anno 2024, al 65% per quelle sostenute nel 2025. Per le villette e le unità unifamiliari, invece, viene prorogato fino alla fine del 2022, ma solo per le prime case e con un tetto Isee fissato a 25mila euro.

>Bonus facciate: è confermata la proroga, anche se nel 2022 la percentuale per la detrazione scende dal 90 al 60%.

>Altri Bonus: il testo della legge di bilancio 2022 conferma la proroga per tre anni per ecobonus e bonus ristrutturazioni. C'è anche la proroga per tre anni del bonus mobili ed elettrodomestici ma cala a 5mila euro il tetto di spesa in base al quale è calcolata la detrazione del 50%.

>Bonus prima casa

under 36: sono estesi per tutto il 2022 gli incentivi fiscali previsti dal bonus prima casa under 36.

>Bonus affitti ai giovani: viene istituito anche un fondo per il bonus affitti ai giovani con età compresa fra i 20 e i 31 anni non compiuti (il cui reddito non superi i 15.493,71 euro annui) che abbiano un contratto di locazione per abitazione principale diversa dall'abitazione principale dei genitori.

CASHBACK

Cancellata la norma che consentiva di ottenere il rimborso del 10% sull'importo degli acquisti con le carte.

BOLLETTE LUCE E GAS

Vengono stanziati altri 2 miliardi per "contenere

gli effetti degli aumenti dei prezzi nel settore elettrico e del gas naturale nel primo trimestre 2022".

SPESA SANITARIA

Il Fondo Sanitario Nazionale viene finanziato con 2 miliardi di euro aggiuntivi ogni anno fino al 2024. Ulteriori risorse sono destinate al fondo per i farmaci innovativi, per complessivi 600 milioni nel triennio. Per il 2022 sono previsti circa 1,8 miliardi per l'acquisto di vaccini e medicinali anti-Covid.

Le borse di studio per gli specializzandi in medicina vengono significativamente aumentate e portate in via permanente a 12.000 l'anno. Gli enti del Servizio Sanitario Nazionale vengono autorizzati a stabilizzare il personale assunto a tempo determinato durante l'emergenza.

NON AUTOSUFFICIENZA

Come anticipato in altre comunicazioni, si aspettava che il Governo inserisse nella Legge di bilancio 2022 almeno un primo step riguardante la riforma della non autosufficienza, prevista dal PNRR, e precisamente lo stanziamento di risorse per il Sad (Servizio di Assistenza Domiciliare, erogato dai Comuni). Su questo punto ha molto lavorato il "Patto per la non autosufficienza" - di cui fa parte anche l'ANAP -. In effetti uno stanziamento sarebbe presente nella bozza di Legge di Bilancio, tuttavia, esso è ben inferiore a quanto da noi richiesto: a fronte di 300 milioni richiesti per il 2022, l'indicazione sembrerebbe quella di stanziare 100 milioni. —

DIARREA, DOLORI ADDOMINALI O FLATULENZA?

Un prodotto offre aiuto grazie al suo effetto cerotto

Disturbi intestinali ricorrenti come diarrea, dolore addominale o flatulenza possono essere un vero fardello. L'aiuto viene dalla ricerca: un bifidobatterio (contenuto esclusivamente in Kijimea Colon Irritabile PRO) combatte i tipici disturbi intestinali grazie al suo principio attivo.

Milioni di persone lottano continuamente contro diarrea, dolore addominale o flatulenza. La qualità della vita ne è fortemente limitata. Ma c'è qualcosa che pochissime persone sanno: se i disturbi intestinali continuano a ripresentarsi, la causa spesso, secondo gli esperti, risiede in una barriera intestinale danneggiata. Ed è proprio qui che entra in gioco Kijimea Colon Irritabile PRO (senza ricetta in farmacia): l'evoluzione del già collaudato prodotto Kijimea Colon Irritabile.

Un principio attivo con l'effetto cerotto

Gli speciali bifidobatteri inattivati termicamente presenti in Kijimea Colon Irritabile PRO offrono un aiuto grazie all'effetto cerotto: essi trovano in modo mirato le aree danneggiate della parete intestinale e vi si attaccano, creando una protezione come un cerotto e permettendo alla parete intestinale di riprendersi. In questo modo, i disturbi intestinali tipici come diarrea, dolore addominale o flatulenza possono attenuarsi e si possono evitare nuove irritazioni.

È un dispositivo medico CE 0481. Leggere attentamente le avvertenze o le istruzioni per l'uso. Autorizzazione ministeriale del 21/10/2020. • Immagine a scopo illustrativo.



Ancora meglio in caso di problemi intestinali

I ricercatori hanno anche scoperto che i disturbi intestinali come diarrea, dolore addominale o flatulenza vengono alleviati grazie agli speciali batteri del ceppo B. bifidum HI-MIMBb75. Chiedi in farmacia Kijimea Colon Irritabile PRO.

Kijimea Colon Irritabile PRO

- ✓ Con effetto cerotto
- ✓ Migliora diarrea, mal di pancia e flatulenza
- ✓ Migliora la qualità della vita

Per la Vostra farmacia:

Kijimea Colon Irritabile PRO
(PARAF 978476101)



SENTIRSI FINALMENTE MEGLIO

Per la Vostra farmacia:
Kijimea Regularis
(PARAF 975791981)

Come attivare l'intestino e ridurre il gonfiore addominale

Lo stress, il poco esercizio fisico o una dieta povera di fibre spesso portano a una ridotta attività intestinale. La conseguenza: il trasporto del cibo attraverso l'intestino richiede molto più tempo, la digestione rallenta e ciò porta a evacuazioni irregolari e stitichezza. A ciò spesso si accompagna anche uno sgradevole

gonfiore addominale. Con Kijimea Regularis fai ripartire l'intestino e riduci così il gonfiore addominale. Kijimea Regularis contiene fibre di origine vegetale che si gonfiano nell'intestino e ne allungano delicatamente i muscoli. Puoi acquistare Kijimea Regularis senza ricetta in farmacia.



È un dispositivo medico CE 0481. Leggere attentamente le avvertenze o le istruzioni per l'uso. Autorizzazione ministeriale del 21/10/2020. • Immagine a scopo illustrativo.

Riforma Non Autosufficienza

L'impegno di ANAP e le proposte presentate al governo



A cura di Fabio Menicacci

L'ANAP ha aderito al "Patto per un nuovo welfare sulla non autosufficienza", il più grande raggruppamento di rappresentanza sociale in materia nel nostro Paese, con il coordinamento scientifico del Network Non Autosufficienza, costituitosi ufficialmente lo scorso luglio alla presenza del Ministro del Lavoro Andrea Orlando e del Ministro della Salute Roberto Speranza.

Il Patto vuole formulare proposte operative per la riforma dell'assistenza agli anziani non autosufficienti e promuovere tali proposte presso governo e società civile affinché siano introdotte nella riforma, per dare finalmente al nostro Paese una giusta legislazione in materia.

ANAP ha partecipato attivamente alle riunioni preparatorie per stilare i documenti di proposte oggi sottoposti al Governo e ai Ministri competenti, affinché se ne tenga conto nella formulazione della Legge di Bilancio 2022.

Il Patto ha scelto di porre la sua attenzione sulla domiciliarità, proponendo di avviare, già nel 2022 con la Legge di Bilancio, il Piano Nazionale di Domiciliarità Integrata per gli anziani non autosufficienti.

Le azioni previste sono quelle di superare le separazioni a livello nazionale e locale: a livello nazionale con la costituzione di un'unica cabina di regia presso i Ministeri della Salute e del Welfare, che si occupi di programmare gli investimenti e il loro utilizzo; a livello locale attraverso la stipula di accordi tra Comuni ed Asl per affrontare insieme gli interventi necessari per gli anziani non autosufficienti e le loro famiglie.

Si vuole programmare inoltre l'assistenza domiciliare integrata (Adi) a partire dalle persone e non dalle prestazioni. Oggi, l'Adi, è il servizio domiciliare prevalente e vedrà crescere i propri fondi nei prossimi anni. Per spenderli al meglio però, bisognerà fare dei cambiamenti rispetto al passato. Il Piano di Domiciliarità prevede nel 2022 un atto nazionale che riformi l'Adi, a partire dalle effettive condizioni degli anziani e incrementi l'intensità degli interventi.

Infine, incrementare i fondi del Servizio di assistenza domiciliare (Sad) ai Comuni. Il Piano, nella Legge di bilancio 2022, prevede un nuovo finanziamento per il Sad, che vede aumentare l'utenza di anno in anno, e deve essere riconosciuto come livello essenziale delle prestazioni, strutturandone stabilmente la presenza nei territori.

A cominciare quindi dal Sad si vogliono portare risposte concrete agli anziani non autosufficienti e alle loro famiglie il prima possibile, senza aspettare la riforma complessiva prevista dal PNRR tra il 2023 e il 2024. —



L'ANAP ha aderito al "Patto per un nuovo welfare sulla non autosufficienza", il più grande raggruppamento di rappresentanza sociale in materia nel nostro Paese.

Il Patto vuole formulare proposte operative per dare finalmente al nostro Paese una giusta legislazione in materia.



La quarta ondata: risalgono i contagi in Europa

Green Pass e vaccini: cosa ci aspetta nei prossimi mesi.

A cura della redazione

Abbiamo trascorso gli ultimi mesi all'insegna di un ritorno ai tempi pre-covid: tante le riaperture, dai viaggi ai cinema e ai teatri, complici il Green Pass e la campagna vaccinale avviata dal Governo, sembra che il Covid-19 fosse ormai, se non sconfitto, quantomeno circoscritto.

A ottobre i primi dati allarmanti di una inversione della curva dei contagi

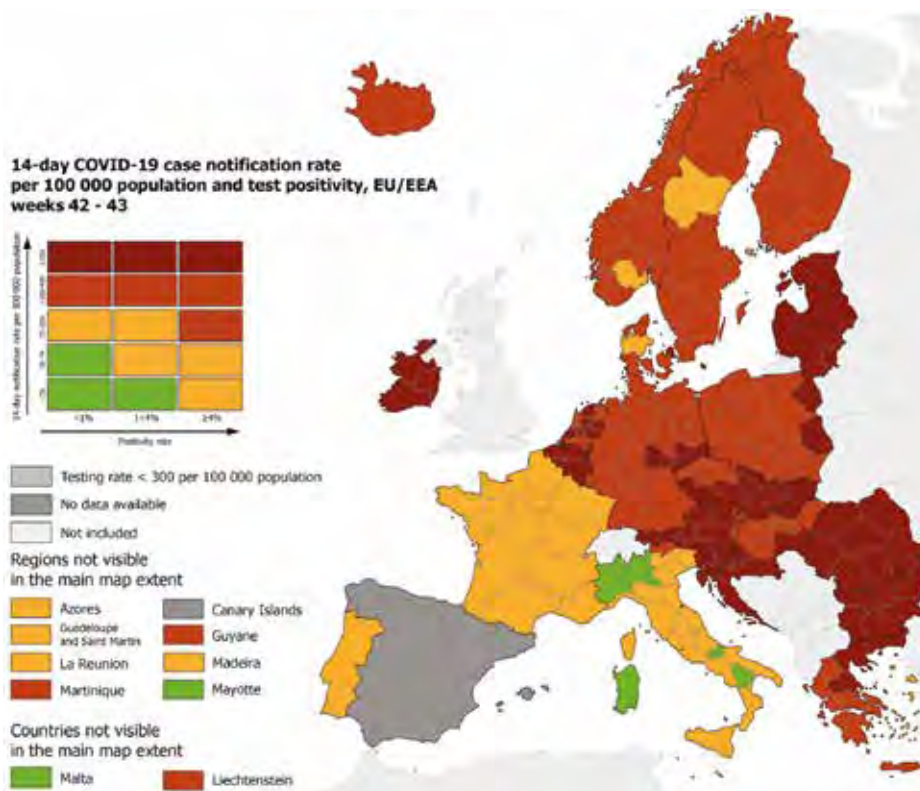
sono arrivati soprattutto dall'estero: il primo Paese a segnalare il ritorno del Covid, già dall'estate, è stato Israele, cui hanno fatto seguito Inghilterra e Germania.

Al momento in cui scriviamo, mentre gli Stati Uniti hanno annunciato lo scorso 8 novembre la riapertura ai viaggi, sono molti gli Stati in Europa che stanno affrontando la quarta ondata.

Il Direttore Mondiale dell'OMS per

L'Europa, Hans Kluge nella conferenza stampa del 4 novembre ha affermato che "Siamo ancora una volta nell'epicentro della pandemia. Se si conferma questa tendenza, potremmo registrare un altro mezzo milione di morti causati dal Covid-19 nella regione entro febbraio", ha detto presentando i dati che parlano di un tasso di trasmissione "molto preoccupante" in Europa, che finora ha registrato più di 1,4 milioni di morti. Per l'Oms, l'aumento dei casi può essere spiegato dalla combinazione di una copertura vaccinale insufficiente (nonostante la disponibilità di vaccini) e dell'allentamento delle misure restrittive. Secondo l'agenzia sanitaria, i ricoveri legati al Covid-19 "a novembre sono più che raddoppiati in una settimana". Il numero di nuovi casi giornalieri è in aumento da quasi sei settimane consecutive in Europa e il numero di nuovi decessi al giorno è in crescita da poco più di sette settimane consecutive, con circa 250mila casi e 3.600 decessi al giorno, secondo i dati ufficiali per

La diffusione del Covid-19 in Europa nel mese di novembre



paese elaborati dall'Afp. L'Oms ha raccomandato un uso massiccio e continuo delle mascherine. “Proiezioni affidabili mostrano che se raggiungiamo un tasso di uso delle mascherine del 95 per cento in Europa e in Asia centrale, potremo salvare fino a 188mila vite su mezzo milione di vite che stiamo per perdere entro il febbraio del 2022”, ha osservato Kluge.

Anche Marco Cavalieri, responsabile vaccini dell'Emma ha dichiarato che ci troviamo nella quarta ondata della pandemia.

Nell'Europa centro-orientale, dove i vaccinati sono meno del 50% della popolazione, Ucraina, Croazia, Slovenia e Slovacchia hanno riportato il numero più alto di nuovi casi giornalieri dall'inizio della pandemia.

In Francia il parlamento ha approvato il disegno di legge sulla vigilanza sanitaria che include la proroga al 31 luglio dell'uso del Green Pass, richiesto dai dodici anni in su per entrare in luoghi pubblici e d'intrat-

tenimento, sui mezzi di trasporto a lunga e media percorrenza e obbligatorio per chi lavora in questi settori.

I casi totali di nuovo coronavirus registrati in Africa sono più di 8,5 milioni con 218mila morti, secondo l'ultimo rapporto dell'Oms. E in Italia? “Dipende da noi far sì che non diventi un'ondata impetuosa come in altri Paesi”. Ha dichiarato Walter Ricciardi, professore ordinario di Igiene e medicina preventiva, già presidente dell'Iss e consigliere del ministro della Salute per l'emergenza coronavirus. “Se continueremo a usare protezioni, faremo le terze dosi e gestiremo bene il testing e tracciamento nelle scuole in maniera adeguata, resterà un'ondata piccola e non travolgente come accade in altri Paesi”.

Sono tre i motivi dell'aumentata circolazione del virus: il freddo, che porta a stare più a lungo in luoghi chiusi e più assembrati; la mancata copertura vaccinale di una percentuale importante della popolazione (non è il caso dell'Italia) e

la parziale attenuazione della protezione vaccinale dalla seconda inoculazione. A ciò si aggiunge il fatto che ci muoviamo di più, abbiamo attenuato l'uso delle mascherine e abbiamo ridotto il distanziamento sociale. Se il peggioramento della situazione nel nostro Paese è previsto tra gennaio e febbraio, al momento non sono previste restrizioni a Natale, a patto di procedere con la terza dose che va fatta per impedire la circolazione del virus e per mantenere la protezione dalle forme gravi del virus.

Ricciardi afferma che oggi siamo tra i Paesi migliori, perché abbiamo un'alta copertura vaccinale e un Green Pass estensivo che permette di frequentare ambienti al chiuso con un certo livello di sicurezza. Se continueremo così, potremo pensare di superare l'inverno in modo adeguato. È molto importante però il richiamo di terze dosi perché tra gennaio e febbraio scadono i sei mesi per milioni di persone e queste devono proteggersi”. In questo momento, ha concluso, “la pandemia è sostanzialmente dei non vaccinati ma anche di chi sta iniziando a perdere la protezione vaccinale”.

Il governo a novembre ha messo a punto una nuova strategia per contrastare la quarta ondata: Green pass valido 12 mesi in vigore fino all'estate, riapertura di tutti gli hub regionali per la terza dose e completamento dei cicli, chiusure in base al cambio di fascia delle regioni.

Va segnalato che oltre due milioni di cittadini hanno già ricevuto al terza dose e che il sistema ospedaliero regge, anche se in alcune città si stanno aumentando i posti disponibili in area medica e terapia intensiva in modo da rimanere sotto la soglia critica. Ma con l'arrivo del freddo e delle festività di dicembre bisogna avere pronto il piano per fronteggiare la “quarta ondata”. Altra certezza sarà l'obbligo della mascherina al chiuso, così come il distanziamento pur sapendo che non è più obbligatorio al cinema, al teatro o nelle sale da concerto.

Quanto allo stato d'emergenza, l'ultima proroga scade il 31 dicembre, ma entro la metà del mese il Governo deciderà se prorogare fino al 31 marzo 2022. —

Via libera alla terza dose del vaccino anti Covid ad anziani

Con una Circolare del Ministero della Salute la somministrazione riparte dai più fragili.

A cura della redazione

Il Ministero della Salute ha dato il via libera all'avvio della somministrazione della dose di richiamo del vaccino anti Covid-19. Secondo quanto riferisce il dicastero, saranno interessati i soggetti di età uguale o superiore agli 80 anni, il personale e gli ospiti dei presidi residenziali per anziani, gli esercenti le professioni sanitarie e gli operatori di interesse sanitario a partire dai soggetti di età uguale o maggiore di 60 anni o con patologia concomitante tale da renderli vulnerabili a forme di Covid-19 grave o con elevato livello di esposizione all'infezione.

La dose booster deve essere somministrata dopo almeno sei mesi dall'ultima inoculazione.

Indipendentemente dal vaccino utilizzato per il ciclo primario, sarà per ora possibile utilizzare come dose "booster" (richiamo) uno qualsiasi dei due vaccini a m-RNA autorizzati in Italia (Pfizer e Moderna).

