

VerdEtà

LA RIVISTA PER I SOCI CHE TI INFORMA E TI CONSIGLIA

N° 91 | Bimestrale | Ottobre 2023

SPECIALE CARO PREZZI

Pensioni disarmate
contro l'extra-tassa dell'inflazione

ATTUALITÀ

Un mondo migliore mission impossible?
Intervista al professore Luca Ricolfi

POLITICHE SINDACALI

Intervista a Mario Pagani,
neosegretario di CNA Pensionati



Pensionati



Edizioni CNA
Sede ed amministrazione
Piazza Mariano Armellini, 9A - 00162 Roma
Tel. 06441881 - 0644188800
www.pensionati.cna.it

Direttore responsabile

Pietro Romano
(romano@cna.it)

Direttore Editoriale

Mario Pagani
(verdetà@cna.it)

Redazione

Coordinamento Livia Pandolfi

Comitato di redazione

Mario Pagani, Giovanni Giungi, Pietro Romano, Livia Pandolfi, Jacopo Basili, Maria Rosa Battan, Andrea Battistoni, Mario Filippello, Sergio Giacchi, Valter Marani, Antonio Mecca, Elena Pezzetta, Maria Francesca Picchio, Susanna Bernardini, Tina Pugliese.

Progettazione grafica e impaginazione

Tiziana Barone (Albavision Srl)
www.albavision.eu - info@albavision.it
Photo Editor: Adolfo Brunacci (Albavision Srl)

Stampa: Postel SpA

Via Campobello 43 - 00071 Pomezia (RM)

Registrazione presso il Tribunale di Roma n° 405/2006 dell'08/11/2006



Il marchio della
gestione forestale
responsabile

Di questo numero sono state diffuse 204.609 copie - Stampato su carta riciclata

Pagani: “Pensioni e sanità al centro”

Intervista a Mario Pagani

Il neosegretario di Cna Pensionati si presenta

agli associati e illustra le sue priorità

POLITICHE SINDACALI

PIETRO ROMANO

“Sono orgoglioso di raccogliere un’eredità importante. Sono stato preceduto da due segreterie forti e incisive, quelle di Beatrice Tragni e di Filippo D’Andrea, che hanno consolidato il ruolo di CNA Pensionati garantendo crescita e visibilità. Soprattutto hanno dato l’avvio a un processo di maggiore integrazione con la Confederazione”. Così Mario Pagani, dal 4 luglio scorso segretario nazionale di CNA Pensionati, anticipa a Verdetà le sue prossime mosse.

Domanda. Perché è importante viaggiare verso una maggiore integrazione tra CNA Pensionati e la Confederazione?

Risposta. Perché l’autonomia è senz’altro un valore aggiunto ma l’autoreferenzialità è negativa. Sono convinto, però, che CNA

Pensionati stia avendo, avrà, un ruolo trainante nella costruzione di quel grande soggetto capace di rappresentare gli interessi generali dell’Italia quale la Confederazione ambisce a essere.



D. Quale CNA Pensionati eredità?

R. Un'associazione dai numeri molto importanti, che conta circa 230mila soci (ai quali arriva la copia della nostra Verdetà regolarmente; ndr) e che oltre alla forza dei numeri può vantare la capacità, ad esempio, di essersi saputa ritagliare spazi importanti nella rappresentanza unitaria. Al Cupla, il Coordinamento unitario dei pensionati del lavoro autonomo, ha saputo imprimere una notevole spinta sul fronte della rappresentanza, in special modo quando, qualche anno fa, proprio con la segreteria di Beatrice Tragni, CNA Pensionati ne ha assunto la presidenza, contribuendo a conferire all'organismo reputazione e autorevolezza.

D. Reputazione e autorevolezza che servono, eccome, anche nel confronto con la politica. Sul tavolo quali sono i temi più caldi da affrontare nel prossimo futuro?

R. I soliti di sempre: pensioni e sanità, sanità e pensioni.

D. Cominciamo dalla sanità. Non è più la migliore del mondo?

R. Non so se la nostra sanità sia, o sia stata, la migliore del mondo. Queste classifiche non mi interessano. E ancor meno interessano ai nostri pensionati. Ma da troppi anni, per una serie di cause più o meno motivate, che in questa sede è inutile ripercorrere, la sanità subisce regolarmente tagli anche consistenti. Per questo l'impegno

sulla sanità non coinvolge solo la terza e la quarta età, dev'essere un impegno collettivo. Gli anziani sono però i più esposti su questo fronte: in Italia l'invecchiamento è crescente e spesso non è un invecchiamento in salute. Nel frattempo i reparti di geriatria negli ospedali hanno perso posti letto in maniera massiccia senza che venissero potenziati i servizi geriatrici, a cominciare da quelli mirati alla prevenzione.

D. Tutto da bocciare, quindi, nella sanità italiana?

R. Neanche per idea. Nelle emergenze, di fronte a grandi patologie, il nostro sistema funziona ma è nell'ordinarietà che dà il peggio, invece. Nel corso della prossima assemblea di fine novembre affronteremo proprio questo tema, con l'intento di presentare qualche proposta in merito.

D. Infine, la previdenza...

R. La fiammata inflazionistica scoppiata alla fine del '21, che ancora si allunga su beni e servizi di prima necessità, ha provocato una ingente perdita nel potere d'acquisto soprattutto dei percettori di reddito fisso, come i pensionati con gli assegni meno consistenti. Purtroppo i sostegni ai più anziani nel nostro Paese sono poco consistenti, a differenza di quanto accade altrove in Europa. Ora, forse non siamo ancora nelle condizioni di introdurre anche in Italia il sistema di riduzione del carico fiscale in proporzione all'aumento dell'età, ma perlomeno non vorrei che ci trovassimo anche quest'anno a registrare il mancato adeguamento delle pensioni al crescente costo della vita per sopperire ad altre incombenze, com'è già capitato in passato. I nostri pensionati (e noi con loro) non lo sopporterebbero.



LA TUA RIVISTA ON LINE.



Nei mesi di Ottobre - Dicembre,
potrai scaricare la versione digitale della rivista,
collegandoti e registrandoti su
verdeta.pensionati.cna.it

SOMMARIO



01

**SPECIALE CARO
PREZZI**

Pensioni
disarmate contro
l'extra-tassa

PAGINA 8

02

IN PRIMO PIANO

Contrasto
all'inflazione: una
sfida sempre più
globale

PAGINE 14

03

STORIE

Vajont
60 anni dopo

PAGINE 16

04

FOCUS

Rapporto
INPS 2023, tutti
i numeri sui
pensionati

PAGINA 20

08

SPAZIO DONNA

Educazione
sentimentale
questa
sconosciuta

PAGINA 28

9

**SALUTE
FITOTERAPIA**

Funghi non solo
buoni da
mangiare

PAGINA 30

10

**SALUTE
DIETOLOGIA**

Dimagrire in età
avanzata si può

PAGINA 32

11

**SALUTE
GERIATRIA**

Prevenzione
cardiovascolare
e attività fisica

PAGINA 34



05

DAL TERRITORIO E. ROMAGNA
Col bene che mi voglio

PAGINA 22

06

IL FUMETTO
Le storie di Carlo e Alice

PAGINA 24

07

ATTUALITA'
Un mondo migliore mission impossible?

PAGINA 26

12

SALUTE PSICOLOGIA
L'amicizia pilastro fondamentale

PAGINA 36

13

SALUTE VETERINARIA
Come fare per adottare un cane

PAGINA 38

14

DAL TERRITORIO

PAGINE 40/47

15

LIBRO DEL MESE RELAX

PAGINE 48/49/50



**PENSIONI
DISARMATE**

**CONTRO
L'EXTRA-TASSA
DELL'INFLAZIONE**



**SPECIALE
CARO PREZZI**

CLAUDIO DI DONATO

01

Non è una vera e propria tassa ma nel vivere quotidiano non esiste imposta più odiosa, iniqua e regressiva dell'inflazione. Forse ci eravamo illusi di averla cancellata lasciandola soltanto nei testi di economia e nei ricordi di intere generazioni per le quali aumenti dei prezzi a due cifre erano la normalità.

L'inflazione invece è riapparsa tra noi, quasi all'improvviso e da oltre due anni governi e banche centrali cercano di contrastarla con risultati, finora, non proprio brillanti. Odiosa perché le tasse

che paghiamo, senza sorriso sulle labbra, servono per la sanità, la scuola e i servizi pubblici mentre l'inflazione ingrassa i conti correnti di pochi e svuota i portafogli di molti.

Regressiva perché pesa sulle tasche degli italiani in modo inversamente proporzionale al reddito disponibile: più sale il reddito e meno si avverte l'impatto della crescita dei prezzi. Iniqua in quanto grava esclusivamente sui consumatori, soprattutto sulle fasce meno abbienti. Un recente studio di

Mediobanca rileva che l'industria italiana ha retto l'impatto inflattivo con un aumento del fatturato nominale del 30,9% e dello 0,6% in termini reali. Significa che il volume di vendite è aumentato leggermente ma l'industria è riuscita a scaricare sui prezzi finali l'intera portata dell'inflazione e forse anche qualcosa in più. Di contro i lavoratori hanno accusato una perdita del potere d'acquisto intorno al 22% per effetto di un costo medio unitario del personale in crescita solo del 2%. Ne consegue che i pensionati sono quelli più colpiti non avendo alcuna difesa (rinnovi contrattuali e/o sgravi contributivi).

In realtà sui redditi da pensione la scure dell'inflazione si è abbattuta in maniera ancor più pesante. Le medie statistiche vanno sempre prese con le molle come insegnava Trilussa con la storia del mezzo pollo a testa (se uno mangia un pollo intero c'è almeno un altro che il volatile nemmeno lo vede).

La rilevazione dell'inflazione è una media riferita a un paniere di prodotti e servizi sulla base della frequenza di acquisto. Un pacco di pasta e un kg di pomodori hanno un peso maggiore di scarpe e ristoranti. Quando leggiamo che il tasso dell'inflazione è al 5%, presuppone che ogni consumatore abbia acquistato prodotti e servizi replicando la composizione del paniere Istat. Cosa molto improbabile se non impossibile. E infatti sempre l'Istat calcola l'andamento dei prezzi del carrello della spesa su quei prodotti e servizi che riguardano beni alimentari, per la cura della casa e della persona, dalle verdure alle bollette, dal dentifricio ai detersivi. Questa

categoria di prodotti mostra un andamento che è esattamente il doppio rispetto alla media generale. Nell'ultima rilevazione Istat l'inflazione era al 5% mentre il "carrello della spesa" segnava un +9,6%.

Ma un'ulteriore scomposizione delle categorie di prodotti evidenzia un trend ben più preoccupante. Tra gennaio 2021 e agosto scorso i prezzi per l'energia e l'abitazione hanno subito un'impennata del 45%, con picchi del 207% per l'energia elettrica e del 197% per il gas. I generi alimentari nello stesso arco di tempo mostrano un aumento del 20,5% a fronte dell'8,6% dell'indice generale.

Ma, come detto, l'inflazione è regressiva e occorre, allora, misurarne l'impatto sulla base del reddito. Se dividiamo gli italiani in dieci gruppi sulla base del reddito disponibile (dai meno abbienti, gruppo 1, ai più ricchi, gruppo 10) emerge che dall'uno al tre (dove si concentra circa l'80% dei pensionati) l'aumento di spesa per le bollette è stato tra il 12 e il 16,3% mentre per il gruppo dei contribuenti più ricchi soltanto del 6%.

L'Ufficio parlamentare di bilancio ha calcolato che i sussidi hanno in parte alleviato i forti rincari di luce, gas e carburanti. Ma nonostante l'intervento governativo tra agosto 2022 e agosto 2023 i primi due gruppi hanno dovuto aumentare la spesa del 7% per fronteggiare il caro-prezzi, il gruppo dei più ricchi soltanto del 5%. Senza gli aiuti governativi il primo gruppo avrebbe dovuto sopportare un aumento di spesa del 20% mentre i più ricchi appena il 6,1%. Aiuti e sussidi sono stati progressivamente ridotti ed è

evidente che occorre un contrasto all'inflazione più incisivo e con interventi strutturali. Non è pensabile che la lotta al caro-prezzi si possa vincere soltanto con la politica monetaria della Banca centrale europea. Tra l'altro i continui rialzi dei tassi di interesse decisi a Francoforte rischiano di trasformarsi in una cura troppo forte che uccide il paziente (economia e bilancio delle famiglie).

E' necessaria pertanto una maggiore concorrenza in quei settori dove resistono rendite ingiustificate a partire proprio dal mercato elettrico e del gas. In fondo gli aumenti energetici non hanno giustificazioni economiche: non c'è scarsità di prodotti e non c'è una forte domanda di consumi. Un processo tuttavia che richiede tempo. Nell'immediato occorre dare ossigeno ai redditi. Il Governo ha confermato il taglio del cuneo fiscale anche per l'anno prossimo con benefici per il lavoro dipendente. Sarebbe una grave ingiustizia e un clamoroso paradosso se lo stesso Governo per finanziare gli sgravi contributivi bloccasse l'adeguamento delle pensioni.



I viaggi. L'inflazione mi ha tolto la mia grande passione

DI SERGIO GIACCHI

I viaggi. E' questa la rinuncia più pesante pagata da Gianfranco Colletta sull'altare dell'inflazione.

"Ho sempre amato viaggiare e visitare le più belle città italiane ed europee. Mi piaceva farlo in auto per essere più libero e indipendente nei miei spostamenti. Le mie mete del cuore erano Firenze e Venezia ma ogni città e borgo italiano merita non una ma più visite. Ogni anno macinavo più di 30 mila chilometri ma l'aumento dei costi dei carburanti, l'impennata delle bollette e l'inflazione che incide pesantemente sulla spesa quotidiana, mi hanno costretto a tagliare sulla mia passione per i viaggi. L'Inps mi ha imposto delle scelte. L'assegno pensionistico serve a me e alla mia compagna per pagare l'affitto, le bollette, le cure mediche e fare la spesa quotidiana. Per i miei amati viaggi turistici se ne riparerà più avanti anche se il tempo davanti a me si riduce ogni giorno"

Ottant'anni portati benissimo. Li compirà a febbraio. Ascolano, di una eleganza sobria e signorile, Gianfranco Colletta ha superato prove difficili come un infarto e un tumore che non hanno fiaccato la sua voglia di godersi la vita. Lo abbiamo incontrato a Fermo, alla festa regionale di Cna Pensionati Marche. E' venuto con i colleghi ascolani in autobus per vedere le bellezze della città marchigiana e trascorrere una giornata serena tra amici.

