

Sotto il Sole di Roma

Anno VI - Numero 23-24
Settembre 2011

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

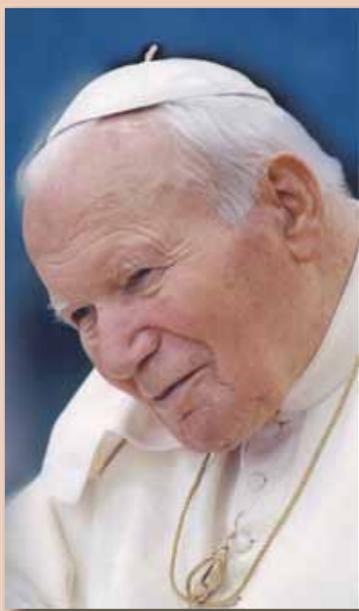
Periodico dell'Associazione Alberto Sordi Onlus

GIOVANNI PAOLO II E GLI ANZIANI

Un ricordo ed un insegnamento

Il numero di giugno del 2005, "Sotto il Sole di Roma", riportava in prima pagina un ricordo dei nostri anziani, dedicato all'amato Giovanni Paolo II, scomparso il 2 Aprile dell'anno, che riprendeva la Lettera agli Anziani del 1999. "Anziano anch'io, ho sentito il desiderio di mettermi in dialogo con voi". Oggi riproponiamo alcuni brani della lettera, caratteristici per dolcezza ed incisività, della personalità del Beato, e più che mai attuali, che rappresentano un messaggio per tutti: richiamo e incoraggiamento agli anziani stessi e ai familiari, e monito ai giovani e alla società.

Agli anziani: "Carissimi anziani, che vi trovate in precarie condizioni per la salute o per altro, vi sono vicino con affetto. (segue a pag. 2)



150 ANNI DELL'UNITÀ D'ITALIA nella memoria dei nostri anziani

È il 17 marzo 1861: Vittorio Emanuele secondo, già re di Sardegna, assume il titolo di Re D'Italia.

Ma cos'è l'Italia? Un territorio che va dalle Alpi alla Sicilia ed ospita circa 22 milioni di abitanti, quantitativo di tutto rispetto nell'Europa d'allora, dal quale sono peraltro ancora escluse Roma, il Veneto, Trento e Trieste.

La prima capitale del nuovo Regno fu Torino, un po' dopo Firenze. Il Veneto entrerà a far parte della nuova realtà politica nel 1866, Roma nel 1870 attraverso la breccia di porta Pia, Trento e Trieste nel 1918, al termine della Grande Guerra.

D'allora di strada ne è stata fatta tanta: dalla società rurale e contadina a quella industriale attraverso espatri dolorosi (e 'nce ne dà de lacrime st'America, a nui napulitane...), illusioni imperiali, una guerra perduta, il disastro, la rinascita, il boom, le costanti difficoltà economiche. Ma siamo una Nazione: con le sue differenti vedute, le sue con-

trapposizioni, gli innumerevoli punti di vista, le cose giuste e sbagliate.

Ricordiamocene in questo 150° anniversario della unità d'Italia: siamo italiani e dobbiamo essere orgogliosi di esserlo.

La memoria storica è importante, specialmente se i ricordi appartengono ad anziani che hanno personalmente vissuto fatti od episodi specifici o che ne hanno acquisito conoscenza attraverso testimonianze dirette: la memoria degli anziani è un tesoro che arricchisce la nostra esistenza e garantisce un importante riferimento per le nuove generazioni.

Riportiamo di seguito il racconto di alcune esperienze che i nostri anziani hanno voluto portare a conoscenza di tutti i lettori e che costituiscono testimonianza diretta di un lungo periodo di vita italiana. La rubrica "Le Voci" di questo numero è pertanto dedicata a tali testimonianze.

(segue a pag. 9)

All'interno la rivisitazione di una epopea italiana: LA CONQUISTA DELL'EVEREST

Editoriale

GIOVANNI PAOLO II E GLI ANZIANI

Dalla prima pagina

Quando Dio permette la nostra sofferenza a causa della malattia, della solitudine o per altre ragioni connesse con l'età avanzata, ci dà sempre la grazia e la forza perché ci uniamo con più amore al sacrificio del Figlio e partecipiamo con più intensità al suo progetto salvifico. Siamone persuasi: Egli è Padre, un Padre ricco di amore e di misericordia! Se la vita è un pellegrinaggio verso la patria celeste, la vecchiaia è il tempo in cui più naturalmente si guarda alla soglia dell'eternità".

Ai giovani: "Osservava già Cicerone che il peso dell'età è più lieve per chi si sente rispettato ed amato dai giovani". Se è vero che sul piano fisico hanno in genere bisogno di aiuto, è altrettanto vero che, nella loro età avanzata, possono offrire sostegno ai passi dei giovani che si affacciano all'orizzonte dell'esistenza per saggiarne i percorsi. Mentre parlo degli anziani, non posso non rivolgermi anche ai giovani per invitarli a stare loro accanto. Vi esorto, cari giovani, a farlo con amore e generosità. Gli anziani possono darvi molto di più di quanto possiate immaginare. "Gli anziani, grazie alla loro matura esperienza, sono in grado di proporre



I fedeli alla Santa Messa di Beatificazione di Giovanni Paolo II

dei doni e dei carismi di tutti".

Alla società: "Alzati davanti a chi ha i capelli bianchi, onora la persona del vecchio" (Lv 19, 32). Onorare gli anziani comporta un triplice dovere verso di loro: l'accoglienza, l'assistenza, la valorizzazione delle loro qualità. Occorre convincersi che è proprio di una civiltà pienamente umana rispettare e amare gli anziani, perché essi si sentano, nonostante l'affievolirsi delle forze, parte viva della società.

rifiutare il passato, in cui affondano le radici del presente, in nome di una modernità senza memoria.