Il Ministro della Salute, Roberto Speranza, ha dichiarato: "Partiamo con la terza dose per ottantenni, ospiti delle Residenze sanitarie assistenziali (Rsa) e personale sanitario. Così diamo subito più protezio-

ne ai più fragili e a chi lavora nei presidi sanitari".

È stato dimostrato, infatti, che dopo sei mesi circa dall'iniezione, il vaccino anti Covid perde buona parte della sua efficacia. Gli anticorpi, infatti, diminuiscono decisamente e lasciano scoperto l'organismo e il sistema immunitario del soggetto, rendendolo aggredibile dal virus Covid.

Per questo motivo, la necessità di un richiamo per una terza dose di vaccino.

La campagna vaccinale per la terza dose segue l'iter di quelle precedenti. Il richiamo può essere domandato, per ora, dalle categorie individuate dal governo: persone fragili (immunocompromessi, trapiantati, malati oncologici), over 80, over 40 e personale sanitario.

Per prenotare la dose definita "booster" del vaccino anti Covid, le regioni non hanno un'unica modalità: poche regioni italiane, infatti, hanno attivato la chiamata diretta e soltanto una prevede il coinvolgimento del medico di famiglia.

Ci sono anche alcune regioni che hanno attivato il servizio tramite Cup e farmacia.

Nel box le modalità scelte dalle regioni. —

Regione	Comunicazione diretta	Piattaforma Online	Call Center	Farmacie accreditate	Accesso diretto senza prenotazione	Cup/ Cup Online	Sportello post Ama	Portalettere	Medico di base
Abruzzo		X	X				X	X	
Basilicata		X			X				
Calabria				X					
Campania				X					
Emilia Romagna	X (solo persone fragili)	X	X	X		X			
Friuli Ve. Giulia		X	X			X			
Lazio	X (over 60 già vaccinati a domicilio)	X	X						
Liguria		X	X	X		X			
Lombardia		X	X				X	X	
Marche		X	X				X	X	
Molise		X							
Piemonte	X (solo persone fragili)				X (over 60)				
Puglia		X		X		X			
Sardegna		X	X				X	X	
Sicilia		X	X						
Toscana	X (trapiantati e immunodepressi)			X (over 60)	X (over 80)				X (over 80)
Trentino A. A.		X							
Umbria		X		X					
Valle D'aosta	X								
Veneto		X	X						

Studio dell'Imperial College di Londra

Sette sono i sintomi da considerare per la diagnosi di Coronavirus.

A cura di Claudio D'Antoangelo

A distanza di quasi due anni dallo scoppio della pandemia da coronavirus, sono in corso ancora ricerche e studi sul virus, sulle sue cause e sui sintomi che dovrebbero spingere le persone a fare accertamenti e fare il tampone molecolare per verificare se effettivamente la malat-

tia è presente, al fine di tutelare la propria salute ma anche quella degli altri.

Secondo uno studio dell'*Imperial College* di Londra, pubblicato sulla rivista *PLOS Medicine*, confrontando i tamponi positivi di 1.147.345 volontari, si è arrivati alla conclusione che i sintomi del coronavirus sono sette.

Eccoli:

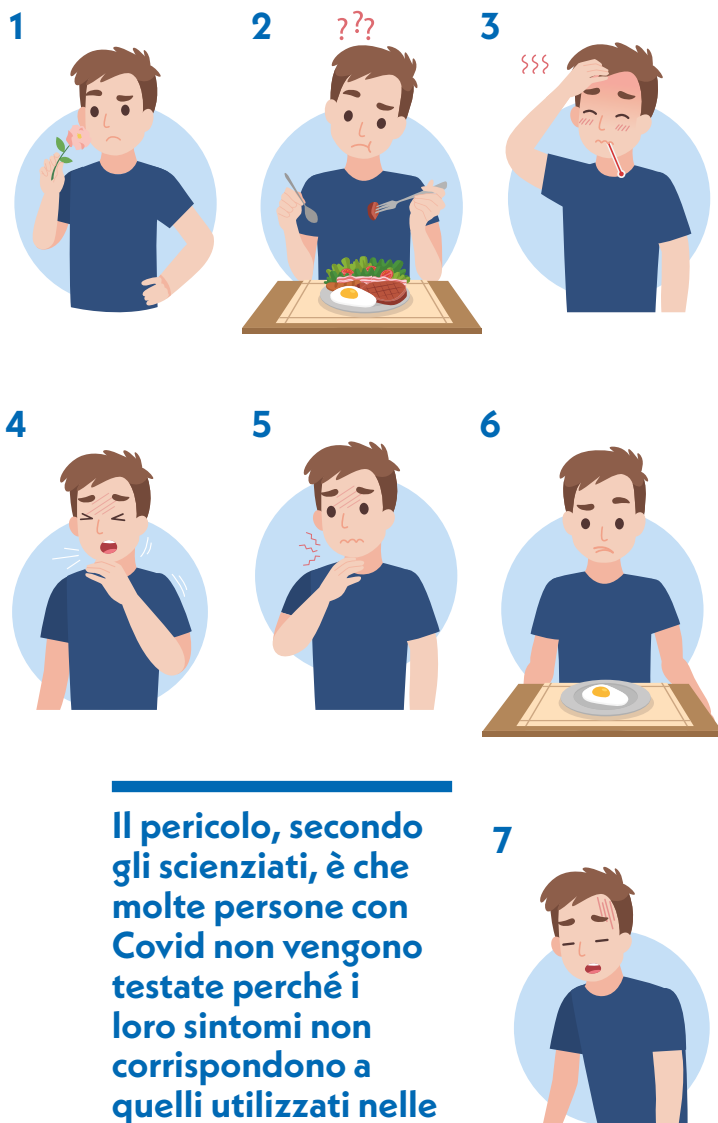
1. perdita o cambiamento dell'olfatto;
2. perdita del gusto;
3. febbre;
4. tosse persistente;
5. brividi;
6. perdita di appetito;
7. dolori muscolari.

I primi quattro sono attualmente utilizzati nel Regno Unito per determinare l'idoneità per ricevere un tampone. Al fine di migliorare i tassi di positività al tampone molecolare e di conseguenza di migliorare il controllo della trasmissione del virus, verrà proposto di estendere la lista dei sintomi usati come triage a tutti e sette i sintomi identificati.

Il pericolo, secondo gli scienziati, è che "molte persone con COVID non vengano testate perché i loro sintomi non corrispondono a quelli utilizzati nelle attuali linee guida sulla salute pubblica per aiutare a identificare le persone infette".

La difficoltà di diagnosi del coronavirus, che ci accompagna dall'inizio della pandemia, è dovuta al fatto che i sintomi sono spesso gli stessi di altre forme influenzali.

Come distinguere dunque l'influenza dal COVID? L'unico modo certo per fare una diagnosi differenziale è eseguire il tampone, tuttavia, per decidere se eseguirlo, ci si può aiutare con l'elenco di questi sintomi, proprio perché in genere, se si presentano singolarmente (solo raffreddore, solo febbre, solo vomito e diarrea), è verosimile che si sia di fronte a malanni di stagione. —



Il pericolo, secondo gli scienziati, è che molte persone con Covid non vengono testate perché i loro sintomi non corrispondono a quelli utilizzati nelle attuali linee guida



Il Rapporto Passi d'Argento, è pubblicato il 1° ottobre, Giornata Internazionale delle persone anziane sul sito dell'Istituto Superiore di Sanità

La qualità della vita degli over 65

Publicato il Rapporto Passi d'Argento.

A cura della redazione

Il 1° ottobre scorso è stata la Giornata Internazionale delle persone anziane: un'occasione per riconoscere il valore e perché siano rappresentate all'opinione pubblica come soggetti di valore per sé e per la collettività.

L'età anziana è una realtà complessa e variegata che comprende anziani attivi e in salute fino a quelli non autosufficienti. Se da un lato l'invecchiamento della popolazione rappresenta un indubbio successo sul piano della sanità pubblica, evidenziando una aspettativa di vita

molto alta, allo stesso tempo, richiama l'attenzione sulla necessità di ulteriori interventi di sostegno alle politiche sanitarie e sociali. Invecchiare in buona salute è, infatti, un obiettivo prioritario non solo delle strategie europee ed internazionali ma anche di quelle del Paese.

Questi ultimi due anni di Covid hanno contribuito a rendere più fragile la categoria degli over 65, rimasta isolata anche dai propri cari, spaventata dall'idea del contagio che necessariamente ha dovuto frenare anche il contributo dato

alla famiglia, sia in termini di disponibilità e di tempo, sia in quelli economici. Il virus ha ridotto la partecipazione alla vita sociale e il contributo alla collettività.

Qual è dunque al momento la situazione in Italia degli anziani?

Il Rapporto Passi d'Argento, pubblicato ad ottobre sul sito dell'Istituto Superiore di Sanità, fotografa la qualità della vita il degli over 65.

Due anziani su dieci vivono in una condizione di isolamento sociale e soltanto uno su quattro nel 2020 è riuscito a dare un contributo in famiglia o nella società: il rischio contagio da Covid, in altre parole, ha limitato anche il loro sostegno a figli e nipoti.

Sono crollate le gite fuori porta, le vacanze e i viaggi organizzati, i momenti di aggregazione, i ritrovi al bar o in luoghi ricreativi come i Centri anziani.

Si calcola che la quota di "anziano risorsa" sia passata dal 30% del 2019 al 25% del 2020. Su questo risultato è possibile abbia influito anche la volontà dei familiari di tutelare i propri cari più anziani dal rischio contagio.



I dati del Rapporto "Passi d'Argento"

Dal Rapporto "Passi d'Argento", coordinato dall'Istituto Superiore di Sanità (ISS) è emerso in particolare che in Italia l'83% degli anziani vive in casa di proprietà e **2 anziani su 10 vivono da soli**. Il 60% viene considerato attivo, ma 4 anziani su 10 hanno paura di cadere, in particolare le donne, le persone con maggiori difficoltà economiche o con basso livello di istruzione e chi vive da solo.

Il 21% si dichiara insoddisfatto della propria vita; maggiore insoddisfazione è tra coloro che percepiscono come cattivo il proprio stato di salute, che hanno 3 o più patologie croniche, problemi di disabilità e non sono ben integrati socialmente.

Il 13% mostra sintomi di depressione, più frequenti all'avanzare dell'età, tra le classi socialmente più svantaggiate per difficoltà economiche o per bassa istruzione, tra chi vive solo e fra le persone con diagnosi di patologia cronica. Il 26% di anziani con sintomi di depressione non chiede aiuto.

Il 15% sono disabili che richiedono assistenza; in particolar modo dopo gli 85 anni la disabilità interessa quasi 1 anziano su 2. La quasi totalità delle persone con disabilità (99%) riceve aiuto, ma questo carico di cura e di assistenza è per lo più

sostenuto dalle famiglie, molto meno dal servizio pubblico di ASL e Comune.

Quasi **3 anziani su 4 (il 71%) non partecipano ad incontri collettivi presso punti di aggregazione come il centro anziani**, il circolo, la parrocchia o le sedi di partiti politici e di associazioni e il 35% ha dichiarato di avere difficoltà nell'accesso ai servizi sociosanitari in particolare ai servizi della ASL e i negozi di prima necessità. Eppure quasi 1 persona su 3 (29%) rappresenta una risorsa per i propri familiari o per la collettività: il 19% si prende cura di congiunti, il 14% lo fa prendendosi cura di familiari o amici, con cui non vive, e il 6% partecipa ad attività di volontariato.

Più della metà degli ultra 65enni (il 61%) riferisce di avere almeno un problema strutturale nell'abitazione in cui vive e il 15% percepisce il proprio quartiere poco sicuro. Circa il 18% degli anziani vive una condizione di fragilità che grava principalmente sulle famiglie, il 94% delle persone con fragilità riceve aiuto dai familiari, il 20% da badanti e il 12% da conoscenti. Conoscere le condizioni di vita e di salute degli anziani è fondamentale per assicurare le azioni di prevenzione e valutarne l'efficacia nel tempo e per realizzare azioni e interventi finalizzati a migliorare la qualità di vita.

Fino all'anno scorso i nonni avevano un ruolo attivo nel ménage familiare e della collettività: il 19% si prendeva cura del proprio congiunto, il 14% di familiari o degli amici non conviventi ma in difficoltà e il 5% partecipava ad attività di volontariato.

Una quota importante di anziani aveva poi l'abitudine di partecipare a iniziative di aggregazione: il 20% degli ultra 65enni si iscriveva a eventi sociali come gite e soggiorni organizzati, mentre il 5% si dedicava alla propria formazione, frequentando corsi di lingua straniera, di cucina, partecipava a corsi di formazione per l'utilizzo del computer o a percorsi presso le Università della terza età.

Ora i dati del quadriennio 2017-2020, mostrano che circa due ultra 65enni su dieci vivono in una condizione di isolamento sociale. Il 20% dichiara che, nel corso di una settimana "normale", non ha avuto contatti, neppure telefonici, con altre persone e il 71% di non aver frequentato nessun punto di aggregazione o incontro.

Questa condizione di isolamento



I dati del quadriennio 2017-2020 mostrano che circa due ultra 65enni su dieci vivono in una condizione di isolamento sociale.

sociale è più frequente con l'avanzare dell'età e quando le condizioni economiche sono più precarie: il 40% è infatti rappresentato dagli ultra 85enni, il 30% da chi fatica ad arrivare a fine mese. A questo si aggiunge anche un 26% di individui anziani che hanno un basso livello di istruzione. Questo dato è particolarmente significativo al Centro-Sud dell'Italia. Importanti anche le ripercussioni su chi ha disabilità: la percentuale arriva al 56%.

Anche in considerazione delle esperienze legate alla pandemia da Covid-19, **il Piano nazionale della Prevenzione (PNP) 2020-2025**, adottato con Intesa Stato-Regioni del 6 agosto 2020, ha previsto un rinnovato impegno nel campo della promozione della salute e della prevenzione delle malattie lungo tutto il corso della vita e sostiene la necessità di programmare e progettare sempre più in modo integrato, ponendo particolare attenzione a gruppi sociali particolarmente a rischio di fragilità o di disuguaglianza, secondo una visione etica e di coesione sociale. —

Il Patto per un nuovo welfare sulla non autosufficienza



Cristiano Gori



Professore ordinario di politica sociale nel Dipartimento di Sociologia e Ricerca Sociale dell'Università di Trento, dove presiede il Corso di Laurea Specialistica in "Metodologia, Organizzazione e Valutazione dei Servizi Sociali" (Movass). È consulente scientifico dell'Irs. Ha ideato e dirige il Network non Autosufficienza (NNA), l'osservatorio www.lombardiasociale.it e la rivista www.luoghidellacultura.it. Ha ideato l'Alleanza contro la Povertà in Italia, della quale è stato coordinatore scientifico sino al 2019, quando ne è uscito. È responsabile scientifico del Rapporto annuale sulle politiche contro la povertà promosso da Caritas Italiana.

Qual è oggi la situazione dell'assistenza agli anziani non autosufficienti in Italia? Quali le principali criticità da superare?

Il sistema pubblico di assistenza agli anziani in Italia, da tempo è caratterizzato da diversi problemi di fondo. Uno consiste nella **frammentazione degli interventi pubblici**, erogati da diversi soggetti non coordinati tra loro (Asl, Comuni, Inps); attualmente l'insieme delle misure sono presenti in una caotica molteplicità di enti, sedi e percorsi differenti. Un altro problema risiede nel ricorso a **modelli d'intervento solo in parte adeguati alle specificità della condizione di non autosufficienza**. Ad esempio, nell'ambito dei servizi domiciliari, l'assistenza domiciliare integrata (Adi), fornisce in prevalenza determinate prestazioni medico-infermieristiche per rispondere a singole patologie e non fornisce interventi multidimensionali personalizzati, di aiuto concreto nelle attività fondamentali della vita quotidiana.

L'ultima criticità di fondo consiste nell'**insufficiente finanziamento dei servizi alla persona**. Non è possibile operare una profonda rivisitazione di servizi così sotto-finanziati, aumentandone le responsabilità, senza incrementarne i fondi.

Il Patto per un nuovo welfare sulla non autosufficienza ha presentato al Governo la proposta di inserire la riforma dell'assistenza agli anziani non autosufficienti nel Piano



Nazionale di Ripresa e Resilienza; quali sono gli obiettivi della proposta e a che punto sono i lavori?

La proposta presentata al Governo come *Patto per un nuovo welfare sulla non autosufficienza*, contiene tre principali obiettivi:

Avviare la riforma - Sfruttare l'occasione del PNRR per avviare la riforma dell'assistenza agli anziani non autosufficienti in Italia, attesa dalla fine degli anni '90, quando si iniziò a discuterne in sede tecnica e politica, sinora senza esito.

Introdurre un primo pacchetto d'interventi - Questo è stato pensato come il passo iniziale del percorso di riforma. Gli interventi da attuare sono il rafforzamento della domiciliarità, la semplificazione dei percorsi di accesso e la riqualificazione della residenzialità; li accompagnano alcune azioni

**Trento in prima linea nella lotta alla povertà.
Dall'Università: "Recepte numerose nostre proposte.
Mai prima d'ora un fronte tanto ampio di pressione costruttiva".**

Intervista a Cristiano Gori, ideatore del Patto e direttore di Network non Autosufficienza che vi aderisce e ne cura il coordinamento scientifico.

A cura di Laura di Cintio

trasversali, tra le quali l'introduzione di un sistema di monitoraggio e di nuove forme di collaborazione tra Stato, Regioni e Comuni.

Promuovere la collaborazione tra i due Ministeri coinvolti - La fattiva collaborazione tra il Ministero del Lavoro e delle Politiche Sociali e quello della Salute è ritenuta una condizione imprescindibile per promuovere efficacemente nei territori il necessario approccio multidimensionale alla non autosufficienza, in grado di considerare le sue molteplici sfaccettature.

La proposta è stata appoggiata in una prima fase da nove associazioni. Successivamente, il sostegno della società civile si è ulteriormente ampliato e il 20 luglio è nato il Patto per un nuovo welfare sulla non autosufficienza, composto attualmente da 43 organizzazioni, tra le quali sono contento sia presente anche ANAP.

Di cosa hanno concretamente bisogno gli anziani non autosufficienti nel nostro Paese e quali dunque i punti chiave per una riforma sulla loro assistenza?