"Cerco di cogliere ogni opportunità per viaggiare e conoscere" ha affermato Gianfranco "e Cna Pensionati, con le sue iniziative, mi consente di farlo senza svuotare il conto corrente ma il rimpianto per il passato c'è. Da alcuni anni a questa parte tutte le spese sono aumentate ma le entrate per noi anziani sono rimaste le stesse. Speriamo che questa rincorsa dei prezzi finisca e che il Governo pensi a noi pensionati che siamo sempre più in difficoltà. L'altro giorno ho pagato un chilo di pomodori 5 euro, per me che sono abituato ancora a ragionare con le vecchie lire, sono 10 mila lire. Uno sproposito. Ma tutta la frutta e verdura è rincarata moltissimo. Per noi anziani è un problema perché una sana e corretta alimentazione è alla base di una buona salute, soprattutto per chi, come me, ha già superato malattie importanti. Anche la sanità è peggiorata. L'ospedale di Ascoli era un fiore all'occhiello, adesso devo aspettare tre mesi, se va bene, per fare una visita. Unica alternativa ricorrere al privato, ma la maggior parte dei pensionati non se lo può permettere."

Come vede il futuro un pensionato di ottant'anni?

"Pieno di ombre, ma anche con la luce della speranza sempre accesa. Ho lavorato come tecnico di una impresa telefonica ed i primi anni dopo il pensionamento sono stati bellissimi, senza problemi economici. Ora devo stare attento a gestire con la mia compagna il bilancio familiare. Andiamo avanti così ma quando me ne andrò, non voglio portarmi dietro neanche un euro. Il tempo che mi manca voglio viverlo intensamente"



Sicilia: tra carovita e sanità ingessata i pensionati sono allo stremo

“Una volta con 50 euro ci riempivi il carrello della spesa. Ora ti devi fare bene i conti, e stare attento anche a quante pere comprare. Adesso con 50 euro non ci prendi neanche un quarto di quello che acquistavi prima”.

Antonino Finocchiaro, 78 anni, ha ricoperto vari incarichi in seno alla Cna provinciale di Siracusa e anche nella Cna regionale siciliana. È entrato per la prima volta in un cantiere che aveva 15 anni. Poi ha continuato l'attività in un'azienda tutta sua che si occupa di installazione di impianti (riscaldamento e condizionamento) in edifici privati ma anche in grandi strutture, come gli alberghi. Oggi Antonino è in pensione, e anche adesso che l'azienda è passata al figlio, la grande esperienza che ha accumulato in tanti anni è ancora una fonte preziosa da cui attingere. E così, quando serve, Antonino non si tira indietro se si tratta di dare una mano. La situazione che descrive Antonino, purtroppo, è la stessa che ogni giorno vivono tantissimi pensionati italiani. Da un lato le pensioni, che nonostante i modesti aumenti dell'ultimo anno non ce la fanno ad assicurare un tenore di vita soddisfacente agli anziani, dall'altro i prezzi che aumentano a dismisura a causa dell'inflazione. Una spirale che rende la vita ogni giorno più difficile.



“Direi che è una cosa quasi umiliante per noi pensionati. Oltretutto - osserva Antonino - con il nostro lavoro da imprenditori stavamo discretamente bene. Non dovevamo stare sempre a fare i conti di cosa comprare al supermercato e cosa no. E poi, se al carovita aggiungiamo anche quello che sta succedendo con la sanità il quadro è al completo”. Certo, perché come rimarca Antonino, quando si è un po' più avanti negli anni aumenta il bisogno di cure e di assistenza. “La sanità è davvero la nota dolente. Per una visita cardiologica, ad esempio, ci vogliono mesi e mesi e quindi devi andare dagli specialisti a pagamento. È un paradosso, però; se lo stesso esame, nello stesso ospedale, lo fai in intramoenia ti danno l'appuntamento in due giorni. Se lo fai tramite assistenza sanitaria ordinaria ci vogliono mesi. Non parlo solo delle visite cardiologiche, ma anche della fisioterapia di cui gli anziani hanno particolarmente bisogno, e di tante altre specialistiche. E cosa vogliamo dire dei trattamenti per patologie oncologiche, come la radioterapia, con macchinari obsoleti? È una cosa pazzesca. Tolgono sempre soldi alla sanità, alle prese con strutture e attrezzature vecchie, e chi si ammala deve fare i viaggi della speranza, deve andare su, a Milano, o in Veneto e altre regioni del nord. Ed è un altro paradosso, perché la Regione Sicilia spende un sacco di soldi per le prestazioni per gli assistiti che se ne vanno via, perché qui non ci sono le strutture adatte per certi tipi di cure”. Insomma, tra carovita e una sanità “ingessata” i pensionati sono allo stremo, se si pensa che un anziano su tre, come ha certificato l'Istat, vive con meno di mille euro al mese.

“Io non mi lamento – conclude Antonino – percepisco una pensione discreta, eppure non ci arrivo, e a volte devo attingere dall'azienda. Prima non era così. E penso ai colleghi artigiani che hanno avuto redditi bassi durante la loro vita lavorativa, a chi è stato costretto ad andare in pensione con ratei molto bassi. Per questi colleghi la situazione è davvero drammatica”.

Associato? Informato.

Partecipa alle nostre campagne SMS.

Puoi scegliere se ricevere o meno i messaggi, il tuo numero sarà comunque al sicuro, nel rispetto delle normative sulla privacy. Non lo cederemo a nessuno e non abuseremo della tua pazienza.

Proveremo a darti le informazioni più corrette e a farti conoscere le migliori opportunità.



Pensionati



Inquadra questo codice o visita la pagina su cna.it/pensionato-informato e cancella il tuo numero dal nostro database o inserisci il tuo numero se non hai mai ricevuto un nostro sms.

Contrasto all'inflazione: una sfida sempre più globale

IN PRIMO PIANO

VITTORIO DI GUILMI

02

La vampata dei prezzi che affligge i portafogli degli italiani non è solitaria. Fuori dai confini nazionali ed europei il quadro si presenta assai variegato e il contrasto all'inflazione diventa sempre più una sfida globale.

Nella cosiddetta Eurozona, ovvero nei venti paesi europei che condividono la moneta unica, a settembre il tasso di inflazione è sceso al 4,3% su base annua, il più basso negli ultimi due anni. Va meglio nei Paesi Bassi, dove a settembre l'inflazione ha toccato 0,3% su base annua, e in Belgio (+0,7%), mentre i prezzi sono saliti di più in Slovenia (7,1%) e Slovacchia (8,9%). Nonostante il significativo rallentamento, si tratta mediamente di un tasso

ancora ben al di sopra dell'obiettivo del 2% fissato dalla BCE (Banca centrale europea), effetto del conflitto in Ucraina ma anche del post pandemia e dei cambiamenti climatici in corso.

Fuori dall'Europa, l'inflazione si fa sentire maggiormente in paesi in cui il contesto è già molto fragile a causa di tensioni interne. È l'esempio del Venezuela, che dal 2013 attraversa una grave crisi economica, istituzionale e sociale, le cui cause sono molteplici: la crisi finanziaria del 2007-2008, la caduta dei prezzi del petrolio, le numerose sanzioni ed embarghi imposti dagli Stati Uniti. Dopo il 2013, a seguito del crollo dei prezzi petroliferi, il deficit pubblico venezuelano si è impennato

vertiginosamente, portando il governo a stampare nuova moneta per rilanciare la spesa pubblica interna. Un aumento che ha provocato la crescita dei prezzi, determinando un lungo periodo di iperinflazione. Ancora oggi, nonostante il periodo di iperinflazione possa considerarsi concluso, l'inflazione rimane la più alta al mondo: 422% su base annua, 145% da inizio anno. Un altro esempio di inflazione fuori controllo è quello che proviene dalla Turchia, che dalla fine del 2019 fa i conti con un aumento dei prezzi dilagante. La situazione è esplosa tra la fine del 2021 e l'inizio del 2022, arrivando a toccare quota 85,5% a ottobre 2022, la più alta degli ultimi 24 anni. Dopo otto mesi di calo, l'inflazione ha ripreso ad accelerare a luglio, soprattutto a causa del deprezzamento della lira turca, raggiungendo ad agosto 2023 un +58,9% su base annua. A livello internazionale, la Turchia sta scontando la poca credibilità della politica monetaria voluta dal presidente Erdogan nella lotta

all'inflazione, convinto che questa si potesse compensare con bassi tassi di interesse. Al contrario delle banche centrali di tutto il mondo che per frenare i prezzi alzano il costo del denaro, la banca centrale turca ha così tagliato i tassi di 5 punti percentuali (fino al 9%). Tuttavia, la sfida di contrastare la corsa dei prezzi con tagli del costo del credito si è dimostrata fallimentare e ora il paese turco è costretto ad una politica monetaria fortemente restrittiva.

È critica la situazione di molti stati africani, martoriati da guerre, colpi di stato ed alluvioni che affossano economie già assai precarie. È il caso, ad esempio, di Sudan, Etiopia, Congo e Zimbabwe, tutti paesi dove l'inflazione è alle stelle da anni. Non va meglio in Nigeria, dove il tasso di inflazione ad agosto è salito al 25,8%, il più alto dal 2005, erodendo il salario minimo mensile di 30.000 naira (poco meno di 60 euro) di oltre il 40% dal 2019. A maggio scorso, il nuovo governo guidato da Tinubu aveva revocato il sussidio sui prodotti petroliferi,

inclusa la benzina, provocando un'impennata generalizzata dei prezzi. A inizio ottobre, per compensare l'impatto delle recenti riforme economiche, l'esecutivo ha previsto un aumento temporaneo del salario minimo per i lavoratori meno pagati e trasporti pubblici più economici.

A livello mondiale, preoccupa sempre di più la cosiddetta inflazione alimentare, ovvero l'aumento incontrollato dei prezzi del cibo. Un fenomeno complesso, anche in questo caso provocato soprattutto dal conflitto in Ucraina e dalla crisi climatica, fattori che determinano costi delle materie prime sempre più elevati. Per fare qualche esempio, ad agosto l'inflazione alimentare in Venezuela è arrivata al 403% (record mondiale), in Argentina al 133%, in Turchia al 73% e in Egitto al 68%. In Asia, livelli massimi in Pakistan (38%), mentre la Cina è in deflazione al -1,7%. In Africa, la Nigeria ha un'inflazione alimentare al 29%, lo Zimbabwe è al 71%. In Europa la media è del 12,46%, in Italia siamo al 9,9%.



03

Vajont 60 anni dopo. “In meno di quattro minuti”, il libro di Bepi Vazza che racconta la tragedia

STORIE

ANGELA BAGLIONI

È una serata come tante a Codissago, frazione del comune di Longarone. È un mercoledì di Coppa dei Campioni, e in tv c'è la partita Real Madrid – Rangers Glasgow.

Giuseppe Vazza, 30 anni, Bepi per tutti, è al bar per assistere alla sfida di Coppa e giocare a carte con gli amici. La moglie, incinta, sta trascorrendo qualche giorno in casa della sorella. L'autunno è arrivato, e in Valle del Piave l'aria è già un po' più fredda. Sono le 22.39 del 9 ottobre 1963, quando 270 milioni di metri cubi di roccia si staccano dal monte Toc e scivolano alla velocità di 110 chilometri orari all'interno della diga che è stata riempita di acqua. Già, il monte “Toc”, che nel dialetto del posto significa “marcio”. Nonostante le frane dei secoli passati, nonostante le varie perizie

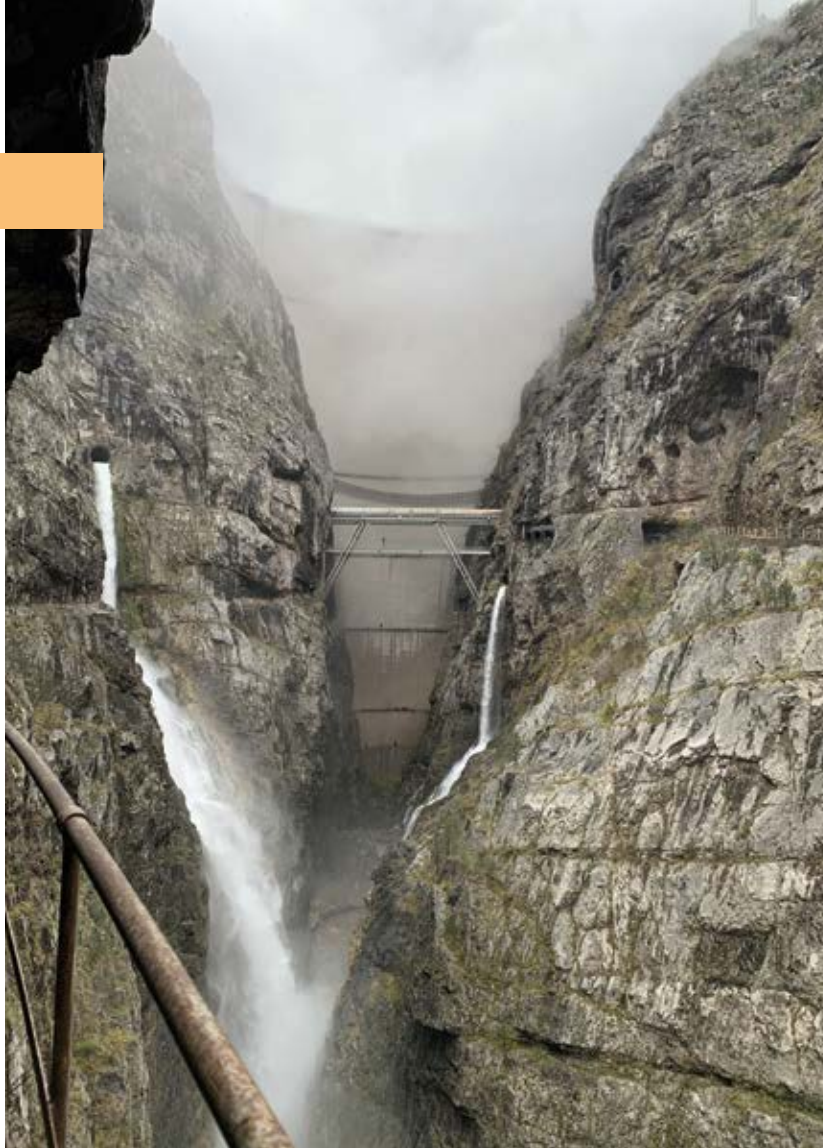
geologiche che si sono susseguite a martello, nonostante i segnali che la stessa montagna invia e gli articoli della giornalista Tina Merlin, i lavori per la realizzazione dell'invaso del Vajont vanno avanti senza troppi ripensamenti.