Concretamente gli anziani non autosufficienti hanno bisogno che venga riconosciuta la specificità e l'eterogeneità della non autosufficienza, attraverso il superamento della frammentazione degli interventi e attraverso un investimento sui diversi servizi. Quindi la riforma sull'assistenza agli anziani dovrebbe seguire i seguenti punti chiave:

1. Riforma sostanziale - È necessaria una riforma capace di aggredire i problemi di fondo, che modifichi strutturalmente il

settore, come avvenuto nei paesi vicini al nostro che già l'hanno introdotta (Austria nel 1993, Francia nel 2002, Germania nel 1995, Spagna nel 2006).

2. Superare la frammentazione, riconducendo a un quadro unitario la molteplicità di risposte previste (siano esse contributi economici o servizi). Dal punto di vista dei cittadini, un simile cambiamento dovrebbe toccare i percorsi per accedere agli interventi, la loro progettazione e la loro erogazione.

3. Riconoscere le specificità della non autosufficienza - È necessario seguire il paradigma proprio dell'assistenza agli anziani, il care multidimensionale, che prevede risposte progettate a partire da uno sguardo complessivo sulla condizione dell'anziano (fattori di fragilità, contesto di vita e relazioni). Serve inoltre diversificare le risposte in base all'eterogeneità dei profili degli anziani non autosufficienti, legata innanzitutto alle diverse condizioni di disabilità, fisica e/o mentale.

4. Investire per cambiare - È necessario incrementare le risorse pubbliche dedicate al settore, in particolare ai servizi alla persona (domiciliari, semi-residenziali e residenziali). Gli attuali stanziamenti pubblici per i servizi risultano nettamente inadeguati a rispondere alle esigenze degli anziani e delle loro famiglie. Attenzione, però, più fondi in sé non sono un valore, dipende da come vengono utilizzati. È necessario seguire una semplice regola: ogni euro stanziato in più deve essere finalizzato a innovare le risposte. —



Patto per un nuovo welfare sulla non

autosufficienza

Il Patto per un nuovo welfare sulla non autosufficienza è una coalizione sociale nata per valorizzare l'occasione storica offerta dalla riforma nazionale dell'assistenza agli anziani non autosufficienti in Italia, prevista dal Pnrr. Il Patto elabora proposte operative per la riforma e le promuove presso il Governo, il Parlamento e la società civile. Hanno costituito il Patto le realtà sociali che hanno proposto l'introduzione della riforma nel Pnrr e che si sono battute per il raggiungimento di questo obiettivo, trovando l'ascolto delle Istituzioni. Lo compongono 43 organizzazioni, che rappresentano gli anziani non autosufficienti, i loro familiari, i pensionati, gli operatori del welfare e i gestori dei servizi, con il coordinamento scientifico del Network Non Autosufficienza. Il Patto è nato il 20 luglio 2021 e si scioglierà al momento dell'approvazione della riforma.

Cristiano Gori in due scatti di ©Romano Magrone

Conti | Mutui | Prestiti | Assicurazioni | Investimenti | Previdenza

ESSERE ONLINE. OVUNQUE IO SIA.



BENVENUTI IN UN MONDO DIGITALE

Creare una connessione con tutti i nostri clienti è semplice.
E con l'**internet banking**, l'**app Intesa Sanpaolo Mobile** e **tutti i nostri servizi digitali**
lo è ancora di più, anche per i nuovi clienti che provengono da UBI Banca.



Scopri di più su:
[intesasanpaolo.com](https://www.intesasanpaolo.com)

INTESA  SANPAOLO

La Fiapa a Roma per il primo incontro post pandemia



Il Consiglio Direttivo di nuovo in presenza.

A cura di Bernardetta Cannas

Lo scorso 10 novembre, a Roma, presso la sede nazionale dell'ANAP, si è tenuto il primo Consiglio Direttivo Fiapa in presenza, dopo quasi due anni di pandemia e di incontri online.

I membri della Federazione internazionale si sono potuti incontrare nuovamente di persona per discutere insieme delle attività promosse e realizzate dalle varie associazioni a tutela degli anziani nei propri Paesi d'appartenenza nel corso della crisi sanitaria globale causata dal Covid-19.

L'incontro ha rappresentato inoltre un'importante occasione di confronto sulle azioni future e di costruzione condivisa del programma di attività, complesso e ricco di spunti, che la Fiapa e tutti i suoi aderenti porteranno avanti a livello locale e internazionale.

La pandemia, infatti, ha messo in evidenza la necessità di intervenire compatti a tutela delle persone anziane, con particolare attenzione a quelle più fragili, sole, a rischio di emarginazione, povertà assoluta ed esclusione sociale.

L'impatto del Covid e delle conseguenti misure di distanziamento sociale e isolamento, anche dai propri familiari e dalle proprie amicizie, è stato forte ed ha accentuato le differenze concrete esistenti fra chi ha accesso alle nuove tecnologie e chi, al contrario, ha dovuto affrontare profonde difficoltà nell'utilizzo degli strumenti tecnologici concepiti per facilitare la connessione e la comunicazione a distanza.

Le sfide da affrontare sono tante, ma la forza della rete, della collaborazione e del lavoro quotidiano di



Da sinistra: Alain Koskas (Presidente Fiapa), Giampaolo Palazzi (Delegato Consiglio direttivo ANAP per relazioni con l'estero), Sonia Guaragna (Segretario Generale Fiapa), Maria Bailleul (Segretaria di direzione Fiapa), Guido Celaschi (Presidente nazionale ANAP)

tutti, consentirà di supportare le fasce più deboli e vulnerabili della popolazione, nell'impegno comune di superare le lacune, i problemi e le criticità che questa fase catastrofica e inattesa della nostra storia ha prodotto.

Il potersi incontrare nuovamente di persona è stato poi volano di consolidamento dei legami preesistenti e di rafforzamento della volontà comune di ascoltare, accogliere e rispondere ai fabbisogni vecchi e nuovi dei nostri anziani, presentandoli alle istituzioni locali ed internazionali impegnate sul campo, in occasione di commissioni dedicate e di eventi a tema, già in programma per il 2022. —



La FIAPA è la Federazione Internazionale delle Associazioni degli Anziani, nata dalla volontà di sessanta associazioni provenienti da quattro paesi (Francia, Italia, Belgio e Spagna) per difendere i diritti e gli interessi degli anziani nella nostra società contemporanea.

La pandemia ha messo in evidenza la necessità di intervenire compatti a tutela degli anziani.

L'impatto del Covid-19 sulla vita e sulla partecipazione sociale delle persone anziane

A Metz, in Francia, esperti a confronto sul tema.

A cura di Bernardetta Cannas

Il 3 e 4 novembre 2021, a Metz, presso il Dipartimento di Scienze sociali e Umane dell'Università della Lorena, si sono svolte due giornate di studio e confronto nell'ambito del progetto internazionale RIDPA. L'iniziativa, avviata lo scorso anno con il coinvolgimento di ricercatori ed esperti di ben 17 Paesi aderenti, si propone di realizzare una ricerca su base internazionale sul tema degli effetti e

impegnati sul duplice tema dell'invecchiamento e della cittadinanza, con particolare riguardo all'integrazione politica, sociale ed economica degli anziani e dei gruppi sociali di appartenenza.

Fra i suoi obiettivi prioritari, la promozione e la realizzazione di progetti di ricerca internazionali anche attraverso l'organizzazione di scambi fra Paesi, in particolare mediante cicli di conferenze o seminari.

In tale contesto, il progetto RIPDA riunisce un team internazionale e multidisciplinare di 44 ricercatori ed esperti, provenienti da quattro continenti (Africa, America del Sud e del Nord, Asia ed Europa). Le due giornate di studio hanno rappresentato per i ricercatori un'importante occasione di discussione e condivisione sui primi elementi di analisi delle politiche nazionali, messe in atto durante la pandemia, emerse e riportate (in presenza ed a distanza per chi non ha potuto partecipare) nel corso del programma.

Nello specifico, l'ANAP ha potuto presentare la sintesi della situazione italiana, portando testimonianze ed iniziative che l'Associazione realizza con costante impegno, al fine di tutelare e rappresentare le esigenze degli anziani, con particolare attenzione a quelli più fragili e a rischio di esclusione sociale. —



dell'impatto della pandemia da Covid-19 sul rispetto e sull'effettiva applicazione dei diritti universali fra le persone anziane, particolarmente colpite dalla crisi sanitaria.

Tra i partecipanti, in rappresentanza dell'Italia, il Segretario nazionale ANAP **Fabio Menicacci** e la responsabile della progettazione **Bernardetta Cannas**.

Il progetto, supportato da REIACTIS, associazione francese nata nel 2006 con lo scopo di riunire ricercatori e studiosi di scienze sociali

Foto di Ștefan Jurcă from Cannes, France - Metz March 2019, CC BY 2.0



Al Sud la spesa per RSA è un quarto rispetto al Nord



Le regioni del Sud spendono in media quattro volte di meno

rispetto a quelle del Nord in servizi sanitari residenziali per anziani. E, più in generale, la distribuzione sul territorio nazionale delle RSA, le residenze sanitarie per anziani entrate nell'occhio del ciclone nei momenti peggiori della prima e seconda ondata Covid, sembra più legata alle risorse a disposizione delle Regioni e a fattori di mercato del lavoro femminile che ai reali bisogni degli anziani.

È il risultato a cui giunge uno studio condotto da due ricercatrici dell'Università La Sapienza di Roma e pubblicato sullo "European Journal of Health Economics", predisposto proprio con lo scopo di comprendere la mortalità nelle prime fasi della pandemia. Lo studio ha confermato la

presenza di una differenza notevole Nord e Sud nella spesa per le residenze per anziani: infatti, la spesa in RSA per ogni ultra-65enne residente delle regioni del Nord è doppia rispetto a quelle del Centro e quattro volte più alta rispetto a quelle del Sud.

La spesa, inoltre, è inversamente correlata al bisogno di salute degli anziani. Per esempio, è inferiore laddove è più alta la presenza di anziani con salute precaria. In Calabria, dove l'aspettativa di vita in salute a 65 anni è poco superiore ai tre anni, si ha una spesa per servizi sanitari residenziali pari a un terzo della media nazionale; specularmente, la provincia di Bolzano, che ha un'aspettativa di vita in buona salute tra le più alte d'Italia, spende 5 volte più della media.

Quello che invece sembra

In Calabria la spesa è pari a un terzo della media nazionale, nonostante sia più alta la presenza di over 65 con salute precaria.

A cura della redazione



Utilizzo dei farmaci nelle RSA

Un ampio carico farmacologico è emerso dall'analisi dei dati che, per la prima volta,

hanno descritto l'utilizzo dei farmaci in un campione di residenti in RSA. Nel 2019 la spesa totale per i farmaci erogati dalle strutture residenziali delle 5 Regioni considerate (PA di Bolzano, Veneto, Friuli Venezia Giulia, Emilia Romagna e Umbria) è stata di oltre **25 milioni di euro**, in riduzione dell'1,4% rispetto all'anno precedente, con una spesa di 1,30 euro per giornata di degenza e un costo per posto letto di 436,18 euro. Analizzando i consumi si evidenzia un valore di 2.855 DDD (*Defined Daily Doses*) per posto letto, pari a circa 798 DDD/100 giornate di degenza e un costo medio DDD di 0,16 euro. Tra le sostanze di più comune utilizzo nella popolazione analizzata, oltre ai farmaci cardiovascolari (36,5% dei consumi) figurano gli psicotropi (benzodiazepine, antidepressivi e antipsicotici). Nonostante la comune presenza di disturbi neuro-psichiatrici negli anziani istituzionalizzati, va comunque sottolineato che l'uso di questi farmaci è spesso associato a importanti eventi avversi e quindi inappropriato.

incidere sulla spesa sono variabili di tipo economico e di mercato del lavoro.

A questo proposito è lampante il caso della disoccupazione femminile: la ricerca ha mostrato che la spesa per RSA è più bassa in quelle regioni in cui è minore la percentuale di donne occupate. —

ANAP sponsor della mostra "Il Beato Regno" a Bratislava

Inaugurata il 14 ottobre alla Biblioteca dell'Università Comenius.

A cura della redazione



mandosi con il curatore della mostra Marco Ravaglioli.

Sponsor dell'iniziativa ANAP di Confartigianato. La mostra si è chiusa il 28 ottobre e ha visto la presenza del Presidente dell'ANAP di Forlì Alvaro Ravaglioli che ha presenziato anche alla cena degli imprenditori e che ha incontrato l'On.le Pavol Hrusosky già Presidente del Parlamento, il Presidente e il Vice Presidente dell'Associazione Pensionati Cristiani, il Preside e il Corpo docente e gli studenti dell'ultimo anno del Liceo Saru di lingua Italiana in Bratislava.

Inoltre è stato ricevuto dal Direttore del Coordinamento della sezione Recovery Plan negli uffici della Presidenza del Consiglio dei Ministri assieme al Consigliere del Presidente Eduard Hegel.

Nel pomeriggio del 15 ottobre Ravaglioli ha ricevuto l'ex Ambasciatore Maria Krasnohorska e alla sera ha presenziato alla cena con l'ospite S.E. Jan Soth, Ministro Plenipotenziario del Ministro degli Esteri assieme alla moglie e con la segreteria generale della Presidenza della Repubblica Slovacca. Sabato 16 sono seguiti la colazione con l'ex addetto culturale Miroslav Musil, e l'incontro con l'On.le Jan Figel membro del Board dell'European Institute

of Innovation & Technology, già Commissario Europeo.

Alle ore 12,30 c'è stata la cerimonia con la deposizione della corona nella visita alla tomba di Alexanderplatz Dubcek nel centenario della nascita cui è seguito il pranzo con S.E. Stanislav Vallo e sig.ra già Direttrice dell'Istituto di Cultura Slovacco, genitori del Sindaco di Bratislava.

Alle ore 17,00 è stata celebrata la Santa Messa presieduta da S.E.Mons Josef Halco nella chiesa di Santa Caterina, la più antica della città di Bratislava, il cui restauro promosso dal Presidente Ravaglioli è stato sostenuto da Imprenditori Italiani in Slovacchia.

Anche questa giornata si è chiusa con un rinfresco cui hanno partecipato una cinquantina di ospiti alla presenza del Dott. Matus Sestak Direttore Generale di Divisione del Ministero della Salute che ha voluto conoscere l'opinione di ANAP sulla programmata ristrutturazione del sistema ospedaliero in Repubblica Slovacca.

La missione ANAP si è chiusa domenica mattina con la colazione con il Prof. Frantisek Hruska, eminente uomo di Cultura, professore universitario, italianista ed esponente del mondo politico del precedente governo. —



Si è svolta lo scorso giovedì 14 ottobre

nel salone della Biblioteca dell'Università Comenius di Bratislava, la cerimonia inaugurale della mostra "Il Beato Regno", alla presenza dell'Ambasciatrice della Repubblica Italiana in Slovacchia S.E. Caterina Flumiani, della Direttrice dell'Istituto di Cultura Italiano a Bratislava Dott.ssa Alessandra Sanniti, degli ex ambasciatori della Repubblica Slovacca in Italia, del Vescovo Ausiliare di Bratislava Mons. Josef Halco e di altre autorità.

Alla mostra è seguito un rinfresco organizzato dall'Istituto di Cultura. Il giorno successivo il Ministro della Cultura Slovacco On.le Natalia Milanova ha fatto visita per oltre un'ora soffer-

Sopra, un'immagine della mostra di Bratislava e degli eventi ad essa collegati



Sono stati undici giorni di puro relax, divertimento e di confronto per ritrovarsi di nuovo insieme dopo l'anno di stop imposto dalla pandemia

Festa del Socio ANAP 2021

A Orosei oltre mille pensionati tra attività, relax ed eventi.

A cura della redazione

Dopo un lungo periodo di stop causa pandemia, l'ANAP e l'ANCOS di Confartigianato sono tornati alla tradizionale Festa nazionale del Socio. A Orosei **oltre mille pensionati, dal 16 al 26 settembre**, hanno avuto modo finalmente di rincontrarsi e di godere delle bellezze del territorio, soggiornando nel meraviglioso *Club Hotel Marina Beach Resort*.

Undici giorni di puro relax, divertimento e di confronto per ritrovarsi di nuovo insieme. Tante le attività organizzate dall'Associazione per i propri associati a partire dalle escursioni a Nuoro, visita alle località di Santa Lucia e La Caletta, Galtelli e Orosei, le Cale di Gonone e Luna e le Grotte del Bue Marino, San Pantaleo, Costa Smeralda e Bitti.

Durante la Festa non sono mancati momenti di formazione e di sensibilizzazione per i propri associati come ad esempio il corso sulla sicurezza informatica tenuto dal **Professore Tony Urbani** dell'*Università degli Studi della Tuscia* o l'incontro con la **Dott.ssa Antonella Pinzauti**, Direttore Generale *Welfare Insieme* nel quale sono stati presentati i progetti che mirano a migliorare i servizi destinati ai soci.

Non sono mancate le serate dedica-

te al divertimento animate dallo staff del villaggio e dagli spettacoli del comico **Andrea Perroni**, noto artista di *Zelig* e *Colorado Café* e della compagnia teatrale "*Punto e Virgola*" che diretta da Paolo Mellucci ha portato in scena "*Il Medico dei Sani*".

Durante l'ultima serata, oltre alla premiazione dei vincitori dei tornei di Bocce e di Burraco è stato consegnato il prestigioso "*Premio Walter Corsi*", a **Claudio Molinari** Vicepresidente del Gruppo ANAP di Bolzano e a **Giorgio Cataldi** Presidente del Gruppo ANAP delle Marche per le attività sociali svolte e per lo sviluppo associativo dimostrato in tanti anni di lavoro.

Pieno successo per questa edizione della Festa del Socio, svolta in totale sicurezza, con grande voglia di ripartire tutti insieme e con un arrivederci al prossimo anno. —

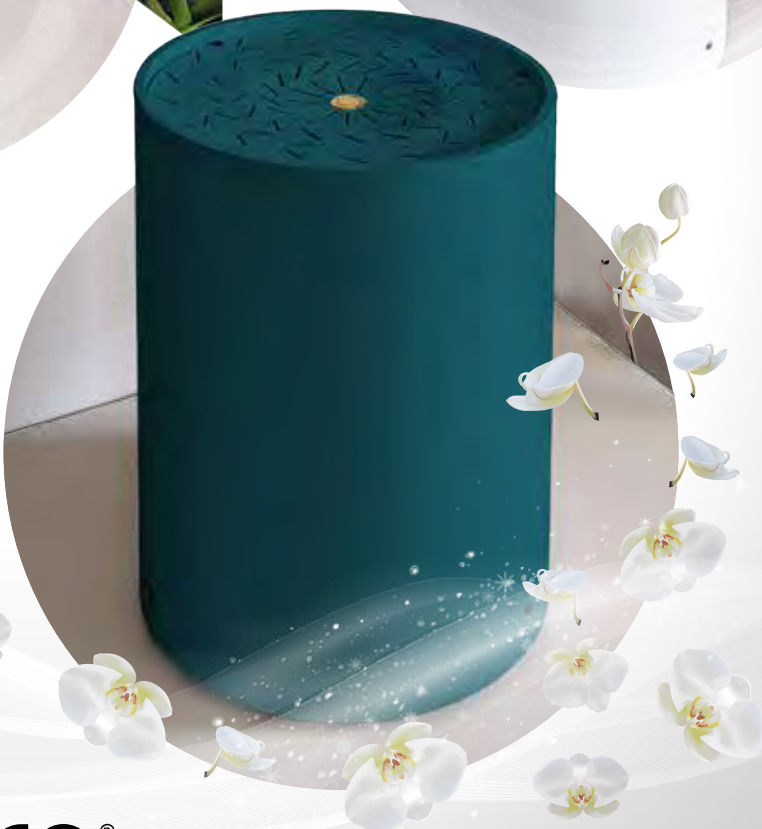
Nelle foto alcuni momenti delle attività della Festa del Socio 2021 che ha segnato il ritorno in presenza al principale momento conviviale di ANAP.



Attività virucida
pari al
99,99%
su Coronavirus

life
analytics
una realtà sicura

Università
degli Studi
di Ferrara



my air pure®

**Purificatore e sanificatore
d'aria con filtri selettivi, filtro
catalitico e LED UV-C e UV-A.**

My Pure Air® sanifica e purifica l'aria agendo su: virus, compreso Coronavirus, batteri, muffe, pollini, spore, acari, odori, fumo e altri inquinanti presenti nell'aria.



www.akodoc.it ————— info@akodoc.it



Casa Amica: invecchiare nella propria casa

Un vademecum per l'abitazione della terza età.

A cura della redazione

È nata la guida “Casa Amica”, una pubblicazione che contiene i consigli e le indicazioni per verificare se la propria casa risponda alle necessità di vita e di benessere nella terza età. La guida è stata presentata nel corso del convegno “Casa Amica – invecchiare nella propria casa”, promosso da ANAP Veneto il 17 settembre a Soave, introdotto da un messaggio video di saluto della senatrice Erika Stefani, ministro per le Disabilità, a cui è seguito l'intervento di Manuela Lanzarin, assessore a Sanità, Servizi Sociali e programmazione socio sanitaria della Regione Veneto.

Sull'iniziativa, abbiamo intervistato Il Presidente ANAP Veneto Fiorenzo Pastro

Presidente Pastro, perché l'ANAP Veneto ha questa attenzione per la casa?

“La casa è il nostro principale luogo di vita, ambiente di relazioni e affetti. Nella casa ci sentiamo sicuri, c'è la nostra storia, ci sono le nostre radici. Ma la casa può diventare trappola, se non ci consente di stare bene e vivere in sicurezza”.

In che senso?

“I gradini diventano ostacoli, alcuni spazi sono troppo piccoli o troppo grandi, magari avremmo bisogno di sistemi tecnologici che ci facilitino la vita. Insomma, la casa deve essere adeguata, per rispondere ai nuovi bisogni, deve trasformarsi su misura di chi ci vive”.

Nasce da questa esigenza il progetto della guida “Casa Amica”?

“Non abbiamo creato un'enciclopedia, ma una pratica guida da conservare e usare, su misura di tutti. Per invecchiare bene a casa è necessario rendere accessibile questi ambienti di vita. Imprese, cittadini e istituzioni devono fare squadra per garantire qualità di vita a ogni età, a partire dalle nostre case e dal territorio in cui esse sono inserite. Una sfida da vincere insieme. Una sfida da cui nasce il Progetto NostraDomus di cui questa guida è un primo atto concreto”.

La casa però non è un'isola, è inserita in contesti... “Infatti. Spesso le città non sono a misura di tutti. Guardiamo, ad esempio, a come sono realizzate le strade, gli attraversamenti pedonali e gli spazi

verdi. Se la città non viene ridisegnata a misura di tutti, rischiamo di vivere in case isolate in contesti per lo più inaccessibili. Quindi, è importante che anche la città, il nostro territorio siano ripensati e adattati affinché diventino inclusivi”.



Un momento della presentazione della Guida Casa Amica.

Alla qualità di vita servono però anche i servizi. Quali in particolare?

“È importante poi che sia garantito un sistema di cure territoriali che favorisca la possibilità di vivere a casa più a lungo possibile. Va quindi favorita la politica di supporto domiciliare. Va realizzata e mantenuta una rete di servizi di prossimità capace di rispondere ai diversi e mutevoli bisogni a cui la persona anziana andrà incontro. Per invecchiare e vivere bene è necessario che i servizi e gli aiuti sociali siano qualitativamente adeguati ai bisogni crescenti di una popolazione sempre più longeva”. —



Promozione dell'invecchiamento attivo

Le raccomandazioni dell'ONU, le direttive Ministeriali e le iniziative regionali.

A cura di Mariateresa Giammaria

Lo scorso dicembre l'ONU (Organizzazione delle Nazioni Unite) ha proclamato il "decennio dell'invecchiamento in buona salute 2021-2030" (Decade of Healthy Ageing), con la finalità di "cambiare il modo in cui pensiamo, sentiamo e agiamo nei confronti dell'età e dell'invecchiamento; facilitare la capacità delle persone anziane di partecipare e contribuire alle loro comunità e società; fornire cure integrate

e servizi sanitari primari che rispondano ai bisogni dell'individuo; fornire accesso all'assistenza a lungo termine alle persone anziane che ne hanno bisogno".

La Risoluzione dell'ONU esprime preoccupazione relativamente al fatto che, nonostante la prevedibilità del progressivo invecchiamento della popolazione e il suo ritmo accelerato, il mondo non sia sufficientemente pronto e predisposto a rispondere ai diritti e alle esigenze degli



Lazio, il Consiglio approva la legge sull'Invecchiamento attivo

Il Consiglio regionale del Lazio ha approvato all'unanimità, con 35 presenti, la proposta di legge 232 concernente: "Disposizioni a tutela della promozione e della valorizzazione dell'invecchiamento attivo". Con l'approvazione di questo testo, la Regione Lazio realizza uno degli obiettivi e dei valori dell'invecchiamento attivo come definiti dall'Unione Europea. I dati sulla struttura della popolazione del Lazio, hanno imposto di legiferare in materia. Il 25% della popolazione del Lazio ha più di 60 anni, ed è previsto un aumento dell'indice di vecchiaia dal 146,2% del 2021 al 195% del 2030. Con questa legge anche la Regione Lazio mette gli anziani al centro, promuovendo nella comunità sociale la loro partecipazione alla vita sociale, civile, economica e culturale.

anziani. Riconosce che l'invecchiamento della popolazione, indubbiamente, ha un impatto sui nostri sistemi sanitari, le cui carenze sono emerse palesemente durante la pandemia. L'obiettivo del "decennio" è rappresentato dall'Invecchiamento in salute, che l'Organizzazione delle Nazioni Unite definisce come il processo di mantenimento e sviluppo della cosiddetta "abilità funzionale" che consenta il benessere in età avanzata, in grado migliorare la vita delle persone anziane, delle loro famiglie e delle comunità. Le iniziative che vengono promosse, con il coordinamento dell'OMS (Organizzazione mondiale della sanità), intendono coinvolgere i governi, le organizzazioni internazionali e regionali, la società civile, il settore privato, il mondo accademico, la ricerca medica e, quindi, le politiche di salute pubblica, a sostegno degli obiettivi del "decennio".

In Italia non c'è un indirizzo uniforme in materia, che, in base a quanto stabilito dal Titolo V° della Costituzione, **è considerata di competenza delle Regioni**, a cui è demandata l'assistenza sociosanitaria. Ciò porta a ritenere che, in tema di invecchiamento, prevalgano ancora largamente una visione e un discorso pubblico spesso centrati sull'identificazione dell'anzianità con la non autosufficienza, piuttosto che una considerazione della persona in età avanzata quale risorsa per la comunità sociale. Il Ministero della Salute nell'approvare il Piano Nazionale della prevenzione, la cui finalità è accompagnare il cittadino in tutte le fasi della vita, nei luoghi di vita e di lavoro e "promuovere un invecchiamento sano e attivo degli ultra64enni", individua linee guida e obiettivi la cui attuazione è demandata, per l'appunto, alle Regioni, attraverso il recepimento del Piano e dei suoi obiettivi, che vanno declinati al contesto locale di riferimento.

Lo stesso Ministero, con il Dipartimento per le politiche della famiglia, ha sviluppato nel tempo alcune iniziative raccolte ora nel progetto **"Coordinamento nazionale partecipato e multilivello delle politiche sull'invecchiamento attivo"**.



Il Piano Nazionale della prevenzione, ha come finalità l'accompagnare il cittadino in tutte le fasi della vita, nei luoghi di vita e di lavoro e promuovere un invecchiamento sano e attivo degli ultra64enni.

Il progetto nazionale triennale, lanciato il 24 giugno 2019 a Roma, coinvolge in maniera interattiva un'ampia rete di stakeholder istituzionali, accademici e rappresentanti della società civile, progressivamente consultati per raccogliere informazioni su politiche ed esperienze locali, discutere approcci e metodi condivisi, elaborare linee guida nazionali per la promozione di politiche, azioni e interventi sull'invecchiamento attivo. Il coordinamento scientifico è a cura dell'IRCCS INRCA e il progetto è svolto in collaborazione con il Dipartimento per le Politiche della Famiglia (DIPOFAM) presso la Presidenza del Consiglio dei Ministri.

Il lavoro che si sta svolgendo rappresenta un'importante occasione per

Il progetto nazionale triennale, lanciato il 24 giugno 2019 a Roma, coinvolge in maniera interattiva un'ampia rete di Stakeholder istituzionali, accademici e rappresentanti della società civile.

favorire una maggiore consapevolezza sulle capacità degli anziani e sul loro ruolo nelle nostre comunità, soprattutto in un momento in cui la pandemia da Covid-19 ha evidenziato nuove fragilità che richiedono diverse e ulteriori modalità per salvaguardare e sostenere politiche e strategie di promozione dell'invecchiamento attivo che soddisfino i bisogni e le necessità emergenti.

A livello nazionale, la mappatura delle misure e degli interventi riconducibili all'invecchiamento attivo rispecchia il modello tradizionale del sistema di welfare italiano, che sconta una pesante eredità di frammentazione categoriale. Ad oggi, molte Regioni italiane hanno dedicato una legge all'invecchiamento attivo (Piemonte, Liguria, Veneto, Friuli Venezia Giulia, Marche, Abruzzo, Campania, Puglia, Basilicata, Calabria, Lazio e Sicilia). Tutte le Regioni e Province Autonome hanno almeno una politica settoriale che promuove aspetti di invecchiamento attivo in ambiti specifici. In questo panorama positivo, si riscontrano alcuni elementi migliorabili. Ad esempio, diversi interventi normativi (in particolare quelli recenti) hanno finora prodotto risultati limitati.

È comunque possibile affermare che, negli ultimi 10-15 anni, gran parte delle Regioni e Province Autonome in Italia abbia avviato o continuato lo sviluppo di politiche per l'invecchiamento attivo che si allineano con gli obiettivi e le priorità identificate anche da programmi internazionali, quali il *Piano di Azione Internazionale di Madrid* sull'Invecchiamento e i *Social Development Goals* delle Nazioni Unite.

Un passo importante è l'aver portato alla luce, attraverso i riscontri e le opinioni da parte dei referenti istituzionali, l'importanza di avviare un confronto e un coordinamento multilivello continuo e l'aver evidenziato, ormai, che i tempi sono maturi per l'elaborazione e l'implementazione di una legge quadro nazionale sull'invecchiamento attivo, che sia in grado, ferma restando l'autonomia regionale in tale ambito, di indicare la cornice, suggerire le direzioni e i confini entro i quali agire come da tempo proposto da AGE Platform e ANAP. —



Sconfiggere la povertà



Questo il primo obiettivo dell'Agenda ONU 2030 per lo sviluppo sostenibile.

A cura di Laura Di Cintio

L'Agenda 2030 per lo sviluppo sostenibile è un programma d'azione sottoscritto nel 2015 dai Paesi membri dell'Onu che stila 17 obiettivi da raggiungere entro il 2030.

Il primo obiettivo recita: *porre fine ad ogni forma di povertà nel mondo.*

Nonostante infatti dal 1990 ad oggi gli indici di povertà estrema si siano ridotti di oltre la metà, nei Paesi in via di sviluppo una persona su cinque vive ancora con meno di 1,25 dollari al giorno; la stragrande maggioranza di queste vive nelle regioni dell'Asia meridionale e dell'Africa subsahariana. Ci sono ancora oggi, secondo l'Onu, **836 milioni di persone che vivono in povertà estrema.**

La povertà va oltre la mancanza di guadagno: essa infatti si manifesta anche con l'accesso limitato all'istruzione, con la malnutrizione, la discriminazione, l'esclusione sociale, la mancanza di partecipazione ai processi decisionali. Proprio per abbracciare tutti gli aspetti del fenomeno e per garantire che le persone uscite dalla condizione di povertà non vi ritornino, l'obiettivo comprende diversi traguardi (*Fonte: <https://unric.org/it/obiettivo-1-porre-fine-ad-ogni-forma-di-poverta-nel-mondo/>*):



Povertà e cambiamento climatico

L'ONU lancia l'allarme sul cambiamento climatico in relazione alla povertà, parlando di "apartheid climatico", la crisi ambientale potrebbe portare ad oltre 120 milioni di indigenti in più entro il 2030 ed avrà l'impatto più grave nei Paesi più poveri.



Povertà e Pandemia

A causa della pandemia nell'ultimo anno la povertà è cresciuta tra l'1,2% e l'1,5%. Secondo la Banca Mondiale il Covid-19 nel 2020 avrebbe ridotto in povertà circa 100 milioni di persone, a cui se ne aggiungerebbero altre decine di milioni nel 2021.



Povertà e conflitti

I Paesi interessati da conflitti sono quelli in cui negli anni la povertà non ha conosciuto diminuzione. La Banca Mondiale stima che entro il 2030 fino a due terzi dei poveri potrebbe vivere in Paesi in conflitto.

Il 1° obiettivo dell'agenda 2030 è sradicare la povertà estrema per tutte le persone in tutto il mondo

1.1 Entro il 2030, sradicare la povertà estrema per tutte le persone in tutto il mondo, attualmente misurata sulla base di coloro che vivono con meno di \$1,25 al giorno

1.2 Entro il 2030, ridurre almeno della metà la quota di uomini, donne e bambini di tutte le età che vivono in povertà in tutte le sue forme, secondo le definizioni nazionali

1.3 Implementare a livello nazionale adeguati sistemi di protezione sociale e misure di sicurezza per tutti, compresi i livelli più bassi, ed entro il 2030 raggiungere una notevole copertura delle persone povere e vulnerabile

1.4 Entro il 2030, assicurare che tutti gli uomini e le donne, in particolare i più poveri e vulnerabili, abbiano uguali diritti alle risorse economiche, insieme all'accesso ai servizi di base, proprietà privata, controllo su terreni e altre forme di proprietà, eredità, risorse naturali, nuove tecnologie appropriate e servizi finanziari, tra cui la microfinanza

1.5 Entro il 2030, rinforzare la resilienza dei poveri e di coloro che si trovano in situazioni di vulnerabilità e ridurre la loro esposizione e vulnerabilità ad eventi climatici estremi, catastrofi e shock economici, sociali e ambientali

1.a Garantire una adeguata mobilitazione di risorse da diverse fonti, anche attraverso la cooperazione allo sviluppo, al fine di fornire mezzi adeguati e affidabili per i paesi in via di sviluppo, in particolare i paesi meno sviluppati, attuando programmi e politiche per porre fine alla povertà in tutte le sue forme

1.b Creare solidi sistemi di politiche a livello nazionale, regionale e internazionale, basati su strategie di sviluppo a favore dei poveri e sensibili alle differenze di genere, per sostenere investimenti accelerati nelle azioni di lotta alla povertà.

Nonostante la sconfitta della povertà sia in cima all'Agenda 2030, a minacciare il suo raggiungimento giocano ancora un ruolo decisivo diversi fattori: il cambiamento climatico con le catastrofi naturali che comporta, i conflitti e le violenze che lacerano ancora diversi Paesi e a ciò si è aggiunta la pandemia e la crisi economica che ne è derivata. Criticità che rischiano di allontanare il raggiungimento dell'obiettivo e sulle quali i Governi mondiali sono chiamati ad agire. —





Il nuovo Digitale terrestre

Come vedere i nuovi canali HD Rai e Mediaset

A cura di Paolo Amato

A partire dal 20 Ottobre 2021 alcuni canali RAI e Mediaset sono passati all'alta definizione e non possono più essere visti da chi possiede un televisore sprovvisto di decoder abilitato al novo standard. Si tratta di un cambiamento, che segna la prima fase del passaggio al nuovo DVB-T2 che sarà completato dopo gennaio 2023.

COME CAPIRE SE IL PROPRIO TELEVISORE È ABILITATO ALLA RICEZIONE DEI CANALI HD DVB-T2?

Basta sintonizzarsi sul canale 100



Presse e cavo HDMI

I televisori più vecchi hanno ancora la presa Scart, quelli più moderni sono quasi tutti provvisti di prese HDMI.



Porte USB

I decoder più avanzati in commercio fungono anche da mediaplayer. Sono dotati di presa Usb per la visione di file multimediali.

o 200. Se appare la scritta sullo schermo “Test HEVC Main10”, significa che il televisore potrà ricevere i nuovi canali. A partire dal 20 ottobre servirà risintonizzare i canali della propria tv.

Nel caso in cui non appaia la scritta sul proprio schermo, vorrà dire che il proprio apparecchio non è compatibile con il nuovo standard DVB-T2. In questo caso servirà o acquistare un nuovo decoder tv HD DVBT2 o cambiare il proprio televisore. Per l’acquisto si potranno sfruttare i due bonus lanciati dal Governo:

- *Bonus Decoder 2021 - 2022*
- *Bonus TV senza tetto Isee*

QUALE DECODER HD DVBT2 ACQUISTARE?