L'8 ottobre anche il direttore delle costruzioni della Sade, la società che sta realizzando la diga, chiede ai suoi superiori di lanciare l'allarme ed evacuare i paesi a ridosso dell'invaso. Il 9 ottobre, gli alberi piantati sul versante che sta per franare si inclinano in avanti e alle 22:39 accade l'inferno.

L'impatto è drammatico; la frana genera prima un terremoto, poi la roccia finisce nell'invaso e solleva una gigantesca onda d'aria paragonabile, fu detto, a una bomba atomica, poi un'onda d'acqua alta più di 100 metri che si riversa sulla valle distruggendo

tutto quello che incontra. Questo, e molto altro, è ciò che racconta Bepi nel suo libro "In meno di quattro minuti. Testimonianza sul Vajont: la strage e l'umiliazione" (per i tipi di Cleup - 2017), scritto 54 anni dopo la tragedia. Un libro che bisogna assolutamente leggere per comprendere ciò che è stato, affinché non accada di nuovo, proprio perché quest'anno ricorrono 60 anni dalla tragedia del Vajont, uno degli avvenimenti più scioccanti dell'Italia del dopoguerra, l'Italia del boom economico che cerca riscatto anche attraverso progetti come il "Grande Vajont". Nel 2008 l'Assemblea generale dell'Onu l'ha definito, a ragione, un disastro evitabile.

Un libro-denuncia, quello scritto da Bepi, che è la testimonianza diretta, preziosa, di chi quegli avvenimenti li ha vissuti in prima persona, di chi in quattro minuti ha visto morire parenti e amici, sparire una comunità, di chi ha lottato per affermare la giustizia e ancora oggi racconta per coltivare la memoria e l'anima delle giovani generazioni. Bepi oggi ha 90 anni, ed è un socio di Cna Pensionati perché per molti anni, racconta, ha gestito un salumificio. Oggi Bepi si definisce un informatore della memoria del Vajont, per "mettere



un piccolo seme nell'animo delle giovani generazioni auspicando che possa germinare".

È SCOPPIATO UN FINIMONDO.

"Quella sera - racconta a VerdEtà - avevo lasciato la mamma e i nonni a casa. Io ero al bar con gli amici, perché mia moglie era da sua sorella. Si è salvata per questo motivo e ha salvato anche me, perché se ci fosse stata lei anche io sarei rimasto a casa. Era un mercoledì. Alle 22,39 è scoppiato il finimondo. Dico scoppiato, perché non avrei un termine più appropriato per spiegare il tipo di rumore che abbiamo sentito.

La montagna stava crollando, tutto cadeva, noi scappavamo. In strada il rumore era sempre più forte, non lo sentivi dalle orecchie, perché ti attraversava il corpo fino a farti scoppiare la testa. Una sensazione che ci portiamo ancora appresso".

IL PRECEDENTE Una ventina di giorni prima Bepi, che riforniva con i suoi prodotti la mensa del cantiere, aveva assistito a un evento significativo. "Mi recavo quai tutti i giorni nel cantiere. Ero insieme alla cuoca quando da una finestra ho visto una fetta della montagna cadere nella diga. Si

è sollevata un'onda verticale che si dirigeva verso di noi. Siamo fuggiti, ma l'onda per fortuna si è dissolta. Due giorni dopo non ho trovato più la cuoca. Al suo posto c'era una giovane di Feltre, che rientrava dopo la maternità e che aveva lasciato a casa una bimba di tre mesi. Probabilmente quella notte si era coricata nella baracca. L'hanno ritrovata 200 metri più in alto, smembrata, in mezzo ai rovi".

LE PERDITE Bepi ha perso la mamma, i due nonni e altri undici parenti. Di sette di loro non sono mai stati ritrovati i corpi. Egli stesso, dopo essere uscito dal bar, fu colpito dall'onda d'aria e di acqua, ma riuscì a salvarsi grazie all'aiuto di un amico. Il papà era in Africa. "Il mio pensiero era per la mamma e i nonni. Quando arrivai nel posto dove presumibilmente avrebbe dovuto esserci la macelleria fui investito da una prima ondata di vento, che ti strappava la pelle, che mi riportò indietro. In quel momento ho visto la mia fine. Correvo, ma non toccavo terra. Questa è la sensazione che ancora oggi mi tormenta, e che si materializza nei miei incubi peggiori. Correvo, e nel correre mi scontrai con un amico che mi sollevò, e riuscimmo a salire in alto prima che arrivasse la seconda ondata, quella di acqua che aveva distrutto Longarone". Il nonno fu ritrovato ferito sulle macerie di casa. Morì dopo tre mesi a Pieve di Cadore. "La nonna – racconta ancora Bepi – non aveva un graffio ma era coperta di fango e si lamentava. Diceva che i carri armati dei tedeschi non le avevano fatto chiudere occhio. Morì di ictus nove giorni dopo". Bepi e la moglie persero anche il bambino che stavano aspettando, che purtroppo nacque senza vita.

IL DRAMMA "Di tutti i morti del Vajont – dice Bepi – che furono 1910, solo 702 persone furono riconosciute. All'epoca avevo 30 anni, per cercare i miei trascorsi più di quindici giorni nel campo di raccolta che poi è diventato il cimitero. Li ho visto cose orrende. Ho visto persone disperate che cercavano di accaparrarsi un corpo - è mio figlio questo, no è mio – pur di avere una tomba su cui piangere".

SI POTEVANO SALVARE? "Sì, avrebbero potuto salvare la gente. Quando capirono che il loro progetto era fallimentare avrebbero dovuto smettere. Dopo questa immane tragedia cercarono anche di farci scendere a compromessi, costringendoci ad accettare dei risarcimenti che in realtà erano delle elemosine, purché rinunciassimo a future azioni nei loro confronti. Un ulteriore accanimento verso i sopravvissuti. Qualcuno ha accettato, perché le persone avevano bisogno di ricominciare. Riuscirono a convincere ad accettare il 94% dei sopravvissuti. Io e mia sorella non abbiamo accettato, e ci siamo costituiti parte civile nel processo. La mia lotta giudiziaria è durata fino al 1982".

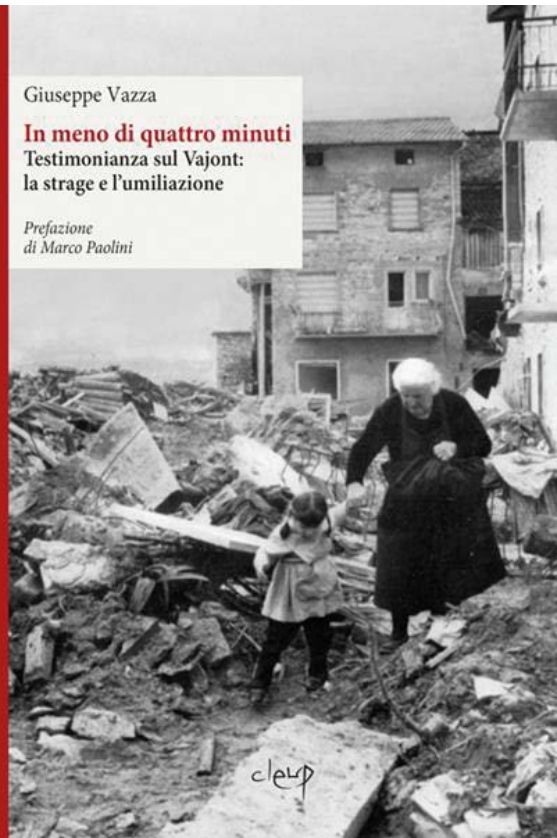
I GIOVANI Ora Bepi, 90 anni, vive con la moglie di 87 anni. Hanno un figlio, professore di genetica umana

all'Università di Padova. "Sa, è stato lui – dice non senza una nota di orgoglio – ad aiutarmi con il libro. Sono stato in silenzio per 54 anni perché sul Vajont hanno scritto in tanti, chi a proposito, chi a sproposito. Dopo la tragedia ho ripreso la mia attività e per fortuna sono riuscito a riappropriarmi della mia vita. Poi, negli anni '90 ho incontrato Marco Paolini (autore del monologo teatrale "Vajont 9 ottobre '63 - Orazione civile", ndr), e ho capito che dovevo testimoniare quanto accaduto. Oggi vado per le scuole, a parlare ai ragazzi, e vedo un'attenzione altissima, vedo giovani avidi di conoscenza, e trovo docenti che preparano gli alunni. Sono stato anche in carcere a spiegare il Vajont ai detenuti. Perché di Vajont ce ne capitano quasi tutti i giorni".

Giuseppe Vazza

In meno di quattro minuti
Testimonianza sul Vajont:
la strage e l'umiliazione

Prefazione
di Marco Paolini





CAF CNA INSIEME

Il tuo 730 facile e sicuro nelle nostre sedi e anche da casa

730, ISEE, IMU, RED... con CAF CNA non sono un pensiero. Il Centro di assistenza fiscale presente in tutta Italia, un servizio affidabile e di qualità, su misura per te.

www.casacaf.it

Centro
Assistenza
Fiscale



Nel tuo interesse. Sicuro

www.caf.cna.it

Rapporto Inps, tutti i numeri sui pensionati

FOCUS

L. P.

04

I pensionati italiani nel 2022 erano circa 16,1 milioni, invariati rispetto al 2021 per una spesa di quasi 322 miliardi. Lo si legge nel Rapporto Annuale Inps, presentato recentemente a Roma, dal quale emerge che gli uomini, pur essendo circa il 48% del totale, concentrano il 56% della spesa, ovvero 180,4 miliardi contro i 141,5 erogati alle donne. Per gli uomini l'importo annuale medio è di circa 23.182 euro, per il 36% circa superiore a quello delle donne (16.994).

Dividendo l'importo annuale per 12 mesi (con la tredicesima inclusa nei singoli mesi) l'importo medio mensile del reddito da pensione è di 1.931 euro per i pensionati e 1.416 per le pensionate.

Le pensioni delle donne

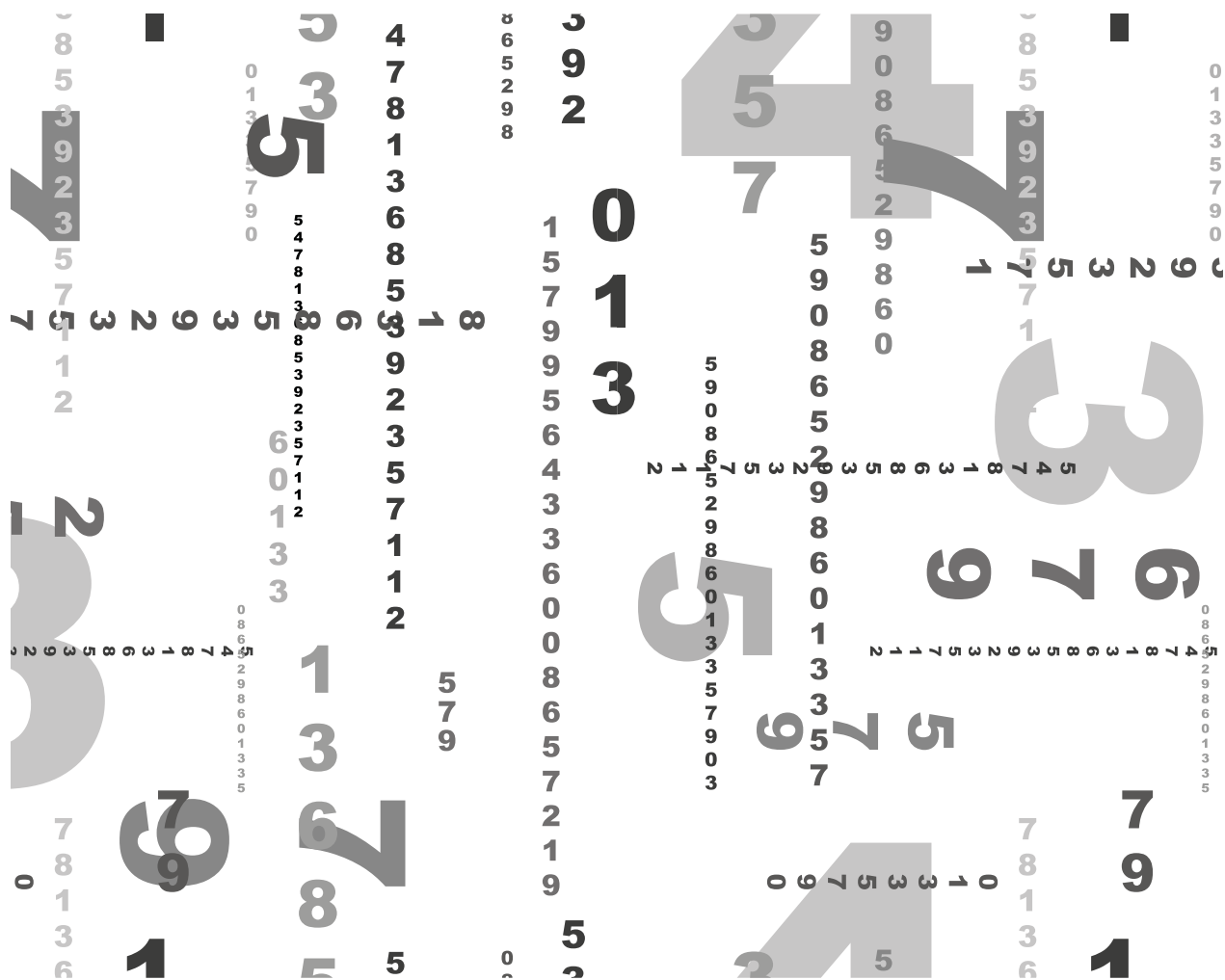
In pratica le donne ricevono in media 515 euro in meno al mese

(dividendo l'importo annuo per 12 mesi), il 26,67% in meno di quanto erogato in media ai pensionati. Il dato, evidenzia l'Inps, risente del fatto che ci sono molte donne con carriere lavorative corte o assenti che ricevono quindi pensioni in media più basse.

Dei pensionati italiani (uomini e donne), il 96% circa percepisce almeno una prestazione dall'Inps e ha un reddito lordo mensile medio di circa 1.687 euro (sempre diviso per 12 mesi). Il restante 4% non beneficia di prestazioni da parte dell'Inps, ma percepisce rendite Inail o pensioni di guerra o ancora pensioni da Casse professionali, Fondi pensione e Enti minori.