Molti dei televisori di ultima generazione sono già abilitati alla ricezione del nuovo standard HD DVBT2. Quindi prima di acquistare un nuovo decoder verificate bene se non la vostra tv non sia già abilitata alla ricezione del nuovo segnale.

In caso contrario potete acquistare un nuovo decoder DVBT2, in commercio ne vengono venduti di diversi tipi a diversi prezzi. Prima dell’acquisto valutate di quali prese è provvisto il vostro televisore. Quelli più vecchi hanno ancora la presa Scart, quelli più moderni sono quasi tutti provvisti di prese HDMI. Inoltre i decoder più avanzati in commercio fungono anche da mediaplayer, ovvero sono dotati anche di presa usb per la visione di file multimediali salvati sulle vostre chiavette Usb. Come vedete la scelta è ampia ed è fatta per soddisfare ogni esigenza.

COME SINTONIZZARE I CANALI?

I televisori sono tanti e sono molti i modelli. La procedura descritta qui di seguito è generica.

Di norma dal proprio telecomando bisognerà cercare il tasto “Menu”, “Settings” o “Impostazioni”.

Da lì servirà cercare la voce “sintonizzazione (manuale o automatica) dei canali”. Il consiglio per i meno esperti è quello di scegliere la sintonizzazione automatica. In questo caso la procedura sarà automaticamente svolta dal proprio decoder. Al termine della procedura, potrete vedere i nuovi canali in HD.

C’è da specificare che a partire dal 20 ottobre solo alcuni canali tv passeranno al nuovo standard e la convivenza con canali del vecchio standard durerà ancora per molto tempo.

I canali che verranno portati in HD secondo il nuovo standard DVBT2 saranno:

- Rai 4
- Rai 5
- Rai Premium
- Rai Movie
- Rai Sport+ HD
- Rai Storia
- Rai Scuola
- Rai Yoyo
- Rai Gulp
- Mediaset Italia 2
- TGCOM24
- Boing Plus
- Virgin Radio TV
- R101 TV
- Radio 105

PERCHÈ QUESTO CAMBIAMENTO?

Il nuovo standard DVB-T2 servirà non solo ad avere una migliore qualità video dei nostri canali TV, ma servirà anche a liberare banda per il 5G, ovvero l’ultimo standard di velocità per la connessione a internet dei nostri smartphone, ottenendo quindi una velocità maggiore. —

Dal 20 Ottobre 2021 scorso canali RAI e Mediaset sono passati all’alta definizione e non possono più essere visti da chi possiede un televisore sprovvisto di decoder abilitato al novo standard. Si tratta della prima fase del passaggio al nuovo DVB-T2 che sarà completato dopo gennaio 2023.



Cultura e bellezza devono guardare al futuro



Riprendono gli eventi in presenza: saloni, mostre, sfilate. Il segno di un rilancio che vuole superare la tristezza e la solitudine degli ultimi due anni

A cura di Luciano Grella

L'estate è volata via, il ricordo delle vacanze, per chi se le è potute permettere, ormai è lontano. Stiamo ritornando alla nostra realtà, al nostro equilibrio che rischiava di vacillare.

Nelle province di tutta Italia pian piano si sono riviste le feste patronali, le processioni, le sagre con panini, salsicce e salamelle... che tanto mancavano.

Siamo nati per stare insieme, per condividere, per guardarci negli occhi. Per ridere insieme, per piangere insieme. La solitudine annienta da ragazzi e ancora più da anziani. Che gioia, quindi, quando quest'estate sentivo le risate di giovani e meno giovani che scherzavano in piazza fino a tardi, o che cantavano in spiaggia con la chitarra...

Pian piano stiamo riprendendo il coraggio di andare al cinema e a teatro. Cultura e bellezza nutrono il cuore. Ci aiutano ad incamerare quell'energia che ci dà la forza di affrontare i momenti più difficili. Certo, sempre con cautela, mantenendo il distanziamento, seguendo i protocolli. Salutandoci con il gomito, un saluto che a me strappa sempre un sorriso, ma che è necessario, e quindi ben venga.

Perché non si ritorni più a quei tristi, indimenticabili giorni dell'anno scorso.

La voglia di fare, di impegnarsi, è tanta. Al Salone del Mobile di Milano, che quest'anno è stato a settembre, tutti hanno dato il meglio di sé per accogliere le persone arrivate dall'Italia e dall'estero. Un nuovo format, un nuovo nome ("Supersalone", non più solo "Salone"), una nuova presidente, Maria Porro, per la prima volta una donna e questa è una grande novità.

I musei stanno organizzando mostre molto interessanti per i mesi a venire.

Anche la moda, dopo le tristissime sfilate online, è ritornata in presenza. E non solo a Milano, anche a Venezia.

Ho visto i giornali titolare "per la prima volta l'alta moda a Venezia". A onor del vero, voglio ricordare la bravissima giornalista e storica della moda Luciana Boccardi, che per più di vent'anni ha organizzato sfilate e mostre nei luoghi più belli della città veneta, con partecipazioni di migliaia di persone. Ricordo una sera in cui Piazza San Marco era gremita da migliaia di persone.

E poi, ancora, eventi all'Hotel Excelsior, a Palazzo Querini Dubois, a Palazzo Ven-

dramin Calergi, al Palazzo del Cinema, ai Magazzini del Sale.... Ogni volta con molti, moltissimi spettatori. Alla presenza delle istituzioni e delle autorità della città, come il sindaco di allora Massimo Cacciari.

Mi permetto di ricordare tutto questo, per non dimenticare il lavoro fatto con tanto impegno e con l'appoggio di tanti sponsor.

Valorizzando la bravura e la capacità del made in Italy. Io stesso, insieme a Luciana, in qualità di presidente nazionale Moda di Confartigianato ho organizzato eventi a Venezia. Tra gli altri "Old lasts live", curato dal grande pittore Aldo Beltrami, in cui trenta giovani creativi di altrettanti paesi stranieri

hanno presentato le loro creazioni. Questi ragazzi, provenienti da mezzo mondo, hanno rivestito una vecchia forma per le scarpe su misura, usandola come base per creare un abito. Ne sono usciti dei veri capolavori.

Un evento, come molti altri di quelli che ho citato prima, realizzato con l'aiuto di Confartigianato. Sempre prodiga a portare il bello nel mondo. —



La gioia di vivere negli abiti di Rachele Ricca

Inizia a realizzare abiti a 14 anni. Dapprima per famigliari e amici, poi con il passaparola i clienti diventano sempre più numerosi. Rachele Ricca si fa conoscere ad una platea più ampia e porta le sue creazioni in giro per l'Italia. Da Venezia a Sanremo, da Rodi Garganico alla fashion Week di Milano...

Qualche mese fa, ha creato un abito con le pagine strappate da diversi giornali, che è stato posizionato in una piazza del suo paese. "Ho scelto con cura le notizie che nella creazione dell'abito erano più visibili" spiega Rachele. "Notizie belle, che ci fanno stare bene, non le solite notizie tristi che spesso riempiono le prime pagine. Un abito che ha voluto essere un'iniezione di positività in questo momento delicato della pandemia". L'anno scorso Rachele ha aperto il suo show room. Chi vuole vedere le sue, realizzate con tanta creatività e grande cura del dettaglio, può consultare i suoi profili instagram e facebook.

Sopra, Rachele Ricca e uno degli abiti disegnati

In basso, David Bacci e l'Opera "WTC 1 WTC 2" da lui realizzata.

Quando il legno incontra la poesia: le opere di David Bacci



È un artista del legno, David Bacci. Le sue creazioni si contraddistinguono per il tratto minimale e per la grande manualità.

Nato nella splendida Maremma toscana, la sua famiglia si tramanda da sei generazioni l'arte della lavorazione del legno.

David ha iniziato a scolpire da bambino da autodidatta. A 13 anni vince il suo primo concorso internazionale, che gli permette di soggiornare a Parigi per una settimana.

Oltre al legno, David usa cenere, trucioli e segatura. Sono pieni di poesia i suoi mosaici realizzati con legno e cenere, o con legno e stucchi.

Oltre a lavorare il legno, David realizza quadri e installazioni.

La sua ultima creazione è un modellino di telegrafo in legno.

Per conoscere meglio l'artista, visitate il sito internet www.davidbacci.it

Una creazione di alta moda di Luciano Grella, che ha sfilato al Palazzo del Cinema, al Lido di Venezia, negli anni Novanta. L'abito è stato ricamato a mano dall'artista Marisa Verga, con paillettes, cuvettes e cristalli di rocca. Il corpetto è in fiori di seta e velluto, realizzato dallo scultore Sfiaglia.





Amazônia, la mostra di Sebastião Salgado al Maxxi di Roma

Il fotografo brasiliano celebra l'Amazzonia con i suoi scatti e invita tutti a schierarsi per proteggerla.

MAXXI

Via Guido Reni, 4a, 00196 Roma RM

Orari apertura: 11.00-19.00

www.maxxi.com

A cura di Mariateresa Giammaria



Massimo Ranieri in scena con canzoni e racconti in "Sogno e son desto... oggi è un altro giorno"



Massimo Ranieri calca le scene con "Sogno e son desto...oggi è un altro giorno" versione rinnovata del suo leggendario show. Ranieri interpreterà i suoi successi, senza perdere di vista la tradizione napoletana. Lo spettacolo sarà impreziosito da "Mia ragione", l'ultimo singolo dell'artista. Il prossimo gennaio lo spettacolo sarà: il 4 a Genova, il 5 a Firenze, l'8 ad Aprilia, il 14 ad Assisi, il 15 a Montecatini Terme, il 20 a Pescara, il 22 ad Avellino, infine dal 4 al 22 maggio a Napoli. Per orari e biglietti www.teatro.it

In occasione dei 700 anni dalla morte di Dante, alle Scuderie del Quirinale la mostra Inferno



Alle Scuderie del Quirinale, fino al 9 gennaio 2022, è in scena la mostra **Inferno**, a cura di Jean Clair. Accompagnati dalla parola dantesca, i visitatori attraverseranno i luoghi terrifici dell'Inferno così come sono stati rappresentati dagli artisti di tutte le epoche. Oltrepassato il culmine del Male, la mostra troverà la sua conclusione con l'evocazione dell'idea di salvezza. Il percorso espositivo si dipanerà attraverso più di duecento opere d'arte in prestito da musei e collezioni private, tra cui Botticelli, Manet, Rodin, Cezanne, Balla. Per orari e biglietti www.scuderiequirinale.it

Sebastião Salgado, uno dei più grandi fotografi contemporanei, porta in Italia la sua *Amazônia*, nella mostra curata da *Leila Deluiz Wanick Salgado*, collega e compagna del fotografo; unica tappa nel nostro Paese quella al **Maxxi di Roma fino al 13 febbraio 2022**.

Attraverso 200 scatti, il celebre fotografo brasiliano, invita ad immergersi nell'Amazzonia, attraverso le montagne, i fiumi e i popoli indigeni che la abitano.

Si tratta di un vero e proprio manifesto politico, come lo ha definito *Giovanna Melandri*, presidente della Fondazione Maxxi, un grido d'allarme che vuole porre l'attenzione su ciò che sta accadendo alla natura a causa dell'uomo.

“Grazie all'impenetrabilità della foresta, per secoli alcuni gruppi etnici sono riusciti a preservare il loro tradizionale stile di vita. Oggi, però, questi gruppi e la foresta sono seriamente minacciati. Le immagini vogliono essere la testimonianza di ciò che resta, prima che possa scomparire”, così Salgado descrive il suo lavoro. Gli scatti in mostra sono frutto di

sette anni di spedizioni fotografiche - via terra, acqua e aria - e vissuto umano accanto ai popoli indigeni. In 48 spedizioni, Salgado con la sua squadra di studiosi e ricercatori, ha immortalato le diversità naturali della foresta pluviale e i popoli che la abitano, raggiungendo, nella spedizione del 2017, anche i *Korubo*, uno dei popoli con meno contatti col mondo esterno: proprio la spedizione di Salgado è stata la prima occasione in cui dei documentaristi hanno potuto incontrarli. Con le sue fotografie Salgado mostra come nelle aree abitate dagli indigeni la foresta non abbia quasi subito danni, a testimonianza di quanto siano loro i veri custodi e protettori dell'Amazzonia, la maggiore riserva di ossigeno e la più ricca concentrazione di biodiversità al mondo, minacciata da speculazione e deforestazione.

La mostra è divisa in due parti.

Nella prima si trovano le fotografie paesaggistiche articolate in diverse sezioni: L'Amazzonia vista dall'alto, Dissettare il continente, Piove nella foresta pluviale,

Vette inattese si ergono dai bassopiani, Paura e ispirazione, Isole nella corrente. Vengono descritti i “fiumi volanti” una delle caratteristiche più straordinarie dell'Amazzonia; le Ande, con le sue vette che raggiungono i 3000 metri; le nubi, altra caratteristica della foresta pluviale e le tempeste tropicali che se ne scatenano; l'arcipelago di acqua dolce più grande del mondo con le sue isole.

A questa prima parte paesaggistica segue una seconda che ritrae invece le popolazioni indigene nella loro vita quotidiana: tra caccia, pesca, danze, rituali e rapporto con la natura. Alle fotografie si unisce l'accompagnamento musicale di *Jean-Michel Jarre*, che mixa i suoni della giungla, dal canto degli uccelli, al fragore delle acque per un'immersione ancora più profonda e coinvolgente dello spettatore.

“Vorrei che tutti si schierassero al nostro fianco per proteggere l'Amazzonia”, queste le parole di Salgado ed il messaggio che attraverso le fotografie vuole mandare ai visitatori. —

Dalle eccellenze del Made in Italy alle produzioni internazionali: torna in mostra il settore orafa con **Vicenzaoro**



Vicenzaoro è una **Mostra Internazionale di Oreficeria, Gioielleria, Argenteria, Orologeria e Gemmologia**, l'appuntamento più importante d'Europa per il comparto dei preziosi. Sarà il primo appuntamento, nel calendario degli eventi internazionali, che riunirà il settore orafa gioielliero. Il meglio della produzione Made in Italy e le eccellenze internazionali presenteranno anteprime di collezione e lanceranno i trend della gioielleria da non perdere. La manifestazione si terrà dal 21 al 26 gennaio 2022, per consultare tutti gli eventi e gli espositori www.vicenzaoro.com

Luca Viti e Fabrizio Seccafieno rendono omaggio a **Nino Rota ed Ennio Morricone**



All'Auditorium Parco della Musica di Roma omaggio a **Nino Rota ed Ennio Morricone**.

Pochi sanno che questi grandi compositori hanno anche scritto tantissima musica raffinata, elegante e sottile, ma di nicchia. In questo nuovo programma, con lo spettacolo **Viti & Seccafieno - Amarcord**, Luca Viti e Fabrizio Seccafieno gli rendono omaggio interpretando la loro musica, nota e non, dove il piano e la tromba sono i protagonisti indiscussi. Lo spettacolo si svolgerà nella Sala Petrassi dell'Auditorium sabato 8 gennaio 2022 alle ore 18.

Per informazioni e biglietti www.auditorium.com

Vasca SICURA®

Numero Verde
800 200 244

**RICHIEDI INFORMAZIONI O
UN SOPRALLUOGO GRATUITO!**

**VASCHE E DOCCE PER ANZIANI E DISABILI
GUARDA I FILMATI SU www.vascasicura.it**

**SCONTO
30%**

solo fino al
31/12/21



**RIMOZIONE E
SMALTIMENTO
DELLA VECCHIA
VASCA O DOCCIA**



**INSTALLAZIONE
DI UNA VASCA CON
PORTA E SEDUTA**

O

**INSTALLAZIONE
DI UNA DOCCIA CON
ANTE SCORREVOLI
E SEDUTA**





E-Book

Il Talento del Cappellano

Cristina Cassar Scalia, 2021
Einaudi

Formato:

EPUB con DRM

Testo in italiano

Compatibilità: tutti i dispositivi (eccetto Kindle)

Dimensioni: 1 MB



Comincia tutto in una notte di neve, sull'Etna. Il custode di un vecchio albergo in ristrutturazione chiama la Mobile di Catania: nel salone c'è una donna morta. Quando però i poliziotti arrivano sul posto, del corpo non vi è più traccia. Ventiquattrore dopo viene ritrovato nel cimitero di Santo Stefano, proprio il paese dove abita la Guarrasi. Al suo fianco è disteso un uomo, un sacerdote, anzi un monsignore, assai conosciuto e stimato; entrambi sono stati uccisi. Intorno a loro qualcuno ha disposto fiori, lumini, addobbi. Il mistero si dimostra parecchio complesso, oltre che delicato, perché i conti, in questa storia, non vogliono mai tornare, un po' come nella vita di Vanina. L'aiuto del commissario in pensione Biagio Patanè può risultare al solito determinante. Quell'uomo possiede un intuito davvero speciale, ma ha il vizio di non riguardarsi. Una cattiva abitudine che, alla sua età, rischia di essere pericolosa.

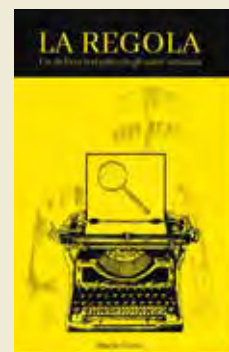
La regola (un delitto irrisolto degli anni settanta)

Mario Curzi, 2021

Amazon Digital Services LLC

ISBN 9798453810680

Pagine 198



Quale legame temporale c'è tra la visita nei primi anni del terzo secolo che Francesco d'Assisi compie al Castello di Soriano nel Cimino, nelle colline della Tuscia, con un delitto irrisolto negli anni Settanta di una personalità in vista della stessa cittadina viterbese e la vacanza che l'Ispettore di Scotland Yard in pensione, Coubert Taylor, si concede in Terra laziale?

Mario Curzi, 59 anni vive e lavora in provincia di Viterbo; Epidemiologo, Professore Universitario, tra i suoi hobby ha scoperto quello dello scrittore.

“La Regola (un delitto irrisolto degli anni settanta)” è il suo ultimo lavoro, un romanzo giallo, dove il protagonista, Coubert Taylor, altri non è che l'avatar dell'autore che accompagna il lettore in un'indagine poliziesca lunga otto secoli, piena di colpi di scena, di peripezie, guidato dal suo “sesto senso e mezzo”, alla ricerca dell'assassino dell'uomo bruciato vivo alla periferia del piccolo paese del Centro Italia, insieme a sua moglie Christine e al suo fidato amico dottore Lambert.