I numeri delle prestazioni previdenziali e assistenziali

I trattamenti previdenziali, ovvero le pensioni di anzianità/anticipate, vecchiaia, invalidità e superstite,



assorbono il 92% della spesa, mentre quelli assistenziali, ovvero le prestazioni agli invalidi civili e le pensioni e gli assegni sociali, il restante 8%. La voce che incide di più sulla spesa sono le pensioni di anzianità/anticipate con il 56% del totale, seguite dalle pensioni di vecchiaia che assorbono il 18% e dalle pensioni ai superstiti che assorbono oltre il 13%. Le prestazioni agli invalidi civili rappresentano il 6% delle prestazioni assistenziali mentre l'1,7% sono pensioni e assegni sociali. In totale le prestazioni previdenziali e assistenziali erogate dall'Inps nel 2022 sono 20,8 milioni.

Gli importi delle pensioni

Nel complesso l'importo medio della singola pensione mensile è pari a 1.123 euro (per 13 mesi) ma se per la pensione anticipata la media è di 1.915 euro al mese per quella di vecchiaia è di 889 euro. I due terzi delle pensioni anticipate è erogato agli uomini. Per l'invalidità previdenziale la media di importo per le pensioni vigenti nel 2022 è di 1.018 euro al mese mentre per i superstiti è di 747 euro. Tra le prestazioni assistenziali la media per le pensioni e gli assegni sociali è di 476 euro al mese e per le prestazioni agli invalidi civili è di 469 euro.

I numeri di Quota 100 e le altre uscite anticipate

Secondo il Rapporto INPS sono

quasi 433mila le persone andate in pensione con Quota 100 (432.888). Il Rapporto sottolinea come dopo le quasi 380mila uscite nel triennio di vigenza della misura (2019/2021) ne siano uscite altre 51mila nel 2022 avendo maturato i requisiti negli anni precedenti e 2.498 nel 2023 (al 31 maggio). Il ricorso a Quota 102 (l. n. 234 del 2021) è invece stato modesto per cui le liquidate nel 2022 sono poco meno di 5.700 (altre 4.874 uscite sono state rilevate nel 2023), mentre nel 2022 è nuovamente aumentato il ricorso a Opzione donna (oltre 26.000 le domande accolte nell'anno). Nel 2023 è atteso un calo vista la stretta sui requisiti.

Col bene che mi voglio: make-up e moda favoriscono il benessere psicologico

DAL TERRITORIO E. ROMAGNA

MEDEA CALZANA

«Guardarsi allo specchio, fino ai 60 anni, è difficile. Dopo, finalmente, le donne iniziano a fare pace con sé stesse perché sono meno in conflitto con l'immagine che vedono allo specchio e quella che vorrebbero avere». Un'età d'oro per «l'autostima legata all'immagine corporea», spiega la psicoterapeuta e sessuologa Gaia Vicenzi, autrice del libro "L'abito non mente. Il ruolo dell'abbigliamento nel definire chi siamo, cosa facciamo e come pensiamo".

Come valorizzare noi stesse con moda, make-up e hair-style? E, soprattutto, perché farlo? Questo era il focus del meeting annuale di CNA Pensionati dell'Emilia-Romagna, "Col bene che mi voglio". Più di 150 socie, venute da tutte le province della

regione, hanno partecipato a un evento in cui si sono alternati consigli di bellezza, grazie al consulente d'immagine Morgan Visioli, Presidente regionale CNA Acconciatori, e suggerimenti di moda da parte della stilista Claudia Bellini, presidente di CNA Federmoda Ravenna e titolare del marchio Clo' by Claudia B.

La cura di sé, il trucco, l'hair-style e la moda non sono solo una questione di vanità. L'immagine esteriore, infatti, è connessa alla nostra identità: in età over 60 si è alla ricerca di una nuova identità e sperimentare con i vestiti o il trucco è un modo per costruirla. Raggiunta la pensione, infatti, al di là del ruolo legato al mondo del lavoro o della famiglia, finalmente le donne possono scoprire parti di sé a cui non avevano potuto



prestare attenzione. È proprio dai 60 anni in su che ci sono le opportunità di esplorare nuovi orizzonti e scoprire nuovi modi di esprimere la bellezza: «E così come colori, palette, forma del viso, taglio dei capelli e make-up sono strumenti a nostra disposizione per prenderci cura di noi, allo stesso modo i capi che indossiamo possono rivelare i nostri punti di forza, esaltare la nostra femminilità – sottolinea Bellini – e farci giocare».

Make-up e moda possono aiutarci a sentirci meglio «per due motivi: innanzitutto l'atto di prendersi cura di sé fa sì che spostiamo il focus dell'attenzione su di noi – spiega la psicoterapeuta Vicenzi – Già questo è utile. Inoltre, però, nel momento in cui curo l'immagine di me, ottengo anche i complimenti da parte degli altri: cioè un rinforzo sociale che è positivo e migliorativo del benessere della persona». «La nostra immagine è un importante strumento di comunicazione, dice molto di noi e può anche aiutarci a sentirci meglio con noi stessi – spiega l'esperto Visioli – Non si può, però, improvvisare perché serve un occhio esterno che ci aiuti a valorizzare i nostri punti di forza, a esaltare la nostra naturale bellezza, particolarità e unicità».

È intervenuto anche il presidente di CNA Pensionati Emilia-Romagna Salvatore

Cavini: «Oltre il 50% dei nostri associati è composto da donne, che hanno una sensibilità ricca e che possono aiutare la nostra Confederazione ad andare verso nuove direzioni grazie alla loro intelligenza. C'è bisogno delle donne in CNA Pensionati e nella CNA in generale, questo a tutti i livelli e in tutti gli organismi». L'evento è stato, quindi, anche un'occasione per un appello da parte del presidente di CNA Pensionati Emilia-Romagna ribadito anche da Giovanni Giungi, presidente Nazionale CNA Pensionati, alla maggiore partecipazione femminile all'interno dell'associazione.

Ha chiuso l'iniziativa Aterballetto con l'intervento di Irene Sartorelli che ha portato l'attenzione su un'altra dimensione della bellezza, ossia quella del corpo armonioso tenuto in forma grazie alla danza, arte antichissima, inclusiva e perché no... divertente. Aterballetto, attraverso i propri laboratori denominati Dal Liscio al rave, contribuisce inoltre a rafforzare il legame tra le generazioni, a diffondere il concetto di welfare culturale e a promuovere uno stile di vita sano attraverso la danza.

LE STORIE DI ALICE E CARLO

SOGGETTO E SCENESIATURA: ARMANDO BRASSITELLI
DISEGNI: LUCA CARNEVALE
COORDINAMENTO EDITORIALE: ANTONIO DEL PRETE
FUMETTO IDEATO DA: AMICI DI PETERPAN-APS



SI, ADDIRITTURA. SECONDO CNA PENSIONATI IL 60% DEI NONNI, SPECIE A PARTIRE DAL PERIODO DELLA PANDEMIA, HA CONTRIBUITO ECONOMICAMENTE AL SOSTEGNO DELLE FAMIGLIE DEI FIGLI. E NON PARLIAMO DI PICCOLE CIFRE; SI STIMA CHE IL 15% DIA AI FIGLI ALMENO 500 EURO AL MESE.



BABY SITTER, CUOCHI, MAESTRI PER IL DOPOSCUOLA, ACCOMPAGNATORI: UN ALBERGO APERTO TUTTO IL GIORNO.

VORREI GODERMELI SENZA AFFANNI, E INVECE...



PER FORTUNA NON HO DI QUESTI PROBLEMI, NON HO AVUTO FIGLI, NÈ NIPOTI MOLESTI.

BEH, COL CARATTERE CHE TI RITROVI, NON MI MERAVIGLIA AFFATTO. VERO LADY?



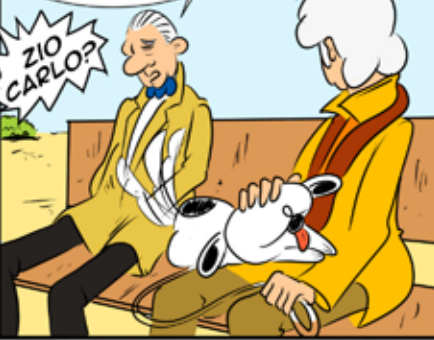
PIUTTOSTO, BURBERO DI UN CARLO: STAMATTINA HO PROVATO AD AVVISARTI CHE AVREI FATTO TARDI, MA IL TUO CELLULARE SEMBRAVA SEMPRE SPENTO.

EH GIÀ, STRANO DAVVERO. PER CASO MI NASCONDI QUALCOSA?



EHM, L'HO LASCIATO A CASA. SAI CHE NON AMO QUESTE DIAVOLERIE

MA SE NON TE NE SEPARI MAI.



CARLO, QUEL GIOVANOTTO STA CHIAMANDO TE?



ZIO CARLO, ECCO DOVE ERI FINITO.



SCUSA SE HO FATTO TARDI, AVEVI LA MEMORIA COMPLETAMENTE ZEPPA.



DA QUANTO NON LA PULIVI?



BEH, DA BAMBINO MI VENIVA A PRENDERE A SCUOLA E MI PORTAVA QUI ALLE GIOSTRE, PERCHÈ IL MIO PAPÀ NON POTEVA.



SIGNOR CARLO, TU SEI UN SUBIARDO. GIUSEPPE, MI ACCOMPAGNERESTI IN PASTICCERIA A PRENDERE QUALCHE DOLCE?



EHI, MI ASPETTATE?



FINE

Un mondo migliore, mission impossible?

Intervista al professore Luca Ricolfi

ATTUALITA'

LIVIA PANDOLFI



Luca Ricolfi

Il mix è letale. Un combinato di pretese fatto di soli diritti e la rete, con i social, che gonfia l'ego in modo facile e sproporzionato. Risultato? Una pessima realtà, spesso finta, che gli adulti offrono a ragazzi. Una realtà che disorienta e alimenta violenza e aggressività. E' questo il meraviglioso mondo 5.0 che ci aspetta? Quello dell'iperconnessione, della realtà aumentata, della robotica e dell'intelligenza artificiale? E l'uomo del Terzo millennio che fine fa? Lo abbiamo chiesto al sociologo Luca Ricolfi che ha risposto così alle nostre domande.

Domanda. Abbiamo passato una estate terribile con gli stupri di Palermo e Napoli, ragazzi anche giovanissimi protagonisti. Con gli adulti non va meglio: i femminicidi sono una costante della cronaca nazionale. Cosa succede nel nostro Paese? Stiamo precipitando nell'inciviltà e nella disumanità o esiste un problema di caduta di valori e

di educazione?

Risposta. I femminicidi attirano sempre di più l'attenzione dei media, ma – dalle frammentarie e incomplete statistiche disponibili – non risultano in aumento. E' vero però che il numero di omicidi in cui la vittima è un maschio è in costante diminuzione da anni, mentre le vittime di sesso femminile sono approssimativamente costanti.

Le violenze sessuali sembrano in significativo aumento, sia rispetto agli anni più recenti, sia rispetto al 2019, ultimo anno prima della pandemia.

Ma il vero fenomeno emergente è quello dei reati commessi da minori. Secondo il report della Polizia di fine anno (dicembre 2022), i minori denunciati o arrestati sono aumentati del 14.3%, con punte impressionanti per reati come le rapine in generale e le rapine nella pubblica via (+75.3% e +91.2% rispettivamente), i tentati omicidi (+65.1%), gli omicidi volontari (+53.8%), le percosse (+50%), le lesioni (+33.8%).

Difficile fare una diagnosi. Parlare di "caduta di valori e di educazione" non è sbagliato, ma io proverei a invertire il discorso. Anziché chiederci se c'è una caduta dei valori, forse dovremmo chiederci se non sono proprio i valori che trasmettiamo ai nostri figli e agli studenti ad alimentare la violenza.

D. In che senso?

R. Nel senso che i valori oggi prevalenti ruotano intorno a un'unica idea, quella di un illimitato "fascio di diritti" di cui ogni giovane sarebbe titolare: diritto al successo formativo, diritto a consumi cospicui, diritto all'autorealizzazione, diritto alla felicità in tutti gli ambiti. Mentre mancano del tutto i contrappesi di tali diritti: dovere di studiare, differimento della gratificazione, disponibilità a sostenere sacrifici, necessità di meritare quello cui si aspira (quest'ultimo è il tema centrale del mio libro *La rivoluzione del merito*, pubblicato un mese fa da Rizzoli). Il risultato è che, quando non ottengono quello cui aspirano, i giovani – con la complicità del mondo adulto – entrano nel ruolo di vittime. E sappiamo bene che frustrazione, risentimento, invidia sociale possono diventare incubatori di comportamenti aggressivi e violenti.

Da questo punto di vista il triennio del Covid è stato molto dannoso, perché il racconto compassionevole e vittimistico degli adulti nei confronti dei ragazzi non ha fatto che alzarne il livello di frustrazione e di aggressività.

D. Che ruolo hanno i social, un veicolo di dipendenza

collettiva, ormai diventati droga dell'ego e veicolo di valori e immagini spesso lontani dalla realtà che si vive?

R. I social hanno un ruolo enorme. Negli anni '50 e '60 la preoccupazione principale di uno studente era assecondare le aspettative di genitori e insegnanti. Nei decenni successivi hanno assunto un peso sempre più importante le aspettative del gruppo dei pari, tipicamente i compagni di scuola.

Negli ultimi 15 anni, ovvero da quando esiste lo smartphone, tutto è cambiato. Ragazze e ragazzi sono impegnati in una competizione sfrenata per la popolarità, ma il gruppo di riferimento non sono i compagni di classe bensì le comunità che si formano su internet. Il bisogno di essere qualcuno, di emergere, di essere invidiati e ammirati non è mai stato così forte. Di qui le cosiddette challenge (sfide estreme), l'uso spregiudicato dei video (fino al revenge porn), il bullismo, fino alle baby-gang e, nei casi estremi, gli stupri di gruppo. Le azioni tendono ad essere sempre più estreme, trasgressive, (macabramente) spettacolari proprio perché, più è ampio il pubblico dei possibili spettatori, meno – per emergere – ci si può accontentare di semplici monellate.

D. Cosa possono fare le istituzioni in una società ormai pervasa dalla tecnologia, da internet e da modelli culturali ed educativi che sfuggono, colpevolmente, ai soggetti tradizionali come la scuola e la famiglia?

R. In generale, le istituzioni non possono fare nulla, perché sono parte del problema. E' il tipo di educazione che famiglia, scuola, mass-media hanno troppo spesso impartito (e continuano a impartire) che alimenta i comportamenti giovanili. Certo, per fortuna esistono eccezioni: insegnanti seri e preparati, genitori che non consegnano i bambini alla babysitter tecnologica (tablet, telefonini), esperienze di sport e di volontariato. Ma sono minoranza.

D. I nonni sono spesso centrali nell'educazione dei bambini, anche per la latitanza volontaria o meno dei genitori. Come possono intervenire in modo intelligente cogliendo l'importanza del proprio ruolo?

R. Domanda difficile. I nonni sono oggi molto più vecchi che mezzo secolo fa, perché è da due generazioni che ci si sposa sempre più tardi. E' diverso, molto diverso, diventare nonni a 60-65 anni, o a 75-80. E i bambini sono molto più ingovernabili (e viziati) di un tempo. Quindi il mestiere di nonno è diventato durissimo. Per quel che vedo intorno a me, la principale chance di un nonno o di una nonna è di fare con i nipoti qualcosa di unico, che i nipoti non possono fare né a scuola, né in famiglia, né con i loro amici. Ma se il nipote è internet-dipendente, il compito si fa durissimo. A quel punto, per i nonni, si tratta di trovare qualcosa che sia così interessante e coinvolgente da vincere la concorrenza della rete. Mission impossible?



Educazione sentimentale, questa sconosciuta

SPAZIO DONNA

MARIAROSA BATTAN

Ripenso alle moltissime volte in cui noi donne ci siamo sentite doloranti e ferite ascoltando le tristi notizie che raccontano di violenza e sopraffazione nei nostri confronti, anche di ragazze giovanissime. Purtroppo succede che gli strumenti messi in atto dai vari attori sociali per impedire che questi fatti si ripetano sono spesso inefficaci. Anche la famiglia, la scuola,

l'associazionismo dovrebbero essere ambiti deputati a trasmettere i valori sui cui si fonda l'educazione al rispetto della persona e alla non violenza, i deterrenti e i luoghi di prevenzione alla pratica della sopraffazione. Ma non sempre è così.

Si imputa all'intera società la colpa del poco impegno nel dotare il paese di strutture utili

“

MI PIACEREBBE CHE
 IL MONDO DELLA SCUOLA
 PONESSE L'ARGOMENTO
 DELLA RELAZIONE SENTIMENTALE

”

alla prevenzione del drammatico fenomeno della violenza di genere e a fare in modo che non aumenti. La società, a dire il vero, siamo anche noi genitori, noi insegnanti noi cittadini.

Ognuno di noi dovrebbe potenzialmente sentirsi coinvolto ad impegnarsi per prevenire atti di sopraffazione e violenza. Cosa, invece, ognuno di noi si sente pronto a fare partendo dal proprio vissuto?

Difficilissimo da dire e ancora più difficile da tradurre in quotidianità. Arduo è formulare delle proposte da mettere in atto che non siano state percorse e possano essere strumenti di aiuto.

C'è da dire che purtroppo la famiglia rimane nel tempo il luogo dove si esercita maggiormente la violenza verso la persona quindi verso i famigliari, mogli, figli. L'analisi che vede la famiglia come primo luogo dove si trasmette violenza, ci porta a pensare che bisogna fare di questo ambito il primo dei luoghi dove agire con la prevenzione.

Gli esperti ritengono che tra le cause maggiori di violenza possano esserci la difficoltà economica, il mancato lavoro, avere a propria volta subito violenza. La risposta più facile viene da sé. Lavoro

sicuro che automaticamente genera meno difficoltà economica, potrebbe essere un primo passo.

All'interno del mondo della scuola la violenza ha più volti, come quello del bullismo che attualmente viene perpetrato attraverso i media o i social e diventa causa di sopraffazione oltre a quello fisico del branco.

Far emergere i fatti che anticipano la violenza sarebbe sicuramente un grande aiuto e assicurarsi che questi ultimi vengano puniti con leggi giuste sarebbe fondamentale. Su questo bisogna vigilare.

Mi chiedo però, come mai abbiamo bisogno di sottolineare con delle leggi, con comportamenti positivi, il bisogno di non violenza? Rispetto al passato cosa facciamo di diverso?

Come ci comportiamo?

E banale dire che la società è cambiata e conseguentemente i costumi, rimane però da aggiungere come mai ci si approccia a questo cambiamento tenendo solo in parte conto del sentimento.

Si parla del sentimento solo per esprimere il dolore o amore.

In passato, si parlava di "educazione sentimentale" per raccontare come un giovane uomo fosse trasgressivo nell'innamorarsi

di una giovane donna sposata con pochi anni più di lui.

Si è scritto un romanzo su questo argomento per capire se il sentimento fosse autentico o no, questo romanzo ha attraversato il tempo senza trovare una interpretazione che fosse definitiva mentre l'amore, la passione e il sentimento si consumavano pagina dopo pagina.

Non credo ovviamente sia il caso di arrivare a scrivere un romanzo per ogni caso sentimentale che la storia ci trasmette.

Adesso, diventerebbe molto difficile trovare un solo esempio di relazione per la quale il sentimento diventa importante o discriminatorio.

Mi piacerebbe però, che il mondo della scuola, assieme all'argomento dell'affettività che coniuga a volte per parlare di relazioni tra ragazzi e ragazze e tra persone, ponesse anche l'argomento della relazione sentimentale.

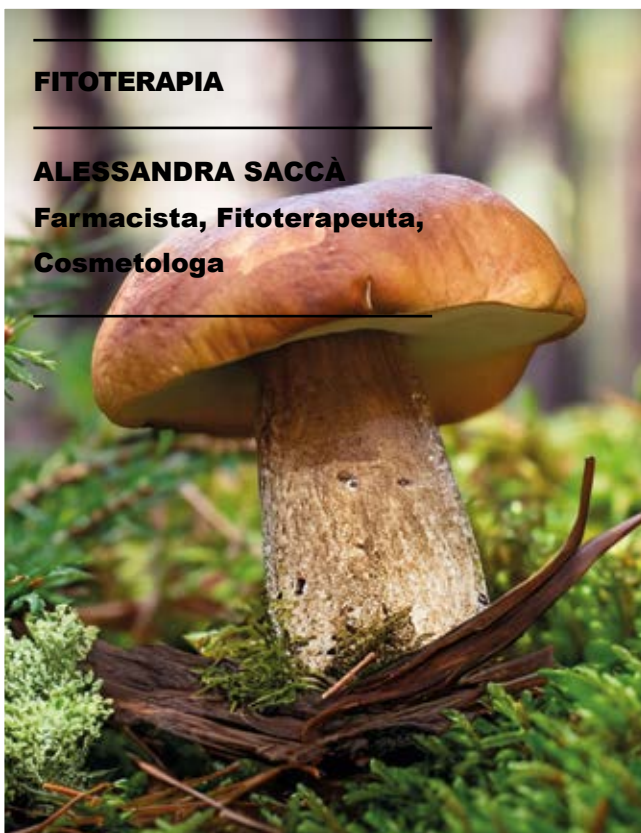
Mi piacerebbe che chi nella scuola è delegato a trasmettere cultura, cercasse di capire assieme ai genitori e agli altri adulti quanto e come siano auspicabili i sentimenti e le passioni condivise, come e quanto siano più ricche e appaganti rispetto ad una violenza anche solo verbale.

Funghi non solo buoni da mangiare, ma anche curativi

FITOTERAPIA

ALESSANDRA SACCA

**Farmacista, Fitoterapeuta,
Cosmetologa**



I funghi sono degli organismi eucarioti unicellulari e pluricellulari, che abitano sui terreni e tronchi degli alberi, sono ovunque presenti sul pianeta. Si nutrono di sostanze organiche elaborate da altri organismi, mancano di tessuti differenziati e di elementi conduttori di linfa. Si riproducono in maniera asessuata e sessuata tramite spore. Si possono distinguere per il loro comportamento in:

- saprofiti, cioè parassiti di piante ed animali. Si nutrono di materiale organico di tessuti animali e vegetali morti,
- simbionti, che convivono insieme ad un altro organismo.

La parete cellulare dei funghi è costituita da differenti glucani, in particolare beta-glucani, chitina e glicoproteine che caratterizzano le loro proprietà curative.

I componenti più importanti sono i polisaccaridi ed i beta-glucani che conferiscono un'attività farmacologica dal punto di vista immunitario, ipocolesterolemizzante, ipoglicemizzante, antiossidante e prebiotico. Inoltre sono presenti le vitamine del gruppo B, K, C, oltre

all'ergosterolo, un precursore della vitamina D, ma anche i terpenoidi con attività antibatterica, antitumorale, antivirale, arterioprotettiva ed antinfiammatoria. In più fra i costituenti gli steroli effettuano un'azione antiossidante, antivirale, antibatterica, osteoprotettiva e di prevenzione oncologica. Altri attivi utili sono fosfolipidi, ceramidi ed oligoelementi.

Non tutti i funghi sono edibili, di solito sono coltivati. Esistono alcuni tipi di funghi con caratteristiche terapeutiche peculiari. Sono molto conosciuti ed impiegati nella cultura tradizionale cinese e nell'ayurvedica.

Dai numerosi studi scientifici si evincono alcune proprietà estremamente importanti:

Immunomodulanti: sono in grado di attivare il sistema immunitario grazie alla loro capacità di legarsi ai recettori di membrana di alcune cellule immunitarie.

Antimicrobiche: combattono virus, batteri e funghi.

Antiossidanti: potenziano i sistemi antiossidanti già presenti nell'organismo.

Antinfiammatorie: riducono lo stress ossidativo.

Antitumorali: hanno proprietà protettive nei confronti dell'oncogenesi, favoriscono l'apoptosi ed in alcuni casi sono un complemento alle terapie oncologiche.

Funghi medicinali tra i più conosciuti:

Auricularia: è particolarmente utile per il sistema cardiovascolare, per la sua attività antiossidante, anticoagulante, ipotensiva, antiarteriosclerosi. Si usa in caso di ipertensione, stasi venosa, emorroidi, emicrania, acufeni ed arteriti. Svolge una funzione anche

umettante delle mucose, infatti è particolarmente utile in caso di infiammazioni gastroenteriche, oculari e della pelle. E' inoltre un prebiotico intestinale, ipocolesterolemizzante, ipoglicemizzante, spasmolitico, ansiolitico ed antiaging.

Cordyceps: è un tonico, adattogeno, quindi aiuta l'organismo a resistere a fatica e stress. Indicato per affaticamento psicofisico e senescenza. E' tonico gonadico e libidico, quindi è l'ideale applicazione per disturbi della fertilità, irregolarità mestruale, menopausa, infertilità ed impotenza.

Regola l'umore ed il sonno. Inoltre è utile sia nelle dismetabolie che come broncodilatatore ed antitussivo.

Hericium: protegge le mucose gastroenteriche, con un effetto probiotico. Inoltre è un neuroprotettivo, potenzia l'attività del cervello e previene le malattie neurodegenerative. E' un antidepressivo, ansiolitico, ipolipidemizzante.

Maitake: è un potente immunomodulante, quindi svolge un'attività antivirale, antibatterica, antiallergica ed antitumorale. E' inoltre un ipoglicemizzante ed ipolipidemizzante, utile in caso di sovrappeso e di obesità.

Reishi: è il fungo medicinale più conosciuto ed importante. Soprattutto in Asia è considerato un vero e proprio elisir. Ha un'attività adattogena, tonica, ansiolitica, antiossidante, ipolipemizzante.

Trova applicazione in caso di stress, insonnia, affaticamento fisico e mentale, depressione, ipercolesterolemia, iperglicemia, dislipidemia, asma, bronchite cronica, osteoartriti, infiammazioni intestinali, epatiche e polmonari.



Shiitake: è particolarmente usato nella cucina asiatica e da sempre considerato un fungo medicinale nelle terapie tradizionali orientali, che gli attribuiscono la capacità di proteggere dall'osteoporosi, di migliorare la circolazione sanguigna, di stimolare le difese immunitarie, di curare il raffreddore e di abbassare il colesterolo e la glicemia, oltre ad avere un effetto antitrombotico. In Asia si utilizza anche per la prevenzione e il trattamento del cancro.

Si sconsiglia vivamente l'utilizzo di funghi raccolti in natura, perchè potrebbero contenere sostanze inquinanti tossiche e letali. E' necessario farli analizzare portandoli all'ufficio d'Igiene prima di consumarli.

E' bene acquistare i funghi medicinali contenuti solo negli integratori alimentari approvati dall'attuale normativa e presenti nel Registro Nazionale degli Integratori Alimentari.

I funghi medicinali interagiscono con diverse categorie di farmaci, pertanto si consiglia sempre di consultare preventivamente il medico e di assumerli solo per periodi di 20 giorni consecutivi alternati a periodi di pausa.

Dimagrire in età avanzata si puo'

DIETOLOGIA

LORENZO TRAVERSETTI
Biologo nutrizionista

10



Vi siete mai chiesti come mai, al passare degli anni, diventi sempre più complesso gestire il peso? Perché da giovani potevamo mangiare tanto e non ingrassavamo di un etto mentre ora sembra che anche l'aria ci faccia gonfiare e salire l'ago della bilancia?

Ebbene, la risposta più scontata è che si tratta del 'metabolismo che sta cambiando'. Ma cosa vuol dire? Il metabolismo è un complesso sistema di interazione tra ormoni, processi biochimici, fisiologici e fattori esogeni.

Questi ultimi comprendono tutte quelle pressioni esterne al nostro corpo che ne possono alterare la funzionalità. Pensando in termini di metabolismo, essi sono lo stile di vita (movimento o la sua assenza, fumo di sigaretta, alcol su tutti) ed alimentazione.

I ricercatori hanno scoperto che i cambiamenti ormonali causati dalla menopausa contribuiscono ai cambiamenti nella composizione corporea, nell'accumulo di grasso e nella distribuzione del grasso. Dunque, fisiologicamente il nostro corpo è spinto a trattenere più grasso in età avanzata piuttosto che da giovani.

Un discorso analogo a quello appena fatto per le donne avviene anche negli uomini, i quali risentono soprattutto della riduzione della massa muscolare. Si tratta del tessuto metabolicamente attivo per eccellenza, ovvero che ci permette di bruciare grasso. Anche questo processo è programmato nel corso della vita e tende gradualmente ad incidere in negativo sul metabolismo, contribuendo a renderlo sempre meno performante.

Va sottolineato che questi cambiamenti fanno parte del



normale evolversi del corpo con l'età. Difatti, da giovani gli uomini hanno bisogno di più massa muscolare per sostenere uno stile di vita più attivo rispetto a quanto richiesto con l'avanzare degli anni. Nel caso delle donne, la menopausa sancisce la conclusione del periodo fertile e, di conseguenza, una sorta di 'pensionamento' della principale attività energetica: il sostentamento della prole.