Frida Kahlo Strappi, voli, bizzarrie. Una vita oltre

Editore Diarkos, 2021

ISBN 8836160697

Pagine 216



Chi è Frida Kahlo? E, al di là dell'attenzione “di moda” che le si tributa oggi, qual è stata la sua reale dirompenza, la sua profondità, il suo sguardo? «Su per giù intorno ai diciott'anni. Con un fisico nervoso e un viso, al contrario, dai tratti delicati. Capelli lunghi, occhi neri e profondi, sormontati da spesse sopracciglia scure che si incontravano senza separarsi, come le ali spiegate di un uccello in volo».

Amore e vendetta. Politica e arte. Sogno, incubo. E una surrealtà che per Frida non è altro che l'ambiente naturale della propria percezione del mondo. L'autrice si concede una chiave inconsueta per raccontare l'immaginario, le passioni, gli strappi e i voli di una combattente straordinaria. Uno stile narrativo fatto di tempi e contratempi, intriso del realismo magico della protagonista. Intimista, a tratti; sgranato, quasi violento, in altri. Monologhi teatrali e inquadrature panoramiche. Chiodi e fiori. Fatti e specchi. L'animo di una donna spezzata e orgogliosa che, nelle sue battaglie, trova un equilibrio dinamico, vorticoso e perfetto.



Per niente al mondo

Ken Follett, 2021

Mondadori Collana: Omnibus

Pagine: 732

Più di un thriller, *Per niente al mondo* è un romanzo ricco di dettagli reali che si muove tra il cuore rovente del deserto del Sahara e le stanze inaccessibili del potere delle grandi capitali del mondo. Il nuovo romanzo di Ken Follett costituirà una sorpresa entusiasmante per i suoi milioni di lettori. Per niente al mondo segna un cambio di rotta rispetto ai suoi famosissimi romanzi storici. Ambientato ai giorni nostri narra di una crisi globale che minaccia di sfociare nella terza guerra mondiale, lasciando il lettore nell'incertezza fino all'ultima pagina.



THE FATHER.

Nulla è come sembra

È la storia di Anthony (padre) e di Anne (figlia) impegnata a gestire la demenza senile di Anthony e il suo trasferimento a Parigi (abitavano a Londra) dove ha trovato un nuovo partner dopo il divorzio. Nel contempo Anthony verrà trasferito nella Casa di Riposo per le condizioni di non autosufficienza.

La struttura filmica fa emergere il progressivo declino cognitivo di Anthony, ed il racconto evidenzia diversi nuclei narrativi:

- La visita di Anne al padre nell'appartamento di sua proprietà (ampio, ben arredato, indicativo di alta borghesia), durante la quale verifica il peggioramento delle sue condizioni di salute: la demenza incalza, non accetta la badante e continuamente parla della figlia Lucy, morta da tempo in un incidente;

- La presenza in casa di uno sconosciuto Paul (che si scopre poi alla fine essere un suo infermiere, Bill, della Casa di Riposo) che lui vive come marito di Anne, che, in realtà è l'infermiera, Catherine, della Casa di Riposo che lo cura con grande amore;

- L'incontro con la nuova badante Laura che gli ricorda molto Lucy, a cui racconta di essere stato un ballerino;

- La visita con la dottoressa che deve verificare lo stato di salute: Anthony segnala di non aver nessun problema, al contrario accusa Anne di dover essere curata, perché molto smemorata;

- Anthony mentre vive nell'appartamento di Anne e Paul, assiste a diverse discussioni tra i due che parlano di lui, della sua malattia e della necessità che venga ricoverato. Anthony è affranto e triste e inizia a perdere quella sua baldanza iniziale di uomo in possesso di tutte le sue facoltà mentali;

- Anthony si risveglia ritrovandosi in ospedale in cui vede sua figlia Lucy in fin di vita su un lettino. Ricorda che era proprio morta in ospedale dopo un incidente;

- Anthony, infine, si sveglia di nuovo in una



stanza con la sua infermiera Catherine, che lo assiste e da lei viene a sapere che Anne si fa viva ogni tanto. Intravede nella stessa stanza Bill (che aveva identificato come marito di Anne), ha una crisi di identità e piange intensamente; si sente un bambino che ha bisogno della sua mamma: appoggia il capo sull'infermiera affidandosi a lei con una tristezza infinita.

L'idea centrale dell'autore è di: **“rap-presentare la evoluzione di una demenza senile vista dal punto di vista di chi è affetto da questa malattia. Con questo film il regista vuole trasmettere al pubblico lo stato di disagio, di sconforto e di disorientamento in cui si trova una persona in queste condizioni, difficoltà e problemi che possono essere attutiti da tanto affetto e amore da parte delle persone che se ne prendono cura. È facile, quindi, ridiventare “neonati” (senza ricordi e senza certezze), situazione che in una persona anziana porta disorientamento e devastazione”**.

Il ruolo del protagonista l'attore Anthony (si noti la coincidenza del nome) Hopkins è notevole e coinvolgente. —



A cura di Gian Lauro Rossi

Coordinatore nazionale CUPLA e presidente

ANAP Modena Reggio-Emilia

A dicembre
su RA1



**“Carla”, la fiction dedicata
alla indimenticabile étoile**

Il 27 maggio scorso ci lasciava Carla Fracci, la grande stella della danza italiana che Rai1 intende omaggiare con una fiction ispirata all'autobiografia “Passo dopo passo - la mia storia”.

La fiction, che vede Alessandra Mastrorilli interpretare la Fracci, ripercorre gli eventi principali della vita della celebre ballerina italiana: la difficile infanzia ai tempi di guerra, i primi passi nella danza alla Scuola della Scala, fino alla richiesta - quasi impossibile - dell'amico e partner di ballo Rudolf Nureyev, che a soli cinque giorni dalla prima del balletto “Lo Schiaccianoci” di Cajkovskij le propone di interpretarlo da protagonista accanto a lui alla Scala di Milano: una coreografia durissima per il fisico di Carla, ferma da oltre un anno per la nascita del figlio Francesco. Nureyev non accetta un no come risposta e Carla ripercorre, in quei cinque giorni, tutte le prove del balletto e tutte quelle sostenute nell'arco della sua vita.

Il film di Rai1 è un omaggio alla serietà, alla disciplina e alla tenacia di un'artista, ma soprattutto di una donna che ha scelto di non arrendersi alle difficoltà per continuare a lavorare.

Diretto da Emanuele Imbucci, che ha anche collaborato con Fabio Scamoni alla sceneggiatura scritta da Graziano Diana e Chiara Laudani, alla fiction ha contribuito la stessa Fracci in ruolo di consulente, insieme al marito Beppe Menegatti e alla loro collaboratrice storica Luisa Graziadei, assistendo anche ad alcune riprese.



A cura di **Tony Urbani**

*Sociologo e Geografo Research Fellow
dell'Università della Tuscia*

Navigare in Internet in sicurezza

Poche informazioni chiare per difendersi
da truffe e malintenzionati.

La nostra vita è un continuo riprodursi di reti sociali, spazi fisici, reti di dati e informazioni, nelle quali ci dobbiamo muovere in sicurezza. Vediamo alcune regole semplici e alcune informazioni utili.

Anzitutto la consapevolezza che quello che accade nella rete internet ha un riflesso importante sulle nostre vite: si potrebbe avere l'errata sensazione che ciò che accade quando ci colleghiamo ad internet o un Social Network non sia del tutto reale, dobbiamo bandire con forza questa sensazione. —



Le 5 Regole



Regola 1

Se è troppo bello per essere vero, non è vero! Pensate alla vita quotidiana, nessuno vi regalerà nulla, a meno che non sia una persona che vi conosce e vi vuole bene. Il 22% dei banner pubblicitari (anche su siti di informazione affidabili) è fraudolento.



Regola 2

Non avere paura di denunciare una truffa! Se pensi di essere stato truffato o raggirato in qualche modo, non avere mai paura di denunciare alla polizia postale o alle autorità competenti. Non devi sentirti inadeguato, può capitare a tutti, i truffatori fanno leva anche su questi sentimenti per i loro scopi.



Regola 3

Controlla le informazioni che diffondi! Sei sempre chiamato a controllare le notizie che diffondi, perché potresti incorrere anche in reati di diffamazione a mezzo stampa. Puoi scrivere su Google la notizia e verificare se è riportata da fonti ufficiali o affidabili. Nel caso in cui ti fossi sbagliato non esitare a rettificare l'informazione.



Regola 4

Ogni comunicazione ha il giusto mezzo! La tua banca, la Posta, o altri servizi non ti contatteranno mai via WhatsApp, Messenger, o Sms, a meno che tu non abbia impostato un servizio specifico di alert. Un click in meno può salvare i tuoi dati e il tuo conto corrente: prima di cliccare fermati a riflettere.



Regola 5

Installa un antivirus! È importante che tu protegga il tuo pc e il tuo cellulare con un programma antivirus, ce ne sono anche di gratuiti: Avast, Kaspersky, Avira. Ricorda però di scaricarli dagli appositi "negozi online", oppure dai siti ufficiali. Questi programmi possono proteggerti da truffe e intrusioni fraudolente, ma ricorda che la prudenza è la prima arma di difesa.



**Letizia
Cingolani**

Psicologa e
psicoterapeuta
individuale e di gruppo
ad orientamento
analitico transazionale.
È terapeuta certificata
E.M.D.R. practitioner.

La mancanza dei fratelli

Il Testo “La sindrome del gemello scomparso” di Austermann è uno dei primi libri che descrive scientificamente quello che succede negli adulti che sono stati embrioni sopravvissuti ad un gemello.

Forse non tutti lo sanno, ma alcuni ricercatori stimano che circa una gravidanza su otto comincia come gemellare, diventando poi singola.

“La sindrome del gemello scomparso” di Austermann – libro giunto alla sua sesta edizione e tradotto in ben 6 lingue – fu uno dei primi testi a descrivere come questo avvenga, portando innumerevoli dati scientifici e statistici.

Anche se talvolta questo avviene nelle primissime settimane – per cui spesso questa perdita non è apprezzabile ecograficamente – ciò basta comunque a lasciare nell’embrione ancora vivo il senso di una viscerale mancanza e di un profondo malessere. Talvolta questo malessere assume la forma di un senso di colpa inspiegabile, che sarebbe invece meglio decifrabile se visto alla luce del fatto che chi resta è sopravvissuto rispetto a chi invece se ne è andato.

Il senso di colpa prenderebbe in tale circostanza una sua particolare forma. La colpa inspiegabile di chi rimane sarebbe in alcuni casi associata alla sensazione di voler fare per due, realizzando così in qualche modo anche la vita del fratello e all’insoddisfazione e alla mancanza di qualcosa anche laddove



si raggiungono i più ambiti traguardi.

Ovviamente più tardi avviene il distacco più il dolore è profondo. È il caso degli aborti naturali. Ci sono poi situazioni paradossali in un contesto come quello occidentale – in cui si parla di crisi della natalità – poiché ogni giorno vengono eliminati uno o più feti dall’utero per far sì che arrivino a maturazione solo il numero di figli desiderati. Se prima questo era un intervento estremo, dovuto al fatto che il numero eccessivo di feti poteva mettere a rischio la gravidanza, oggi la riduzione gemellare è considerata giustificabile anche dal solo fatto di volere un solo figlio, senza la minima consapevolezza del lascito al figlio che rimane.

Se la nostra mancanza di qualcosa o di qualcuno risale alla vita intrauterina, l’autore propone come via d’uscita un percorso di consapevolezza e di riconoscimento del gemello scomparso, il quale andrà riconosciuto e in qualche modo reso presente perché questa mancanza si riduca.

Bert Hellinger, parlando di costellazioni familiari sistemiche, sostiene che la vita di ognuno possa essere condizionata da destini e sentimenti che riguardano altri componenti del sistema familiare, in particolare i



Se la nostra mancanza di qualcosa o di qualcuno risale alla vita intrauterina, Austermann propone come via d'uscita un percorso di consapevolezza e di riconoscimento del gemello scomparso



componenti dimenticati o esclusi.

Nella maggior parte dei casi, gli aborti, in particolare quelli indotti, vengono nascosti. Così molti di noi non sanno che parte della propria sofferenza può essere ricondotta a questo fratello scomparso.

Questo è il motivo per cui Hellinger ritiene che sia necessario, in un'ottica sistemica, tornare a rappresentare in una scena tutti i componenti della famiglia, anche i fratelli non nati, i quali vengono rappresentati in ginocchio. Questa messa in scena consentirebbe di evidenziare alcune dinamiche inconsce che sottendono la sofferenza dei singoli membri.

Nella maggior parte dei casi, il solo riconoscere la presenza di questo fratello, poterlo accogliere nel proprio cuore e nel proprio campo di coscienza, liberando al contempo il dolore connesso al sentimento di profonda mancanza, porta subito benefici e cambiamenti. Questo vale, in maggior misura, anche per il gemello rimasto solo.

Non si può vivere bene senza una profonda connessione d'amore coi nostri fratelli, sia con quelli presenti, che con quelli prematuramente scomparsi. Infatti, secondo Hellinger, la prima regola di cui parla a proposito degli ordini dell'amore è che nessuno deve venire escluso dal sistema familiare. —

La sindrome del gemello scomparso

Gemello scomparso, gemello perduto, gemello celeste: con queste ed altre terminologie si intendono tutta una serie di vissuti che risalgono al periodo prenatale e perinatale.

La sindrome del gemello scomparso si caratterizza per l'insieme dei sintomi che si manifestano nelle persone che sono nate sole dopo aver condiviso l'utero con uno o più gemelli.

Studi scientifici degli ultimi 20 anni hanno dimostrato che 1 gravidanza su 10 comincia come gemel-lare, ma dal momento che lo screening della gravidanza comincia tra la 5 e l'11esima settimana di gestazione di solito, uno o più embrioni possono essere già spariti.

Sembra troppo poco tempo perché questa convivenza abbia avuto un impatto sul gemello rimasto, ma non è così.

Lo studio su tantissimi soggetti ha dimostrato che quasi sempre il gemello nato solo avrà un ricordo fisico o emotivo ben stampato dentro di sé di quel fratellino o sorellina con cui ha condiviso l'utero, anche se per pochissimo tempo.

Gli anziani vogliono ricostruire

I consigli per ritornare ad una vita serena dopo la pandemia. La vita associativa fondamentale per ricreare e rinforzare i legami allontanati dalla paura del contagio.

Dopo tante difficoltà e tante crisi gli anziani vogliono ritornare ad una vita che sia il più possibile serena. La pandemia ha alterato molti equilibri nelle famiglie e nelle comunità; ora vi è grande desiderio di pace e serenità.

In questa prospettiva giocano un ruolo di rilievo le associazioni come l'ANAP, fondamentali nel ricreare legami dove sono stati cancellati dalla bufera o nel rinforzarli dove si sono indeboliti.

Mi permetto di suggerire alcuni consigli per riprendere una "vita buona", quella che tutti auguriamo a noi stessi e a chi ci vive accanto.

1. La pandemia segue il suo corso ancora incerto, però non deve essere sempre al centro del nostro interesse. Abbiamo fatto la vaccinazione, siamo disponibili per una terza, portiamo la mascherina, siamo attenti a non frequentare locali affollati. Ma per il resto la vita continua con i ritmi di prima, le sue gioie e i suoi dolori

2. Non dobbiamo avere paura di vivere in mezzo agli altri. Noi abbiamo bisogno di loro, gli altri di noi. Sulle riviste mediche continuano ad essere pubblicati dati importanti sul ruolo delle relazioni umane nel ridurre i rischi indotti dalle malattie. Il più recente mostra che chi è solo rischia un tempo di permanenza molto più lungo, qualora fosse necessario per qualsiasi motivo un ricovero in terapia intensiva, rispetto a chi gode di buone relazioni nelle famiglie e amicali

3. Dobbiamo ritornare ad uno stile di vita



Marco Trabucchi

Presidente
Associazione Italiana di
Psicogeriatrici e
direttore scientifico
del Gruppo di Ricerca
Geriatrica di Brescia

disponibile verso gli altri. La pandemia con le sue costrizioni ha ridotto la nostra disponibilità al contatto, alle relazioni, ma anche all'impegno che molti esercitano verso chi è in difficoltà. Dobbiamo ricordare che intorno a noi vi sono tante situazioni di dolore e di sofferenza, spesso nascoste, che sono alla disperata ricerca di affetto, di una parola, di una carezza. Troppe persone nelle famiglie vivono in una sorta di bolla autoimposta, perché dedicano tutta la loro vita ad un proprio caro ammalato. Spesso non hanno nemmeno la forza di chiedere aiuto. Se le avviciniamo con dolcezza e disponibilità, il nostro gesto è importantissimo per l'altro, ma si riflette positivamente anche su noi stessi

4. Dobbiamo abbandonare qualsiasi pigrizia mentale e fisica. L'uscire di casa richiede un piccolo sforzo; però, una volta compiuto il passo iniziale, poi tutto diventa più facile e il contatto con gli altri più naturale. In questi casi il nostro cervello guida ogni scelta. E il cervello delle donne e degli uomini è strutturalmente aperto alla relazione. —



Le associazioni dedicate agli anziani, come ANAP, sono una risorsa importantissima perché li aiutano a vivere il tempo in modo attivo e rispondono ai loro bisogni: stare in compagnia, confrontarsi con gli altri e avere una finestra aperta sul mondo, sentirsi ascoltati e compresi, mettere a disposizione degli altri le proprie competenze, imparare cose nuove, contrastare l'invecchiamento cognitivo e mantenersi in forma. L'associazionismo aggrega chi si dedica ad attività sportive, ricreative e culturali, di volontariato e promozione del territorio.



Vincenzo Marigliano

Dir. Dip. di Scienze cardiovascolari, respiratorie, nefrologiche e geriatiche Università "La Sapienza" di Roma

Articolo scritto in collaborazione con la dott.ssa Benedetta Marigliano specialista in medicina interna.



I pazienti con disturbi del comportamento, in fase di iperattività (acatisia), aggressività e violenza, dovrebbe essere sottoposti a esposizione a colori quali il blu, l'indaco ed il viola; l'esposizione a queste frequenze rallenta l'attività cardiaca e cerebrale procurando un beneficio nei casi di agitazione e di manie depressive maniacali. Spesso infatti una lampada blu accanto al letto può favorire il sonno e tranquillizzare i pazienti. Se si vuole usare più di un colore in uno stesso ambiente, sarà utile tenere presente che l'associazione migliore è quella tra un colore primario ed i suoi eventuali secondari.