Come si può provare a rendere meno 'scontato' questo processo? In primis lavorando sullo stile di vita. Dunque, evitando vizi quali il fumo e l'alcol e mantenendosi attivi quotidianamente, comprendendo anche esercizi di potenziamento che aiutino a supportare la massa muscolare. Il tutto senza trascurare il ruolo chiave della sana alimentazione. In ciò, la dieta mediterranea ci viene incontro ricordandoci che una dieta sana debba includere tutti gli alimenti (nelle giuste proporzioni e quantità). Perciò, spazio ai carboidrati perché rappresentano la nostra energia ma senza eccedere nelle quantità

e prediligendo quelli integrali.

In aggiunta, ai pasti andrebbe sempre consumata una proteina, che sia animale (carne, pesce, uova e formaggi) ma anche vegetale (i legumi su tutti). Mi riferisco a quantità non esagerate ma neanche eccessivamente riscaldate.

Infine, largo a frutta e verdura, entrambe meglio se consumati in apertura del pasto piuttosto che in chiusura per agevolare la digestione e mantenere sotto controllo il picco glicemico. In ultimo, ma non certo per una minore importanza, spazio ai grassi buoni... olio evo ai pasti e frutta secca negli spuntini!

Immaginando una giornata standard, consiglieri dunque di non saltare alcuno dei pasti principali, partendo da una colazione con del pane tostato e della ricotta con delle noci ed un frutto, per poi passare ad un pranzo ed una cena con un cereale (o del pane), una proteina e la verdura. E se si dovesse avvertire fame a metà giornata, uno yogurt e della frutta secca.



11

GERIATRIA

ROBERTO ANTONICELLI

Geriatra

Per la prevenzione cardiovascolare fondamentale l'attività fisica

Oltre il 30% della popolazione italiana risulta sedentaria e la prevalenza dell'inattività fisica cresce con l'avanzare dell'età, causando gravi malattie ed, in generale, un peggioramento dello stato di salute. In particolare, la sedentarietà da sola sarebbe la causa di almeno il 9% delle malattie cardiovascolari.

Numerosi studi scientifici da anni hanno inserito l'inattività fisica tra i principali fattori di rischio cardiovascolare ed addirittura come quarta causa di mortalità nel mondo. Al contrario, un'adeguata attività fisica, svolta secondo gli standard minimi suggeriti dalle Linee Guida della Società di Cardiologia Europea, riveste un ruolo cruciale nella prevenzione dei fattori di rischio cardiovascolari.

Le indicazioni suggerite sono molto semplici e possono essere seguite da tutti: bastano 150 minuti la settimana di attività semplice come una corsa leggera, una camminata od una pedalata, suddivise in tre diversi momenti da 50 minuti.

E' a tutti noto come il movimento, anche dopo l'insorgenza di una patologia cardiovascolare con complicanze importanti, sia da anni inserito nei piani di cura, alla stessa stregua del trattamento farmacologico.

Non va trascurata, inoltre, una motivazione importante a favore dell'attività fisica costante, ovvero il rafforzamento del sistema immunitario, la nostra barriera naturale contro ogni tipo di evento avverso. Molti studi recenti hanno

dimostrato che, durante l'ultima pandemia, chi era abituato a fare attività fisica costante e quotidiana, non ha contratto il Covid o ha avuto un decorso migliore, soprattutto senza le gravi complicazioni respiratorie.

Dunque, "muoversi" ed abbandonare la sedentarietà, non fa bene solo al sistema cardiovascolare, ma si rivela anche una buona "arma" contro l'insorgere di patologie neoplastiche o artrosiche, oltre che procurare un significativo benessere psicologico.

Dai dati del Rapporto "Stet UP" pubblicato congiuntamente dall'Ufficio europeo dell'OMS e dall'OCSE, risulta che l'aumento dell'attività fisica, oltre a prevenire migliaia di morti premature, fa risparmiare miliardi di euro di spesa sanitaria annuale. Da questi dati si evince che se una costante attività fisica fosse nella media OCSE, l'Italia potrebbe risparmiare circa 32 miliardi fino al 2050. In particolare, l'aumento dell'attività fisica ai livelli minimi precedentemente raccomandati, eviterebbe oltre 11 milioni di nuovi casi di malattie non trasmissibili entro il 2050, inclusi 3,8 milioni di casi di malattie cardiovascolari.

Occorre pertanto invertire la rotta, investendo proprio sulla prevenzione attraverso l'educazione all'attività fisica e la proposta è di partire dalle scuole, dai luoghi di aggregazione giovanili e dagli ambulatori dei medici di famiglia. Al SSN poi, il compito di organizzare campagne nazionali di comunicazione ed informazione



per far arrivare a tutti in modo capillare il messaggio secondo cui: "fare attività fisica è un reale "salvavita" ed un vero atto di difesa della salute pubblica".

fare attività fisica è un reale "salvavita" ed un vero atto di difesa della salute pubblica

L'amicizia: un pilastro essenziale per il benessere della persona



PSICOLOGIA

CHIARA VOLPICELLI

Psicologa

Un amico è qualcuno che ti conosce molto
bene e, nonostante questo,
continua a frequentarti (Oscar Wilde)

In questo momento storico, i legami sociali mantengono - saldamente - una loro importanza, forse più di prima. Avere una cerchia di amici significa uscire di casa, fare progetti a breve e lungo termine, condividere preoccupazioni, tristezze, gioie e confidenze, autentici nutrienti per la terza età. Più di altre categorie, questa rischia infatti l'isolamento, le cui conseguenze sono ormai note anche ai meno esperti: cronicizzazione di malattie e insorgenza precoce di demenze.

Meno parenti più amici. Un recente studio portato avanti dall'Università del Massachusetts evidenzia come il sostegno e supporto degli amici, sia più alto rispetto alle interazioni positive con altri familiari, in quanto il rapporto non è basato sulla costrizione: un modo per dire "gli amici si scelgono, i parenti no". L'amicizia può essere interrotta quando il rapporto è percepito come dannoso o negativo, evitando il rischio di noiosi e faticosi compromessi relazionali per non offendere le famiglie. L'amicizia nella terza età ha la capacità di resistere agli urti, agli imprevisti e di mutare forma, se necessario, come cantava la band inglese dei Queen: "Friends will be friends, right till the end" "gli amici resteranno amici fino alla fine".



Selettività socio-emotiva. In terza età aumenta la selezione dei rapporti, ci si adatta ai cambiamenti riservando energia per le relazioni più importanti ed eliminando quelle con meno significato e valore. Fondamentale è la percezione del tempo: quando se ne ha poco ci si focalizza su obiettivi a breve termine in cui il piacere deve essere maggiore del dolore.

I nemici dell'amicizia. Conoscendo il materiale umano conosco le tante resistenze, nella terza età, per attivarsi verso la cura di una relazione. Tra le più comuni:

- **la pigrizia:** essa nasconde la paura del fallimento della relazione (*è inutile provarci tanto non ci si può fidare di nessuno*) che nasconde a sua volta la paura di farsi conoscere ed essere disponibile ad accettare l'altro così com'è.
- **l'eccesso di selezione socio-emotiva:** si cerca ciò che è simile, restringendo le possibilità di interazione. Peccato che ci si dimentica che la diversità è fondamentale per aumentare il bagaglio esperienziale e soprattutto diminuisce le probabilità di

ripetere sempre le stesse cose.

- **la vergogna a fare il primo passo o la pretesa che il primo passo lo faccia l'altro:** ecco che comincia l'infantilismo per cui ci si deve sentire cercati e non si è in grado di sostenere il rifiuto, il banale "stasera non posso". Che poi magari è il no per una serata e non per la vita.
- **timore della propria invalidità fisica per mantenere il rapporto:** può accadere di avere deficit o patologie, la cui conseguenza è limitata mobilità nella giornata o settimana. Ma in questo caso la tecnologia ci viene in aiuto, telefonate o videochiamate diventano uno strumento per mantenere le relazioni.

Insomma come sempre nella vita bisogna darsi da fare e relegarsi da soli alla solitudine è un'autocondanna che non merita nessuno. Nella terza età le relazioni sono vitali e l'impegno deve essere quello di superare i propri stereotipi e convinzioni circondandosi di relazioni di tipologie e intensità diverse. La "cura" della relazione, come sempre, "cura" l'anima.

12

Come fare per adottare un cane



VETERINARIA

GIANPAOLO STOCCO
Veterinario

Da millenni ormai la specie animale che si è adattata meglio all'uomo è la specie canina, nello stesso tempo è la specie che ha subito meglio l'antropizzazione che ne deriva.

Il rapporto che si crea tra uomo e cane diventa un qualcosa di speciale, difficile da spiegare, ma che si basa sulla fiducia e sull'affetto reciproco.

Oggi esistono due forme sostanziali di adozione. L'adozione vera e propria (meglio se anticipata da un periodo di affido) e l'adozione a distanza.

Per chi intendesse adottare un cane e portarlo nella propria abitazione deve essere, innanzitutto, consapevole dell'impegno. Per farlo è meglio che si rivolga ai canali ufficiali: in primis ai canili Municipali o anche ai rifugi e associazioni dell'ENPA, OIPA, LAV.

Questi ultimi soggetti sono dotati di personale, per lo più volontari, che spiegano bene come arrivare ad avere un cane in adozione. In genere gli aspiranti padroncini sono sottoposti a molte domande. Tuttavia, secondo la mia esperienza, a più domande



si è sottoposti meglio è, significa che l'associazione è seria. Quelle più frequenti sono: quanti siete in famiglia, chi lo curerà, perché si desidera un animale ecc. Consiglio di diffidare di chi non chiede nulla. Esistono anche altre vie per l'adozione di un amico peloso: negozi agricoli, negozi -pet e così via. A mio avviso, però, queste vie sono da evitare in quanto non si sa quasi mai quale sia la provenienza degli animali e, a volte, anche se li regalano, c'è un tornaconto di altro tipo e il fatto di non conoscere come siano entrati in possesso dell'animale deve far dubitare della bontà dell'offerta. Anche gli allevatori di cani di razza a volte propongono l'adozione e se ci fanno vedere i genitori dei cuccioli possiamo stare tranquilli. In altri casi propongono in adozione animali non adatti alla riproduzione e anche in questo caso si può stare tranquilli.

Attualmente ci sono anche molti siti on-line che propongono adozioni e su molti avrei delle perplessità: molto spesso si annidano in essi delle truffe, da

animali di provenienza estera ad animali con tare nascoste, a richieste di denaro al momento della consegna non dichiarate prima e passate come offerte. Astro sistema è l'adozione a distanza e qui il terreno diventa ancora più pericoloso: foto, pensieri struggenti e altro sono all'ordine del giorno. In questo caso si rende necessario conoscere bene l'associazione, ancora meglio con conoscenza diretta di qualche associato.

Nell'insieme, per sicurezza, con le adozioni a distanza sarebbe meglio affidarsi e fidarsi solo delle Associazioni più serie come ad esempio LAV (Lav. it) l'OIPA, l'ENPA. L'adozione a distanza permette, per chi non ha spazi, di aiutare un animale o un'associazione di prendersene cura. Così permettiamo ai nostri amici meno fortunati di vivere dignitosamente.

E ricordiamo sempre che "La civiltà di un popolo si misura dal modo in cui tratta gli animali".

(M. Gandhi).

13

14

DAL TERRITORIO

CAMPANIA.

Benevento - Silver economy una sfida da affrontare

Il 21 Settembre presso la Sala Convegni della Fiera di Morcone e dell'Alto Tammaro si è tenuto un incontro per discutere e riflettere sui temi come "lavoro, economia locale, giovani, silver economy, turismo, ambiente, innovazione tecnologica in relazione alle possibilità di sviluppo nelle aree del Tammaro.

Un confronto a più voci tra i diversi attori istituzionali presenti, imprese, professionisti e associazioni di categoria.

La CNA Pensionati Campania è stata invitata a questo tavolo di discussione ed è stata rappresentata dal Segretario Regionale Andrea Battistoni che con il suo intervento - "Silver Economy: esperienze e contaminazioni" - racconta la politica promossa da CNA Pensionati sulla silver economy che ha come scopo il benessere delle persone al centro delle nuove politiche di protezione sociale.

Nella provincia di Benevento si sta costruendo un progetto "Città del Tammaro" che raccoglie tutti i comuni che si affacciano sul fiume Tammaro.

Secondo le ultime proiezioni dell'ISTAT sul censimento

nazionale, si prevede che le regioni meridionali avranno più anziani del Nord ma soprattutto ci saranno più persone sole e si perderanno 8 milioni di residenti, rischiando che molti territori del Sud Italia si trasformino in una desolata appendice geografica abbandonata a se stessa.

Il Sud per il 2050 rischia di perdere oltre 3 milioni e mezzo di cittadini. Secondo l'ISTAT, la popolazione residente è in decrescita: da 59 milioni al 1 gennaio 2022 a 58,1 milioni nel 2030, a 54,4 milioni nel 2050 fino a 45,8 milioni nel 2080.

Da questi studi nasce l'idea di incrementare nell'area Sannita

la "Silver Economy", intesa come il complesso delle attività economiche rivolte alle persone con 65 anni o più.

Questo tipo di attività avrebbe un potenziale tale, da rendere la longevità della popolazione locale un'importante risorsa per l'economia del territorio.

E' presente all'iniziativa la Cna Pensionati Benevento con il Presidente Giulio De Cunto, il direttore territoriale Annarita De Blasio e Laura Ravone, socia CNA pensionati di Morcone che da tempo porta avanti la proposta di incrementare l'attività turistica nei territori indicati, proponendoli non





solo come “nuovi attrattori turistici” ma auspica che Morcone e tutti i paesi vicini, possano diventare un “buen retiro” per i pensionati stanchi delle città non a misura di anziani, piene di polveri sottili, rumorose e pericolose. “In questo territorio, oltre all’aria buona, prodotti genuini e costo della vita accettabile, si possono trovare Uffici Comunali, Sportelli bancari e ASL funzionanti e accoglienti, oltre a sicurezza delle strade e assenza di criminalità. Perché non trascorrere qui i mesi più caldi dell’anno?”

Silver economy, Invecchiamento di Successo, Patto tra generazioni: sono stati i temi affrontati da Andrea Battistoni di CNA Pensionati Regionale portati a confronto con i sindaci presenti dei vari comuni del Tammaro. La tavola rotonda è stata conclusa da Armida Filippelli, Assessora Regionale alla Formazione Professionale della Campania



Andrea Battistoni



Armida Filippelli

CAMPANIA.

Salerno

È stata un'esperienza molto positiva il soggiorno promosso da CNA Salerno per i pensionati presso l'Albergo Terme Forlenza a Contursi Terme. Un viaggio riposante, rilassante, allegro e pieno di belle persone. E i nostri pensionati si sono già tutti prenotati per l'anno prossimo!!! E prima di Natale la promessa di ritrovarsi tutti a San Giovanni Rotondo da Padre Pio. "Un sentito ringraziamento a quanti hanno collaborato e reso possibile tutto ciò e grazie a tutti per la fiducia - ha detto Simona Paolillo, segretario CNA Pensionati Salerno - Buona vita da CNA Pensionati Salerno!" L'idea del viaggio è nata nell'ambito di una riunione del direttivo che ha

visto la presenza anche del segretario di CNA Pensionati Campania, Andrea Battistoni. Un'idea semplice che però ha visto una grande macchina organizzativa al lavoro, che ha messo in rete i collaboratori del Patronato Epasa-Itaco di Salerno che sono riusciti con quest'esperienza a rispondere alle esigenze di tanti associati. L'appuntamento quotidiano di prendere il bus insieme, di condividere le cure, di concedersi un momento ricreativo ha favorito un bel clima di gruppo che adesso deve essere il propulsore di altri eventi da condividere. "Rispondiamo alle esigenze dei nostri associati - ha dichiarato il Presidente di CNA

Pensionati Salerno, Sergio Alfieri entusiasta dell'iniziativa e favorevole a poterne svolgere delle altre sempre con quest'impronta di partecipazione attiva - dobbiamo spingere in questa direzione e vedere il coinvolgimento di tutti i collaboratori è più che positivo". In programma ci sono altre attività su altre zone della provincia di Salerno come a Scafati dove si sta progettando un evento in un centro anziani, un defilé di moda curato da artigiani del total look di CNA e dove le modelle saranno delle "lady over". È intenzione degli organizzatori affrontare in quest'evento anche il tema dell'invecchiamento attivo.



PIEMONTE.

Gita sociale nelle Langhe a Monforte d'Alba, la patria del Barolo

Lo scorso 30 Settembre si è tenuta l'annuale gita sociale organizzata da Cna Pensionati Piemonte. Sono stati oltre 300, provenienti da tutte le province piemontesi, gli aderenti all'iniziativa. La gita sociale ha avuto come meta le Langhe, e in particolare Monforte d'Alba, uno degli undici comuni in cui viene prodotto il Barolo, i re dei vini piemontesi.

Monforte d'Alba deve il suo nome al castello di mura che nell'Alto Medioevo sorgeva sulla sommità del colle "Mons Fortis", un borgo di origine antica le

cui tracce risalgono all'epoca romana. "La giornata quasi estiva fa da cornice ad una bella occasione di festa" dichiara Renato Ciocchetti, Presidente della Cna Pensionati Piemonte, "le gite sono un momento importante di socializzazione, di incontro, oltre a darci la possibilità di far conoscere le attività che ogni territorio progetta e realizza a favore dei nostri pensionati". Terminata la vista al borgo, la gita si è conclusa infine con il tradizionale pranzo consumato alla Locanda Roma di Castagnole delle Lanze.



MARCHE.

Vitattiva”, conoscere i segreti della longevità



Conoscere i segreti della longevità. E' questo l'obiettivo che si è posta la Cna pensionati della provincia di Ancona, con "VitAttiva", un progetto che ha visto la realizzazione di iniziative di prevenzione a cura dei medici dell'INRCA e del Servizio Sanitario Nazionale. Inoltre sono stati organizzati incontri formativi e divulgativi sulle patologie della terza età e su una corretta alimentazione. Oltre all'INRCA, tra i partner del progetto Sanidoc e l'Azienda Sanitaria Territoriale di Ancona. Inoltre sedi e patrocinio sono stati forniti dai Comuni di Ancona e Senigallia.

Il tema della longevità attiva è da diversi anni all'ordine del giorno per fronteggiare in maniera adeguata l'invecchiamento della popolazione. Invecchiare in maniera attiva ha ripercussioni positive non solo in termini sociali ma anche per quanto

riguarda la salute. Una vita attiva riduce il rischio di ammalarsi.

Il progetto "VitAttiva" ha dedicato grande attenzione ad alcune patologie che hanno un impatto profondo sulla vita sociale degli anziani come il diabete, le malattie cardiocircolatorie, la depressione: malattie del corpo e dell'anima, sempre più diffuse, non solo in età avanzata.

"Con la nostra iniziativa" ha dichiarato Paolo Carli presidente Cna Pensionati Ancona "ci siamo proposti di fornire una informazione corretta su sintomi e cure delle patologie più diffuse tra i pensionati ed abbiamo anche cercato di indicare itinerari per il benessere psicofisico. Il tutto attraverso politiche di inclusione e di coinvolgimento dei nostri associati e degli anziani, con incontri e screening gestiti da medici specialisti altamente qualificati. Ringrazio i pensionati

volontari coordinati da Giorgio Trozzi responsabile del gruppo sociale, che si sono impegnati per la riuscita dell'iniziativa"

Ad Ancona gli incontri con i medici si sono tenuti nei centri sociali, le circoscrizioni, le parrocchie. A Senigallia è stato allestito un tendone all'interno della Fiera Campionaria, appuntamento molto sentito e frequentato dai senigalliesi e da tutta la provincia.

Incontri e screening, molto frequentati sia ad Ancona sia a Senigallia, hanno riguardato cardiologia, fisioterapia, internistica, ortopedia, psicoterapia, oculistica, gastroenterologia, diabetologia, neurologia e dermatologia, urologia, terapia del dolore, geriatria, radiologia e chirurgia.

Il progetto proseguirà nei prossimi anni su tutto il territorio provinciale.

TOSCANA.

Grosseto. I pensionati di CNA Grosseto al soggiorno termale presso Contursi Terme

Dal 10 al 23 settembre si è tenuto il consueto soggiorno termale dei pensionati di CNA Grosseto. Quest'anno è stata scelta la località di Contursi Terme in provincia di Salerno. Come in passato, il soggiorno termale è un'occasione per visitare anche il territorio limitrofo: i pensionati CNA Grosseto hanno potuto godere appieno dell'ospitalità della Campania, facendo escursioni a Salerno, alle grotte di Pertosa, alla certosa di Padula, ad Agropoli, in costiera Amalfitana, a Paestum e Villa d'Ayala.



TOSCANA.

Siena. Festa Regionale

Si sono conclusi sabato 23 settembre i tre giorni di Festa Regionale, organizzata da CNA Pensionati di Siena e attesa da tempo dopo i rinvii forzati causa Covid. Il ricco e variegato programma della Festa si è aperto il giorno giovedì 21 settembre nella sala convegni della CNA di Siena "Stefano Bellaveglia" con il saluto istituzionale del presidente di CNA Pensionati Siena Alberto Rossi, alla presenza dei vertici della CNA Pensionati Nazionale, Regionale e Territoriale e dei tanti associati arrivati da tutte le province della Toscana. In questa occasione non sono mancati momenti di riflessione sulle preoccupazioni e sulle difficoltà attuali che vanno a incidere sui pensionati: primi fra tutti la scomparsa degli ultimi ritocchi alle pensioni, riassorbiti dall'inflazione e da alcuni aumenti di natura speculativa e l'inaccessibilità delle cure a quei cittadini economicamente e socialmente più svantaggiati, a causa della mancanza di risorse destinate alla sanità. Il presidente Rossi ha affrontato anche i temi della sicurezza e della formazione, sempre più necessaria per favorire un opportuno ricambio generazionale all'interno delle piccole aziende artigiane.

Il pomeriggio della prima giornata di Festa è stato dedicato alla visita guidata della cattedrale di Santa Maria Assunta di Siena, che in questo periodo offre ai suoi visitatori la preziosa opportunità di ammirare il suo splendido pavimento. È seguita una cena nella suggestiva cornice di Piazza del Campo. La mattina successiva, venerdì 22 settembre, si è tenuta la visita al complesso monumentale di Santa Maria della Scala e nel pomeriggio i partecipanti si sono diretti, attraverso la via Lauretana,



all'Abbazia di Monte Oliveto Maggiore, che si erge sullo sfondo suggestivo delle Crete Senesi. A seguire, si è svolta la visita al Museo della Mezzadria Senese di Buonconvento, luogo natio del presidente Alberto Rossi e occasione per molti colleghi pensionati di immergersi nella società contadina del secolo scorso e rivivere piacevoli ricordi d'infanzia.

È seguita un'ottima cena in loco, alla presenza del Sindaco Riccardo Conti, in occasione della 55esima Sagra della Val d'Arbia dove si sono gustati i prodotti tipici del territorio, preparati sul momento dagli abitanti della cittadina, a cui va il nostro caloroso ringraziamento. Il terzo giorno è stato dedicato alla visita dei Musei della Contrada Sovrana dell'Istrice, importantissima occasione per ammirare i tesori storico-artistici preziosamente custoditi;

successivamente ci siamo diretti dell'Archeodromo di Poggibonsi, sito archeologico che ricostruisce un villaggio del IX secolo. A tutti i complessi museali che ci hanno accolto va il nostro sentito ringraziamento.

CNA Pensionati Siena è oltremodo soddisfatta della grande partecipazione delle province della Toscana, del prezioso impegno di CNA Pensionati Toscana e ringrazia tutti i colleghi e i pensionati che hanno deciso di condividere con noi questi tre giorni di festa, conclusi con i ringraziamenti finali del presidente Alberto Rossi e accompagnati dall'applauso scrosciante di tutti i partecipanti. Infine, non possiamo che ringraziare la Presidenza e lo staff di CNA Pensionati Siena, che hanno fortemente contribuito all'organizzazione e al successo della festa.



15

LIBRO DEL MESE

Un tempo premiare il merito – misterioso amalgama di talento e impegno – pareva la via maestra per combattere la disuguaglianza, antidoto perfetto contro il nepotismo e i privilegi di classe. Oggi, al contrario, tanti intellettuali, studiosi e politici pensano che sia fonte di discriminazione, selezione, umiliazione dei deboli, e ingaggiano una stupefacente battaglia contro il merito.

Nella vita di tutti i giorni non abbiamo alcun problema a scegliere il cuoco più bravo, il chirurgo più esperto, la scuola migliore per i nostri figli, o ad ammirare l'artista più originale, il calciatore che segna più goal, la scienziata che fa una grande scoperta. Perché, non appena si parla di studenti e studentesse, tutto cambia? Perché la parola "merito" nel mondo della scuola e dell'università scatena ogni sorta di paure, accuse, luoghi comuni, pregiudizi? E se invece proprio il talento fosse il più egualitario dei doni, visto che può posarsi su una reggia come su un tugurio?

In questo suo nuovo e appassionante libro, Ricolfi ripercorre la storia delle idee sul merito, dagli ideali che hanno ispirato la Costituzione, passando attraverso le teorie filosofiche e i romanzi distopici del Novecento,

fino alla recente e deleteria confusione tra merito e meritocrazia. E mostra quanto retrograda, infondata e lontana dal comune sentire sia la battaglia contro il merito.

Sostenere i capaci e meritevoli – a partire dalle ragazze e dai ragazzi dei ceti popolari – è il gesto rivoluzionario che può rimettere in moto l'ascensore sociale. Un gesto che era in cima ai pensieri dei Padri costituenti, ma che finora nessuna forza politica ha avuto il coraggio di far proprio.

LUCA RICOLFI La rivoluzione del merito

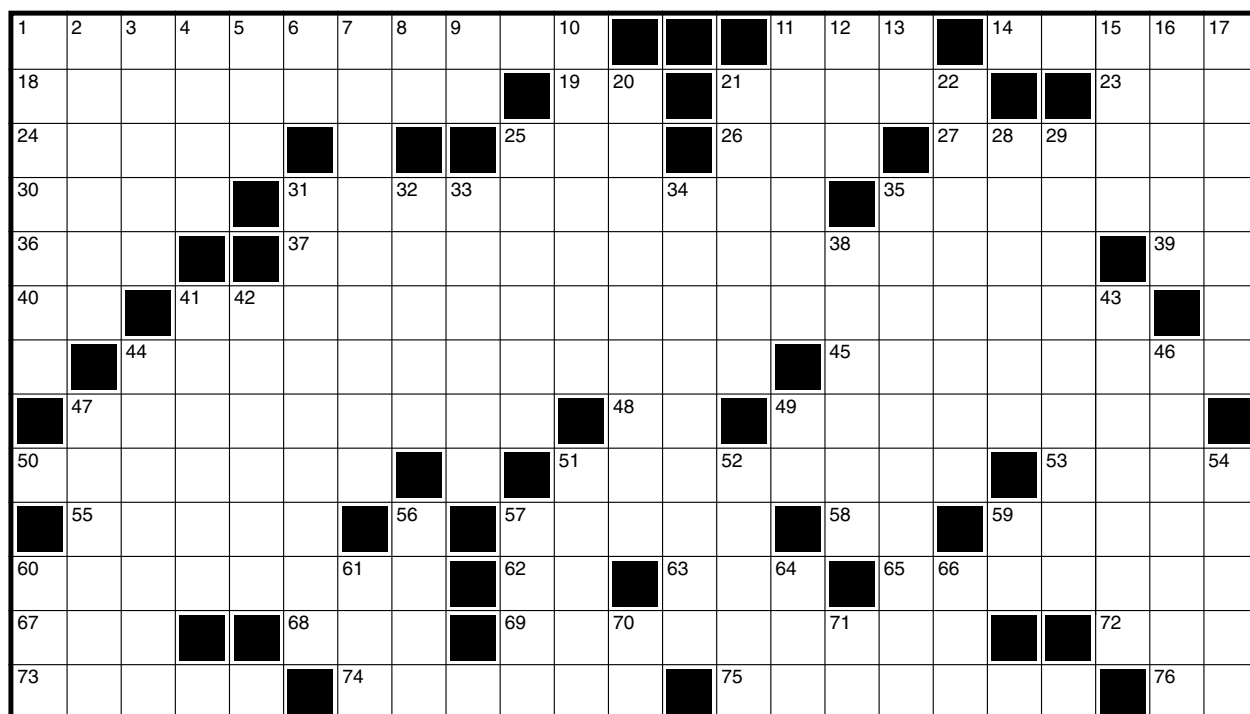


Rizzoli

LUCA RICOLFI, sociologo e docente di Analisi dei dati, ha fondato la rivista di analisi elettorale "Polena" e l'Osservatorio del Nord Ovest. Attualmente è presidente e responsabile scientifico della Fondazione David Hume.

Fra i suoi libri: Perché siamo antipatici? (2005), Tempo scaduto (2006), Illusioni italiane (2010), Il sacco del Nord (2012), La sfida (2013), L'enigma della crescita (2014, 2020), Sinistra e popolo (2017), La società signorile di massa (2019), La notte delle ninfee (2020). Con Paola Mastrocola ha scritto Il danno scolastico (2021) e Manifesto del libero pensiero (2022). Per Rizzoli ha pubblicato La mutazione (2022).