Colori come orientamento e stimolo riabilitativo (parte 2)

Continua dal numero scorso l'approfondimento sull'organizzazione degli spazi abitativi per i malati di Alzheimer.

I colori che più possono influire in maniera positiva sul tono dell'umore, sono quelli che sono collegati alle esperienze precedenti del singolo soggetto, ma principalmente collegati a tutto ciò che per noi è considerato natura; quindi i prati, i boschi, il cielo, i laghi ed il mare.

Quindi **il verde** dà sempre una sensazione positiva. Ciascuno di noi, nella ricerca di riposo, desidera andare in campagna o in montagna.

Il blu del cielo **il verde** dei prati e dei boschi ci rasserenano. E lo desideriamo, non solo per allontanarci dal posto di lavoro, ma anche e specialmente perché questa visione ci rende psicologicamente molto rilassati e quindi molto più sereni. Pertanto l'uso del colore deve essere utilizzato con raziocinio scegliendo un colore per ogni posto in relazione alla funzione che quel posto svolge. Per esempio, se si va in una sala di attività comune, bisogna cercare un colore che stimoli l'attenzione come può essere il **rosso non acceso o meglio il giallo** oppure **il verde** per rendere il paziente molto più rilassato rispetto a quanto usualmente è il colore ovviamente è anche da considerare un segnale di identificazione. Quando si parla di deficit cognitivi il colore può dare in una struttura di ricovero o di riposo l'identificazione del piano di degenza e della porta della stanza del paziente, della stanza dei servizi comuni, di quella di socializzazione, di riabilitazione cognitiva o occupazionale. Usare colori diversi, invece di numeri, per identificare sia le stanze che i piani è utile ad evitare quelle confusioni che anche soggetti normali subiscono quando si trovano in un albergo ove ci sono lunghi corridoi, una fila di stanze tutte uguali e piani altrettanto identici.

I colori sono la base fondamentale della **cromoterapia**. L'uso oculato di questi dà un grosso aiuto per l'orientamento, la modulazione del carattere e per i disturbi del comportamento in molte forme di patologie neurodegenerative,



psicologiche e/o neuropsichiatriche. Seguendo la teoria del Goethe che dava un significato terapeutico ad ogni colore possiamo dire: se per esempio un paziente è depresso, apatico, bloccato dall'ansia e non vuole prendere nessuna iniziativa (fisioterapia, terapia occupazionale ecc.) vanno usati i colori caldi della calma, della frequenza **infra verde**, specialmente i 2 meno forti cioè l'**arancio** e il **giallo**. Questi possono essere usati per dare uno stimolo di serenità e di interesse alle varie attività.

In particolare il **giallo** ritenuto colore della luce, il più solare di tutti, è un colore che stimola l'attività motoria, ristabilisce l'attività cognitiva del sistema nervoso in maniera equilibrata al contrario del **rosso acceso**.

Questo colore molto forte induce nei pazienti totalmente inattivi ottima carica emotiva e motoria, ma può anche indurre stimoli o disturbi mentali emozionali. Il rosso acceso quindi è un colore da non utilizzare se non nelle suppellettili o nei piccoli strumenti che possono ridurre il disturbo della agnosia cioè del riconoscimento della funzione dei singoli oggetti utili per mangiare, scrivere, telefonare e quant'altro viene fatto nelle attività della normale vita quotidiana. —

L'uso dei colori negli ambienti è utile per l'orientamento, la modulazione del carattere e i disturbi del comportamento in patologie neurodegenerative, psicologiche e neuropsichiatriche.

La scienza ribadisce l'importanza dell'igiene nasale

Per rafforzare il sistema immunitario nella prevenzione, oltre all'alimentazione e alla integrazione, non dimentichiamo di curare il naso, la cui efficienza determina la capacità di fungere da filtro.

In un articolo pubblicato su questa rivista nel 2020, pochi mesi dopo il picco pandemico, **si sottolineava come l'igiene nasale rappresentasse un ottimo baluardo per la prevenzione delle infezioni virali**, Coronavirus in primis.

Al riaffacciarsi, purtroppo, di una stagione invernale che sembra volgere visto i dati epidemiologici ad una nuova recrudescenza del virus nonostante la rilevante percentuale di vaccinati, ci sembra importante sui tornare sulle possibili armi a disposizione della prevenzione. . Più volte negli articoli e nelle news pubblicate sul Portale Salute ANAP è stata ribadita l'importanza dell'alimentazione, che contribuisce con nutrienti quali lo Zinco, il Selenio e gli omega 3 (particolarmente ricco di questi nutrienti è l'olio di semi di canapa sativa) alla salute ed all'efficienza del sistema immunitario. In queste, righe però, ci piace ribadire l'importanza di un organo determinante per la salute dell'apparato respiratorio: il naso.

Il naso, infatti, è il filtro che trattiene ed elimina i patogeni dall'aria respirata e , come per tutti i filtri, la capacità è direttamente correlata alla sua efficienza. Molti virus cercano di alterare il cadine di tale processo: la mucosa nasale contiene infatti delle ciglia vibratili che spingono il muco nell'orofaringe ove viene deglutito nello



Roberto Mazzanti

Medico Specialista in Laserterapia, svolge attività di consulenza per l'installazione di sistemi Laser in qualità di esperto in tecnologie innovative applicate alla Medicina.

È inoltre direttore del Portale Salute di ANAP Confartigianato Italia.

Igiene nasale

Il naso è il filtro che trattiene ed elimina i patogeni dall'aria respirata e, come per tutti i filtri, la capacità è direttamente correlata alla sua efficienza. Molti virus cercano di alterare il cardine di tale processo: la mucosa nasale contiene infatti delle ciglia vibratili che spingono il muco nell'orofaringe ove viene deglutito nello stomaco ove i patogeni sono inattivi (clearance muco-ciliare). Una corretta igiene nasale può avere, oltre che una importanza preventiva, anche un'efficacia terapeutica. Queste norme igieniche, generalmente valide, sono una vera e propria necessità per le persone a rischio, in quanto hanno in partenza una rallentata clearance muco-ciliare. Ciò si riscontra nei diabetici, nelle donne in menopausa e negli anziani.

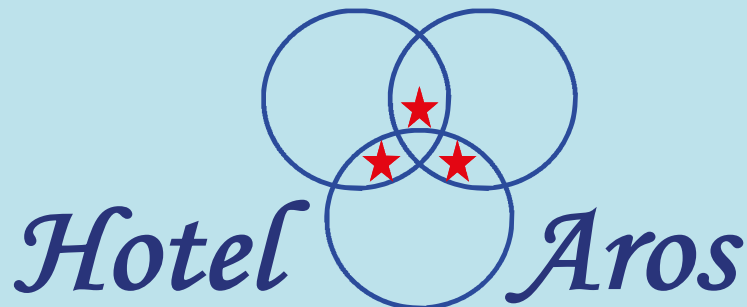
stomaco ove i patogeni sono inattivati (clearance muco-ciliare). Quindi, è importante che il muco rimanga nelle cavità nasali il meno possibile.f

Abbiamo ricordato come ultimamente si siano resi disponibili nuovi dispositivi medici che aiutano a rimuovere efficacemente il muco dal rinofaringe mediante un azione meccanica: tra uno dei più efficaci si è dimostrato il dispositivo Atomix realizzato dalla ditta italiana Tred. Quest'ultimo si è reso protagonista di un importante studio realizzato presso l'Ospedale milanese " Sacco", nel quale si è dimostrato la sua efficacia anche nel negativizzare i tamponi che rimangono a lungo positivi nei pazienti Covid, probabilmente per la persistenza nel muco di frammenti di DNA del virus anche dopo la guarigione dei pazienti. Lo studio è stato pubblicato sulla prestigiosa rivista Journal of Virology.

Insomma, tenere il naso pulito protegge dal virus, soprattutto adesso che è notevolmente aumentata la circolazione del virus nei bambini sotto 12 anni, non ancora raggiunti dalla vaccinazione, che del virus sono serbatoio e veicolo.

A riaccendere l'interesse su questa problematica è un recentissimo articolo apparso sulla Rivista Europea di Farmacologia clinica, che prova come l'utilizzo di soluzioni ipertoniche per i lavaggi nasali inibisca la replicazione del Covid-19. —





Riviera di Rimini

Hotel e Ristorante Specialità Pesce

**Offerta
Capodanno a
Rimini**



Viale Sollum 11 - 47922 Rimini Torre Pedrera
Tel. 0541 720051 Mobile 370 1018973
Fax. 0541 721210 info@hotelaros.net
www.hotelaros.net WhatsApp 370 1018973

Ascensore, Vicino al Mare, Ristorante con menù a scelta (tutti i giorni carne, pesce ed opzione vegetariana), Parcheggio a 200 mt con pensiline recintato ed illuminato. Tutte le camere dotate di TVLed, Telefono, Bagno con box doccia, Balcone, Phon, Ventilatore, Cassaforte, Frigorifero, WI-FI gratuito, Aria Condizionata.



Dicembre a Rimini: Presepi di Sabbia, Mercatini Natalizi, il suggestivo Centro Storico...



Capodanno a Rimini!!!

Due giorni di pensione completa (dal Pranzo del 31 Dicembre alla Colazione del 2 Gennaio) con Ricco Cenone in Hotel, bevande e spumante inclusi, e Pranzo Festivo Romagnolo il Primo Gennaio,

**a soli 189 € a persona!
Adulti e bimbi in 3° e/o
4° letto sconto 50%
Sconti per comitive**



PRANZO "DELIZIE DI MARE"

Domenica 14 Novembre

Domenica 12 Dicembre

Solo su prenotazione

*Aperitivo della Casa
Fantasia di Antipasti freddi
Frittura di Paranza
Ostrica Gratin
allo Scalogno Bretone
Gnocchetti ai Gamberi e Vongole
Veraci, Crespella al Branzino,
Risotto ai Frutti di Mare;
Sorbetto al limone
Grigliata d'Adriatico con Contorno
Insalata Fresca, Dessert
Caffè, Limoncello
Acqua e vino sono inclusi
Prezzo Promozionale
€ 36 a persona!
Condizioni speciali per
gruppi organizzati*

Info Tel. 0541 720051 Mobile e WhatsApp 370 1018973

Avocado: un frutto eccezionale

Il frutto tropicale, la cui coltivazione è iniziata anche nel nostro Paese è ricco di Omega 3, vitamine e minerali, ha proprietà antiossidanti e antinfiammatorie e aiuta a combattere i radicali liberi.

L'avocado il cui nome scientifico è *Persea Americana* è il frutto di una pianta tropicale sempreverde appartenente alla famiglia delle Lauracee; l'albero può raggiungere venti metri di altezza, la chioma è ampia con foglie persistenti, lunghe, ovali e di colore verde. I fiori misurano dai cinque ai dieci mm e sono riuniti in pannicoli terminali che contengono gli apparati sessuali, femminili e maschili. Il frutto richiama vagamente la forma della pera, lungo dai sette ai venti centimetri, ha un peso che può variare da cento a mille g. All'interno contiene un grosso seme con un diametro che può raggiungere fino a cinque centimetri, la polpa è di colore giallo-verde o giallo pallido, la buccia, liscia o rugosa può essere di color melanzana o verde.

Questo frutto è originario dell'America Centrale e del Messico, paesi che ad oggi risultano i maggiori produttori insieme alla Repubblica Dominicana, Colombia, Perù, Indonesia Kenia, Stati Uniti, Cile e Brasile. In Italia si è cominciato a coltivarlo in alcune zone della Calabria, Sicilia e Sardegna. In natura esistono molteplici varietà di Avocado diversi per forma, colore e gusto, la più conosciuta è la tipologia Hass. L'avocado è considerato un alimento molto salutare perché ricco di Omega 3, vitamine A,D, E, minerali, oli nutrienti, acido folico, potassio, magnesio, fibre, flavonoidi, fitosteroli e selenio.



Lina Baroni

Infermiera

Vicepresidente ANAP Confartigianato Arezzo è coordinatrice del progetto di assistenza domiciliare di Confartigianato Arezzo, insignita con titolo di Cavaliere al merito della Repubblica



Le sue proprietà antiossidanti e antinfiammatorie aiutano a combattere i radicali liberi e l'invecchiamento precoce della pelle e dei capelli oltre a migliorare il sistema immunitario abbassando i livelli di colesterolo nel sangue. L'avocado ha una serie di benefici ma anche alcune controindicazioni per quello che riguarda l'uso alimentare, in particolare è sconsigliato alle persone che soffrono di insufficienza renale per l'alto contenuto di potassio e alle donne incinte poiché i componenti del frutto possono infiammare le ghiandole mammarie e ridurre la produzione di latte. La polpa di avocado ha una consistenza burrosa ed un gusto gradevole e delicato, frullata, a pezzi, cotta o cruda si adatta ad ogni tipo di preparazione, dolce e salata.

Si presta benissimo per arricchire insalate e per fare salse che possono accompagnare pietanze di ogni tipo, ideale anche per la preparazione di dessert, gelati e dolci. Il frutto dell'avocado matura solo dopo la raccolta, in commercio si trova acerbo e quindi dopo l'acquisto deve maturare per 3-6 giorni a temperatura ambiente. L'uso di questo frutto non è solo alimentare, la sua polpa può essere utilizzata nel campo della cosmetica poiché dalla stessa si ricava un olio molto nutriente capace di curare la pelle secca e screpolata. Le proprietà cosmetiche dell'avocado sono tali che il frutto è usato anche per realizzare creme e maschere idratanti per il viso e per la cura dei capelli. —



Curiosità

Il termine "Avocado" proviene dalla parola Azteca "ahuacotl" e significa testicolo. Fu coltivato per la prima volta a Los Angeles nel 1926 e brevettato dieci anni dopo. L'avocado viene chiamato "Pera Alligatore" perché la sua buccia ricorda nel colore e nella texture la pelle degli alligatori. È definito un frutto eccezionale, incredibilmente sano e il più salutare del mondo. Il 31 Luglio si celebra la giornata mondiale dell'avocado.

NON SIETE PIÙ AGILI COME PRIMA?

Questa bevanda nutritiva ispira i consumatori



“Sono sorpresa ma allo stesso tempo entusiasta! Ne ho provati tanti, ma Rubaxx è il top!”
(Francesca L.)



“Le articolazioni del ginocchio, della caviglia e del braccio traggono vantaggio dall’assunzione.”
(Elisa S.)



“Dopo tre settimane, ho potuto sentire un sollievo nel movimento. Non posso che raccomandarlo.”
(Lorenzo M.)



Quando le articolazioni causano problemi e ci si sente limitati nei propri movimenti, è ora di agire! Rubaxx Articolazioni (disponibile esclusivamente in farmacia) combina i micronutrienti specifici che sostengono la salute delle articolazioni.

S spesso con l'avanzare dell'età, il fabbisogno di nutrienti essenziali non viene più raggiunto soltanto con l'alimentazione. Le articolazioni non ricevono “nutrimento” a sufficienza per svolgere le loro funzioni in modo efficace. È ora di agire! Degli scienziati hanno unito micronutrienti importanti per cartilagini ed ossa sane in una bevanda nutritiva unica nel suo genere, disponibile in libera vendita, in farmacia: **Rubaxx Articolazioni!**

I micronutrienti che sostengono le articolazioni

Rubaxx Articolazioni contiene le quattro componenti naturali delle articolazioni: collagene idrolizzato, glucosamina, condroitina solfato e acido ialuronico. Queste sostanze sono componenti elementari della

cartilagine, dei tessuti connettivi e del liquido articolare. Inoltre, gli scienziati hanno anche identificato 20 vitamine e sali minerali specifici, i quali promuovono le funzioni di cartilagini ed ossa (acido ascorbico, rame e manganese), proteggono le cellule dallo stress ossidativo (riboflavina e α-tocoferolo) e contribuiscono al mantenimento di ossa sane (colecalfiferolo e fillochinone). Tutte queste sostanze nutritive sono contenute in Rubaxx Articolazioni in alta concentrazione.

Per il consumo giornaliero

Rubaxx Articolazioni è stato sviluppato appositamente per il consumo giornaliero per garantire un apporto continuo di importanti micronutrienti. Basta sciogliere il contenuto di una bustina in un bicchiere d'acqua o di succo, bere e fare qualcosa di buono per il tuo corpo!



Per la farmacia:

Rubaxx Articolazioni
(PARAF 972471597)

www.rubaxx.it

Integratore alimentare. Gli integratori non vanno intesi come sostituti di una dieta equilibrata e variata e di uno stile di vita sano. • Immagini a scopo illustrativo, nomi modificati

Signasol: per una pelle visibilmente bella e soda

Per la farmacia:
Signasol
(PARAF 973866357)



www.signasol.it

Ogni donna sogna una pelle liscia e senza imperfezioni. Con l'avanzare dell'età, la produzione di collagene nell'organismo tende tuttavia a diminuire progressivamente, facendo perdere alla pelle elasticità e compattezza con la conseguente insorgenza di rughe ed inestetismi della cellulite. La soluzione? Signasol è una bevanda specificamente formulata per reintegrare le riserve di collagene. Gli speciali peptidi al collagene con-

tenuti in Signasol sono in grado di rimpolpare la pelle dall'interno, restituendole la sua naturale elasticità. Signasol contiene inoltre vitamine e minerali essenziali: ad esempio, la vitamina C contribuisce alla normale formazione del collagene. Rame, zinco e biotina contribuiscono invece al mantenimento di tessuti connettivi normali e di una pelle normale. Per una pelle visibilmente bella e soda, chiedi Signasol in farmacia!



Integratore alimentare. Gli integratori non vanno intesi come sostituti di una dieta equilibrata e variata e di uno stile di vita sano. • Immagine a scopo illustrativo

Solitudine e ritorno alla normalità

Caro direttore, da quando sono in pensione, ho sempre cercato di organizzare la mia vita con tante attività che mi facessero sentire ancora attivo e "produttivo", sia in famiglia che nella società.

Questi ultimi due anni però, la pandemia mi ha impedito praticamente tutto e mi sono sentito isolato e solo: adesso mi ritrovo spaventato all'idea di uscire e di tornare alla mia routine e purtroppo la solitudine sembra insormontabile. Quando torneremo davvero alla normalità e come posso, anche nel mio piccolo, superare questo momento?