CRUCIVERBA



ORIZZONTALI: 1. Viaggia su due ruote - 11. Il titolo di Brunetto Latini - 14. Mitico volatore - 18. Accordare... il permesso - 19. Iniziali di Placido - 21. Il nome di Bowie - 23. L'eroe Campeador - 24. Signore arabo - 25. Auto... a Detroit - 26. Il Beta personaggio di Walt Disney - 27. Debutti - 30. Minerale di facilissima sfaldatura - 31. Il cantautore di Zocca - 35. Privo di patria - 36. L'asso di John - 37. Il comico che impersonava Fortunello - 39. Il Ruggeri della canzone (iniz.) - 40. Tirato... al centro - 41. Tennista nove volte vincitrice a Wimbledon - 44. Lo scrittore di "Il quinto evangelio" - 45. Una tonalità di rosso - 47. Fu il primo esempio di antiparticella - 48. La prima e l'ultima - 49. Scusa bella e buona - 50. Piene di sé - 51. Anagramma di "signorsì" - 53. Manca al fez - 55. Insenatura della Libia - 57. Ryan di "Paper Moon" - 58. Iniz. di Toscanini -

59. Fondò con Arp il gruppo dada di Colonia - 60. Porsi, collocarsi - 62. Medio Oriente - 63. Una consonante greca - 65. Il nome di Pigafetta - 67. Brian della canzone - 68. Fuori a Wembley - 69. Coprire... le spalle - 72. Nome di donna inglese - 73. Un dono dei re magi - 74. Rimborso giornaliero per la trasferta - 75. Una scimmia antropomorfa - 76. In alto e in basso.

VERTICALI: 1. Diminuire molto - 2. Finale... che fa ridere - 3. Pietra per soprammobili - 4. Terra per pittori - 5. Il nome di Mammucari - 6. Iniz. di Dantès - 7. Lavora al giornale - 8. Un po' d'ironia - 9. Qualora - 10. Alberi da frutto - 11. Opera sferzante - 12. Non ebbe madre - 13. Prefisso iterativo - 15. Misure terriere inglesi - 16. Moti disordinati e convulsi - 17. Attuale, relativo a oggi - 20. Divulgare ciò che andrebbe celato - 21. Un

colpo del pugile - 22. Reso glabro - 25. Cuoio lavorato - 28. Le colonne dei film - 29. Un anagramma di "trisavolo" - 31. Tutt'altro che bugiardo - 32. Un piccolo armadio - 33. Fu sconfitto da Lisandro a Egospotami - 34. Sottoposta a gravi maltrattamenti - 35. Prodotti commestibili - 38. Leone marino - 41. La capitale del Lesotho - 42. Si cuoce al forno - 43. La parabolica sul tetto - 44. Lo schermo del computer - 46. Sostanza velenosa di origine proteica - 47. Scrisse la "Historia del Cavalier Perduto" - 49. Post Scriptum - 51. Personaggi fiabeschi - 52. Gergo di New York - 54. Non accentato - 56. Si piantano girandole - 57. Nome d'uomo arabo - 59. Congiunzione latina - 60. Il nome del commediografo Benelli - 61. Meridione - 64. Il nome di Ughi - 66. Preposizione articolata - 70. Fa coppia col se - 71. Iniziali di Rosmini.

SOLUZIONI DEI GIOCHI A PAG. 44

GIOCHI TRATTI DAL MENSILE





PANTERE GRIGIE

PIETRO ROMANO

PRONTO SOCCORSO CON SORPRESA

Non sono gli anziani ad affollare inutilmente il pronto soccorso. E non è colpa loro se uno dei problemi per eccellenza della sanità italiana, appunto il sovraffollamento del pronto soccorso, negli anni sia cresciuto a dismisura.

A mettere nero su bianco questa realtà uno studio condotto dai geriatri della Sigot e della Sigg, le due società scientifiche che riuniscono gli specialisti del settore, pubblicato su "Geriatrics & Gerontology International", la più autorevole rivista mondiale dei problemi sanitari relativi alla terza e alla quarta età. Uno studio – sottolineano gli autori - che riguarda l'intero territorio italiano, si basa su dati raccolti con metodica validata e standardizzata, prevede il tracciamento di oltre 20,4 milioni di pazienti dall'accesso in pronto soccorso fino alla dimissione dall'eventuale ricovero. Insomma, niente a che vedere con le pseudo-inchieste in stile "sbatti il mostro in prima pagina", dove il "mostro" è il facilmente colpevolizzato anziano, spesso in compagnia dei suoi cari, che neanche dovrebbe permettersi il "lusso" di una visita medica in tempi rapidi. Neppure di fronte a un evidente e potenzialmente pericoloso stato di allarme.

L'indagine analizza gli accessi al pronto soccorso in base all'età e ne verifica l'appropriatezza con il criterio dei diversi codici di gravità, dal bianco al verde, dal giallo della situazione di emergenza al rosso, che segnala l'imminente pericolo di vita. Dopo la visita il paziente può essere dimesso o ricoverato in ospedale. E' evidente che più ricoveri ci sono, più è appropriato il ricorso al pronto soccorso. Ora, se al pronto soccorso gli accessi crescono progressivamente con l'età (quasi metà degli ultra 90enni ricorre al pronto soccorso perlomeno una volta all'anno), lo stesso vale per l'appropriatezza del ricovero.

Lo studio di Sigot e Sigg rivela infatti che gli accessi degli anziani al pronto soccorso sono quattro volte più appropriati di quelli dei più giovani. L'indice di appropriatezza passa infatti dal 6,3% nella fascia di età tra i cinque e i nove anni (dimostrando un probabile eccesso di ansia tra genitori, nonni e zii rispetto ai più piccoli), prosegue più o meno su questo livello fino ai 40 anni, sale al 10,7% nella fascia 40-44enni, cresce al 36,8% tra gli 85-89enni e s'impenna al 44,2% tra gli ultra 95enni.

Gli accessi al pronto soccorso, insomma, crescono progressivamente con l'età, testimonia l'indagine, che nel contempo smentisce – in maniera si spera definitiva - la diffusa percezione (contrabbandata anche dai mezzi di comunicazione) secondo cui gli anziani affollano inutilmente le strutture e in sostanza aggravano lo stato di salute della nostra sanità "aggregando" uno dei suoi punti nevralgici.

Che fare, quindi, anche alla luce di questi dati per migliorare la risposta del sistema sanitario alle esigenze degli italiani senza penalizzare gli anziani? I geriatri di Sigot e Sigg spiegano che l'invecchiamento della popolazione, spesso un invecchiamento non in salute, ha bisogno di una risposta sinergica che di certo non può ruotare intorno al pronto soccorso. Ma deve partire dall'incremento negli ospedali dei posti letto dedicati agli anziani, che invece si sono ridotti progressivamente, e dell'offerta di servizi geriatrici.



LE SEDI CNA PENSIONATI

Sedi Regionali		Indirizzo		Cap	Tel.	Sedi Provinciali		Indirizzo		Cap	Tel.
VAL D'AOSTA-Aosta	Corso Lancieri di Aosta 11/F	11020	0165-31587	L'Aquila	Via Camponeschi, 5 - Traversa Via Sallustio	67100	0862-1720041				
PIEMONTE-Torino	Via Andrea Doria 15	10123	011-5541811	Avezzano	Via Bruno Buozzi 31	67051	0863-414499				
LIGURIA-Genova	Via San Vincenzo 2 - 1° piano	16121	010-5959171	La Spezia	Via Padre Giuliani 6	19125	0187-598080				
LOMBARDIA-Milano	Via Marco D'Aviano, 2	20131	02-36512030	Latina	Viale P. L. Nervi 258/L	04100	0773-605994				
FRIULI V.G.-Udine	Via Verona 28 int. 1	33100	0432-616911	Lecce	Via Brunetti 8	73100	0832-256117				
VENETO-Marghera	Via della Pila 3/B-1	30175	041-921715	Livorno	Via Martin Luther King 15	57128	0586-267511				
EMILIA R.-Bologna	Via Rimini 7	40128	051-2133211	Lucca	Via Romana 615/P-Arancio	55100	0583-4301100				
TOSCANA-Firenze	Via Luigi Alamanni 23	50123	055-212121	Macerata	Via Zincone 20	62100	0733-27951				
MARCHE-Ancona	Via Sandro Totti 4	60124	071-286091	Mantova	Via L. Guerra 13	46100	0376-368742				
UMBRIA-Perugia	Via A. Morettini 7	06128	075-5009056	Matera	Via degli Aragonesi 26/A	75100	0835-387744				
LAZIO-Roma	Viale Guglielmo Massaia 31	00154	06-570151	Messina	Via Maddalena 108	98122	090-661848				
ABRUZZO-Pescara	Via Cetteo Ciglia 8	65128	085-4326919	Milano	Via Marco D'Aviano, 2	20131	02-26142543				
MOLISE-Campobasso	C.da Colle delle Api - Z.I.	86100	0874-482021	Modena	Viale Corassori 72	41124	059-7476771				
CAMPANIA-Napoli	Via G. Porzio 4-C. Dir. ISOLA G 8-13° p.	80143	081-7501065	Napoli	Corso Umberto I° 109 - 2° p.	80138	081-455165				
PUGLIA-Bari	Via Nicola Tridente 2/Bis	70125	080-5486931	Novara	Viale Dante Alighieri 37	28100	0321-399564				
BASILICATA-Potenza	Via Isca del Pioppo 144 - Pal. Pino	85100	0971-50148	Nuoro	Via Napoli 14	08045	0784-200264				
SICILIA-Palermo	Via Francesco Crispi 72	90133	091-582833	Tortoli-Ogliastra	Zona Industriale Baccasara	08048	0782-622913				
SARDEGNA-Cagliari	Viale Elmas 33	09123	070-273728	Oristano	Via Canalis 29	09170	0783-211188				
				Padova	Via Croce Rossa 56	35129	049-8062211				
				Palermo	Via Rosolino Pilo 20	90139	091-6110688				
				Parma	Via La Spezia 52/a	43100	0521-227211				
				Pavia	Viale Montegrappa 15	27100	0382-433111				
				Perugia	Via A. Morettini 7	06129	075-505911				
				Pesaro	Via Degli Abeti 90	61100	0721-4260				
				Pescara	Via Cetteo Ciglia, 8	65128	085-8430880				
				Piacenza	Via Coppalati, 10 (Loc. Le Mose)	29100	0523-572230				
				Pisa-Ghezzano	Via Carducci 39	56010	050-876111				
				Pistoia	Via Enrico Fermi 2	51100	0573-9211				
				Pordenone	Via Nuova di Corva 82	33170	0434-598141				
				Potenza	Via Isca del Pioppo 144/A	85100	0971-50148				
				Prato	Via Zarin 350/C	59100	0574-5784				
				Ragusa	Via Psaumida 38	97100	0932-686144				
				Ravenna	Viale Randi 90	48100	0544-298511				
				Reggio Calabria	Via Nicolò Da Reggio 7	89128	0965-22853				
				Reggio Emilia	Via Mameli 15/G	42123	0522-356488				
				Rieti	Piazza Cavour 54	02100	0746-251082				
				Rimini	P.le Leopoldo Tosi 4	47923	0541-760211				
				Roma	Viale Guglielmo Massaia 31	00154	06-570151				
				Civitavecchia	Via Togliatti 7	00053	0766-546882				
				Rovigo-Borsea	Via Alleati Combattenti d'Europa 9/D	45030	0425-21413				
				Salerno	Corso Vittorio Emanuele 75	84123	089-2583108				
				Sassari	Z.I. Predda Niedda Nord Str. 18 BIS	07100	079-262751				
				Olbia-Gallura	Via Vittorio Veneto 15	07026	0789-26910				
				Savona	Via Paleocapa 22/8	17100	019-801942				
				Siena	Via delle Arti, 8	53100	0577-260511				
				Siracusa	Via Carso 33	96100	0931-64299				
				Teramo	Via Francesco Franchi 25/B	64100	0861-23941				
				Terni	Via Lungonera Savoia 126	05100	0744-206711				
				Torino	Via Millio 26	10141	011-19672111				
				Trani-BAT	Via Piccinni 4	76125	0883-480171				
				Trapani	Via Venere 20	91100	0923-593221				
				Treviso	Viale della Repubblica 154	31100	0422-3155				
				Trieste	Piazza Venezia 1	34123	040-3185511				
				Udine	Via Verona 28 int. 1	33100	0432-616911				
				Varese	Via Bonini 1	21110	0332-285289				
				Venezia-Marghera	Via della Pila 3/b-1	30175	041-925925				
				Verbania	Via San Bernardino 31/c	28922	0323-52385				
				Vercelli	Via Guicciardini 20	13100	0161-251687				
				Verona	Via Perlar 12	37100	045-4951425				
				Vibo Valentia	Via P.E. Murmura 56	89900	0963-592429				
				Vicenza	Via G. Zampieri 19	36100	0444-569900				
				Viterbo	Via I° Maggio 3	01100	0761-303312				
				Viterbo	Via I° Maggio 3	01100	0761-2291				

Sedi ESTERE

Germania Colonia	- Burgmauer 18 - 50667 GERMANIA (EE) - Tel. 0049.221124761
Germania Mannheim	- Augusta Anlage 10 - Tel. 0049.62216530968
Germania Solingen	- Talstrasse 3 - 42697 GERMANIA (EE) - Tel. 0049.2123803240
Svizzera San Gallo	- Unterer Graben 1 - 9000 SVIZZERA Tel. 0041.712237692
Francia Nizza	- Rue Michel Ange 12 - 6100 FRANCIA Tel. 0033.981108543
Belgio Liegi	- Chaussee Churchill 81 - 4420 BELGIO - Tel. 0032.42356700
Spagna Alicante	- Plaza San Cristobal 2, Planta 1, Puerta 1 03002 Alicante (Spagna). Tel. 0034.865716972

Sedi ESTERE

Australia Sidney Wollongong	- Coolatai Cescent 1 - 2176 - AUSTRALIA - Tel. 0061.287860888
Australia Melbourne	- Grantham ST 57 - 3055 AUSTRALIA - Tel. 0061.393879126
Canada Toronto	- 654 Bloor ST. Mississauga - Canada - Tel. 0019.058503611
USA New York	- Myrtle Avenue - Glendale 65-54 - 11385 STATI UNITI - Tel. 001.7183865212
Brasile San Paolo	- Av. Sao Luiz 50 - 2 Andar CJ 21-A - Brasile - Tel. 0055.1132562455
Argentina Buenos Aires	- Calle 45 Uff 5 B 1068 - 1900 ARGENTINA - Tel. 0054.2214588948



Ciao, Presidente!