Fausto



Caro Fausto,

il problema della solitudine è molto sentito dalla nostra Associazione e il 30 ottobre scorso ne abbiamo parlato in un convegno a Bologna, finalmente in presenza, e con la partecipazione di oltre 140 persone.

“È indubbio che il problema con la pandemia si è acuito, nello stesso tempo, però, oggi è necessario risollevarci dopo due anni terribili. Abbiamo bisogno di ritrovarci, di riprendere il dialogo e di confrontarci. Il tema della solitudine è importantissimo, ricordiamo che in Italia ci sono 16 milioni di pensionati, tra questi tanti soffrono, non solo dal punto di vista sociale o sanitario, ma anche economico, molti vivono con pensioni bassissime e questo è un altro problema che intendiamo affrontare”. Sono le parole di Giampaolo Palazzi, presidente Confartigianato dell’Emilia Romagna che ha organizzato l’evento alla presenza del Presidente Nazionale ANAP, Guido Celaschi e del Professor Marco Trabucchi, che cura una rubrica su questa rivista e le cui parole penso possano essere una adeguata risposta ai suoi quesiti.

“Il senso della vita è dato dal vivere con gli altri – ha affermato nel suo intervento il professore –. Se non si verifica questo la solitudine non si batte.

Come ANAP dovete rendere palese la sofferenza di chi è solo alla comunità, andare a scovare chi è solo e diffondere la

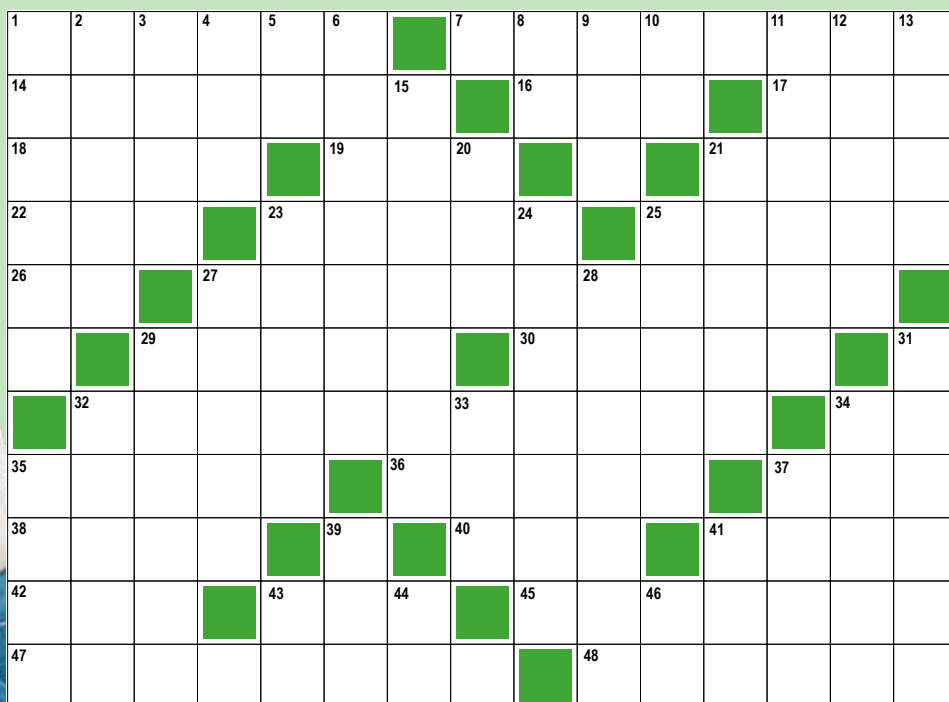
conoscenza della solitudine. La sofferenza talvolta è nascosta, bisogna impedire che si chiudano gli occhi di fronte a questi problemi. Poi occorrono scelte strategiche.

In alcuni piccoli Comuni sono stati fatti degli assessorati alla Solitudine, non è la soluzione del problema, ma un passo avanti; si richiama l’attenzione, forse ci possono essere un po’ di risorse per fare iniziative. Noi dobbiamo tutti impegnarci perché l’anziano esca di casa, occorre indurlo alla relazione, ecco quindi l’importanza di tante iniziative che si fanno nei territori: passeggiate, giochi, attività culturali. È fondamentale lo stile della vicinanza a una persona sola, non dobbiamo parlare, ma saper ascoltare con gentilezza e con amore, sentimenti che non sono mai sprecati”, ha concluso il professore Trabucchi.

ANAP da anni che presenta ai vari governi proposte sull’autosufficienza, al cui interno c’è chiaramente il tema della solitudine, cercando di trovare soluzione, compresi eventuali aiuti economici ai familiari, oltre ad altre formule che permettano alle persone di entrare in contatto tra di loro, anche con forme di mutuo aiuto.

Confartigianato, ANAP e ANCoS, l’associazione di promozione sociale che costituisce i circoli ricreativi, stanno svolgendo un ruolo importante per combattere questo fenomeno di grande importanza sociale. —

Cruciverba



ORIZZONTALI

1. Cesare... romano
7. Redivivi, indenni
14. Località vicina a Cannes
16. I fiori chiamati anche gicheri
17. Sigla della Polonia
18. La canta il singer
19. Fu sposa del biblico Giacobbe
21. Così sono le "sere" di Tiziano Ferro
22. Associa gli alpini
23. Movimenti tellurici
25. Uno che sa tagliare
26. La fine della festa
27. L'Anno degli stravolgimenti sociali
29. Finivano in faccia nelle comiche
30. Gretta, aspra, malevola

32. Considerare con rammarico
34. Los Angeles in breve
35. È detto anche verme solitario
36. La Shayk famosa modella
37. Il titolo concesso a Paul McCartney
38. Gracidano
40. E così di seguito (abbrev.)
41. Formalità, passaggi procedurali
42. Le ha rigide l'aereo
43. American English Institute
45. Assistita, sostenuta
47. Lo sono le condotte intolleranti verso le donne
48. Possono essere specializzati.

VERTICALI

1. Distinguono le famiglie aristocratiche
2. Produce un frutto delle dimensioni di una grossa pera
3. Alto vulcano italiano
4. Egr. sulla busta
5. Iniziano l'alfabeto
6. I resti del naufragio
8. Stanno due volte in carica
9. Fabio... l'ex ciclista italiano
10. È poco più alto del re
11. Il contrario di chiusa
12. Non lo vuole avere nessun litigante!
13. Osso del bacino
15. Erano massimi nel trattato scientifico di Galileo Galilei
20. Iniziali del fisico Ampère
21. Relative al luogo d'origine
23. Un orto al coperto
24. Inutilità, vacuità
25. Non sotto
27. Comproprietarie della ditta
28. Un pezzo di pizza
29. Fa girare la testa a chi lo segue
31. Lo sono certi "passi"
32. Le altezze a corte
33. Andare... col poeta
34. Così è la novella che porta le buone notizie
35. Circola a Zurigo
37. Divo acclamato
39. Colpevoli
41. Un commiato liturgico
43. Nel bel mezzo della saga
44. Così è se non è out
46. Il "pick" veicolo di carico.

Soluzioni...

M	A	R	A	P	O	E	N	I	G	O	S	I	M	47
A	L	A	T	A	V	A	I	A	V	A	L	I	A	27
R	E	R	I	T	C	E	R	A	N	E	R	A	N	36
R	S	I	R	A	N	I	R	I	A	N	I	T	E	35
L	A	E	R	E	A	R	M	I	C	R	I	R	E	32
C	A	P	A	R	A	V	A	R	T	E	T	O	R	28
T	O	T	O	T	A	N	T	A	V	E	S	T	A	26
O	A	R	T	O	S	I	S	M	S	S	I	A	N	22
E	R	E	N	E	U	A	L	I	A	L	I	G	N	31
O	L	P	A	R	I	A	R	I	S	E	S	I	B	14
I	P	A	T	I	C	A	M	P	A	S	A	R	S	4



Confartigianato
persone

Pronto TI ASCOLTO



Nuovo servizio

Disponibile dal
20 maggio 2020

Servizio erogato da psicologi iscritti all'Albo

Numero verde
800.15.16.22

Lunedì - venerdì dalle 8.30 alle 13.00
e dalle 14.00 alle 18.00 e sabato dalle 8.30 alle 13.00
servizio non disponibile nei giorni festivi

Chiami il numero verde
gratuito **800.15.16.22**
ed effettui la richiesta
di servizio

Il centralino dedicato
verifica il primo
specialista disponibile
e fissa l'appuntamento

Lo specialista
ti ricontatta alla data
e all'orario concordati
durata singola telefonata: 25 minuti circa

Perché rivolgersi al servizio Pronto? Ti Ascolto

- ▶ Chiamata 100% gratuita per soci ANAP
- ▶ Non ci sono limiti al numero delle telefonate, puoi chiamare tutte le volte che vuoi
- ▶ Ogni volta che chiami sei seguito dallo stesso specialista

Puoi chiamare il servizio per parlare di:

Problemi personali, problemi familiari, ansia, solitudine, depressione, isolamento, difficoltà relazionali, stress, paure, cambiamenti, scelte difficili, momenti traumatici, o anche solo per trovare dall'altra parte della cornetta una voce amica che ti ascolta e ti fornisce consigli.

SPONSORED BY



POWERED BY



Versione web



Puntando con il tuo smartphone il QRCode qui sopra puoi accedere alla pagina del portale Anap.it dedicata alla rivista e scaricare gratuitamente le versioni digitali.

Chiuso in redazione: 22.11.2021

PROPRIETÀ

ANAP - Via San Giovanni in Laterano, 152
00184 Roma - tel. 06 703741 - www.anap.it

EDITORE

Media S.r.l. - Via Lombarda, 72
59015 Carmignano - Località Comeana (Prato)
tel 055.8716840 - www.mediaservizi.net

UFFICI DI REDAZIONE

MAY Communication S.r.l.
Piazza Vittorio Emanuele II, 135 - 00185 Roma
info@maycommunication.com

DIRETTORE EDITORIALE

Fabio Menicacci, fabio.menicacci@confartigianato.it

DIRETTORE RESPONSABILE

Lorenza Manessi, lorenza.manessi@confartigianato.it

REDAZIONE

Silvia Bazzani, Laura Di Cintio,
Annagrazia Greco, Mariateresa Giammaria

HANNO CONTRIBUITO

Paolo Amato, Lina Baroni, Bernardetta Cannas,
Letizia Cingolani, Claudio D'Antonangelo,
Luciano Grella, Vincenzo Marigliano, Roberto Mazzanti,
Gian Lauro Rossi, Marco Trabucchi, Tony Urbani

PROGETTO GRAFICO

Elena Colombi

IMPAGINAZIONE

Elena Colombi, Mattia Ambrami

CREDITI FOTOGRAFICI

Immagini gentilmente concesse dagli autori o dalle
Associazioni, AdobeStock, Freepick, Archivio MAY,
per Cristiano Gori foto di ©Romano Magrone

STAMPA

Tiber Spa Via della Volta, 179 - 25124 Brescia

CONCESSIONARIA DI PUBBLICITÀ

MAY Communication S.r.l.

Pubblicazione quadrimestrale.
Programmi d'abbonamenti anno 5 del 2015
Titolo della testata: Persone e Società

Prezzo del numero: 5 euro (arretrati 7 euro).
Abbonamento annuo: 12 euro (per le istituzioni 10 euro; gruppi ANAP 4 euro).
Socio ANAP: la quota associativa comprende 2 euro per l'abbonamento alla rivista.

Ai sensi dell'Art. 13 del DLgs del 30.06.2003, n. 196 (codice privacy),
si garantisce la massima riservatezza dei dati personali forniti dagli abbonati
e la possibilità di richiederne gratuitamente la rettifica o la cancellazione.
Le informazioni custodite verranno utilizzate al solo scopo di inviare agli
abbonati la testata e gli allegati, anche pubblicitari, di interesse pubblico.

Registrazione al tribunale di Prato n. 05/2015 del 01/07/2015.

Il materiale inviato alla redazione non verrà restituito.



CALORE e BENESSERE
per tutto l'inverno

COMODA CONSEGNA
a DOMICILIO

È possibile richiedere una sola confezione

Con la Confezione "Offerta di Benvenuto" in più
per Lei la **Trapunta Matrimoniale**
"Romantica" in Vera Piuma d'Oca



IMBOTTITURA
100% PIUMA D'OCA
NATURALE



MATRIMONIALE

MAXI
MISURE
260 x
240 cm

- Tessuto esterno in MICROFIBRA di poliestere
- Ecologica, traspirante
- Double face: fantasia da un lato, tinta unita dall'altro
- Lavabile in lavatrice

La vendita di alcolici è riservata ai maggiori di 18 anni.



La Confezione "Offerta di Benvenuto" (codice 37779) comprende 6 bottiglie da lt. 0,75 + 1 Panettone:

- | | |
|---------------------------------|---|
| 1 Prosecco DOC Treviso • 11°. | 1 Chardonnay Etichetta Oro • 2020 • 12°. |
| 1 Marzemino IGT Veneto • 11,5°. | 1 Raboso IGT Veneto Etichetta Oro • 2020 • 11,5°. |
| 1 Moscato Spumante • 6°. | 1 Panettone Classico • Gr. 1000. |
| 1 Bardolino DOC • 2020 • 12°. | Confezionato in un'originale lattina natalizia. |

ORDINI SUBITO

Numero Verde
800-00 18 38

Telefonare dal lunedì al venerdì
dalle ore 9,00 alle ore 18,00

Fax: 0444-687995

Garanzia
"Soddisfatto o Rimborsato"

Se non sarà soddisfatto dei prodotti, potrà restituirli entro 30 giorni, senza avere altri impegni.

TUTTO A SOLI
€ 49,90

SPESE di SPEDIZIONE
GRATIS

BUONO D'ORDINE PRIVILEGIATO

Si inviatemi le 6 bottiglie + il Panettone descritti nell'Offerta di Benvenuto. In più riceverò compresa nel prezzo la **Trapunta Matrimoniale "Romantica" in VERA PIUMA D'OCA**. Il tutto a soli € 49,90 (IVA, trasporto e imballo inclusi) con la seguente modalità:

Codice 21AD

al ricevimento dei prodotti

con carta di credito CartaSi Visa MasterCard Diners

Attenzione: riportare qui tutti i numeri della carta di credito e la data di scadenza.

Numero

Scad. Firma del titolare

Cognome Nome

Via N. CAP

Località Prov.

Tel. Data di nascita

E-Mail

In caso di mia assenza, consegnare al mio vicino Sig.

L'eventuale fattura deve essere richiesta al momento dell'ordine (art. 22 del D.P.R. 26/10/72 n. 633). Ogni ordine è soggetto all'approvazione dell'Azienda.

BUONO DA compilare in stampatello, ritagliare e spedire in busta chiusa a:

S.S.T.C. Srl Cassine di Pietra
Casella Postale n. 1 - 36070 San Pietro Mussolino VI

Informativa sul Trattamento dei dati personali ai sensi del Regolamento UE 2016/679. S.S.T.C. Srl Titolare del Trattamento tratterà i dati inseriti in questo coupon per l'invio del prodotto Cassine di Pietra richiesto e per verificare l'esito della spedizione. Questo trattamento è legittimato dalla necessità di dare esecuzione alla Sua richiesta. Con il Suo consenso, che legittima questo ulteriore trattamento, S.S.T.C. Srl potrà inoltre informarla, mediante il telefono o altri strumenti di comunicazione diretta, sulle offerte e iniziative promozionali relative ai prodotti dell'Azienda. I dati verranno conservati per i futuri contatti per il tempo necessario in relazione alle finalità perseguite, avendo cura di verificare la sussistenza del consenso entro 24 mesi dalla fornitura. Solo tale consenso rende legittimo questo trattamento. I Suoi dati non saranno diffusi e solo con il Suo consenso tale trattamento potranno essere comunicati, solo in Italia, ad altre selezionate società che effettuano vendite per corrispondenza per presentarle le loro proposte. L'elenco di tali società è a disposizione presso il Titolare del Trattamento. In ogni caso può in ogni momento revocare tutti i consensi espressi in relazione all'uso dei Suoi dati. La fornitura dei dati è facoltativa ma, in mancanza di questi, la Sua richiesta non può essere evasa. I dati saranno trattati solo da responsabili ed incaricati preposti alla gestione degli ordini e al contatto con i Clienti. In qualsiasi momento Lei potrà chiedere la modifica, la correzione o la cancellazione dei dati. La limitazione del trattamento o la portabilità di dati, scrivendo al Titolare del Trattamento "S.S.T.C. Srl - Cassine di Pietra, Via La Fabbrica 1 - 36070 San Pietro Mussolino (VI)". Nei casi previsti dalla legge, può presentare reclamo al Garante per la protezione dei dati personali. Per conoscere i dettagli sul trattamento dei dati, visiti la sezione Privacy del nostro Sito Internet www.cassine.com.

Dichiarazioni di consenso: Presa visione dell'informativa, consenso al trattamento dei miei dati personali per essere informato, telefonicamente o con altri strumenti di comunicazione diretta, sulle iniziative promozionali e commerciali di S.S.T.C. Srl - Cassine di Pietra.

➔ SI NO (N.B. Solo barrando SI, potrà usufruire delle nostre offerte riservate ai Clienti)

Consento alla comunicazione dei dati ad altre società che effettuano vendite per corrispondenza, come precisato nell'informativa.

➔ SI NO (N.B. Solo barrando SI, potrà usufruire delle offerte formulate da aziende da noi selezionate)

Prima della sottoscrizione leggere il Set Informativo su unipolsai.it - Attivazione automatica dei soccorsi per incidenti di impatto superiore a 6 g qualora il Cliente non risponda alla chiamata della Centrale di Assistenza.

UNIBOX SAFE: UN ALTRO PASSO AVANTI NEL FUTURO.



Miglioriamo la tua vita con soluzioni innovative e servizi altamente tecnologici. Come la polizza auto con Unibox Safe: il dispositivo che ti connette con la centrale di assistenza e chiama automaticamente i soccorsi.

Con la polizza KM&Servizi puoi scegliere Unibox Safe, il nuovo dispositivo satellitare che ti connette in vivavoce con la centrale di assistenza e che, in caso di necessità, attiva automaticamente i soccorsi sanitari e stradali.

UnipolSai Assicurazioni. Sempre un passo avanti.

UnipolSai
ASSICURAZIONI

Fai un preventivo nelle nostre 2.500 agenzie e su unipolsai.it