A mano a mano che, con l'allungamento medio della vita, la fascia degli anziani cresce, diventerà sempre più urgente promuovere questa cultura di una anzianità accolta e valorizzata, non relegata ai margini".

Nello stesso numero del giornale riportavamo un caloroso saluto a Papa Benedetto, oggi concludiamo con delle sue parole, tratte dall'omelia detta durante la beatificazione:

"Cari fratelli e sorelle! Sei anni or sono ci trovavamo in questa Piazza per celebrare i funerali del Papa Giovanni Paolo II. Ed ecco che il giorno atteso è arrivato ... Giovanni Paolo II è beato!" "La sua profonda umiltà, radicata nell'intima unione con Cristo, gli ha permesso di continuare a guidare la Chiesa e a dare al mondo un messaggio ancora più eloquente proprio nel tempo in cui le forze fisiche gli venivano meno".

E concludeva: "Beato te, amato Papa Giovanni Paolo II, perché hai creduto! Continua – ti preghiamo – a sostenere dal Cielo la fede del Popolo di Dio. Tante volte ci hai benedetto in questa Piazza dal Palazzo! Oggi, ti preghiamo: Santo Padre ci benedica! Amen".

(dalla omelia di Benedetto XVI, Santa Messa di beatificazione, domenica, 1 maggio 2011)

Ennio Di Filippo

*Cari fratelli e sorelle, come sapete,
il 1° maggio prossimo avrò la gioia di proclamare
Beato il Venerabile Papa Giovanni Paolo II,
mio amato predecessore. La data scelta è molto significativa:
sarà infatti la II Domenica di Pasqua,
che egli stesso intitolò alla Divina Misericordia,
e nella cui vigilia terminò la sua vita terrena.
Quanti lo hanno conosciuto,
quanti lo hanno stimato e amato,
non potranno non gioire con la Chiesa per questo evento.*

Siamo felici!

Benedetto XVI, dopo l'Angelus del 16 gennaio 2011

ai giovani consigli ed ammaestramenti preziosi. Gli aspetti di fragile umanità, connessi in maniera più visibile con la vecchiaia, diventano in questa luce un richiamo all'interdipendenza ed alla necessaria solidarietà che legano tra loro le generazioni, perché ogni persona è bisognosa dell'altra e si arricchisce

"Gli anziani aiutano a guardare alle vicende terrene con più saggezza, perché le vicissitudini li hanno resi esperti e maturi. Essi sono custodi della memoria collettiva, e perciò interpreti privilegiati di quell'insieme di ideali e di valori comuni che reggono e guidano la convivenza sociale. Escluderli è come



LA CONQUISTA DELL'EVEREST Una grande impresa italiana

Recentemente abbiamo avuto una graditissima visita: l'ex capitano dei Carabinieri, poi dirigente d'azienda, Fabrizio Innamorati. Nel 1973 Fabrizio Innamorati, capitano del Battaglione Carabinieri Paracadutisti, fece parte, insieme ad altri quattro

5150), per poi raggiungere quota 5360 dove fu allestito il campo base. Iniziò a questo punto, con estrema difficoltà, l'esplorazione del ghiacciaio "Ice Fall", a quota 5700 metri. A fine marzo si svolse un'operazione alpinistica mai tentata prima: 19 componenti della spedizione,

8848 metri sul livello del mare, e quindi discese. Le condizioni meteorologiche peggiorarono ancora tanto da rendere estremamente difficoltosa la salita della seconda cordata, quella guidata da Innamorati, inizialmente bloccata a cento metri dalla vetta, con un pericolosissimo



Everest, 7 maggio 1973 - Il capitano Fabrizio Innamorati infigge sulla vetta il Tricolore

carabinieri, di una impresa che ebbe una immensa eco: la conquista della vetta più alta del mondo, il mitico Everest, da parte di un gruppo interamente italiano, la spedizione Monzino. La spedizione, composta da 63 componenti, di cui 52 militari rappresentanti di tutte le forze armate, organizzata dal Ministero della Difesa e guidata appunto da Guido Monzino, aveva l'obiettivo, oltreché conquistare la mitica cima, di effettuare studi approfonditi sulla fisiologia umana ad altissima quota.

Il trasferimento in Nepal si svolse fra la fine di gennaio ed i primi di febbraio del 1973; Katmandu fu la base logistica principale dalla quale il gruppo si mosse verso Lukla (2800 metri di altitudine) da dove iniziò la scalata verso la cima. Nonostante le difficoltà meteorologiche la spedizione riuscì a salire, con tutto il materiale (il capitano Innamorati era fra l'altro responsabile dei trasporti e dei rifornimenti) fino a Gorakshep (quota

fra i quali ovviamente il capitano Innamorati, e 62 sherpa allestirono il campo 1 a 6100 metri di quota. Qualche giorno dopo fu impiantato il campo 2 a 6500 metri, una base avanzata dalla quale fu possibile effettuare i primi collegamenti radio con il campo base. Le operazioni proseguirono poi con l'allestimento dei campi 3 (a quota 6930 metri), 4 (a quota 7450) e 5 (a quota 7985). Le condizioni meteorologiche divennero estremamente precarie; cominciarono ad avvertirsi fra i partecipanti le prime difficoltà derivanti dalla permanenza ad alta quota: insonnia ed inappetenza. Vennero comunque assemblate le tre formazioni che avrebbero dato l'assalto alla vetta; a capo della seconda fu posto il capitano Innamorati. Le condizioni meteorologiche peggiorarono rendendo ancor più difficile l'impresa. Il 4 maggio, sfruttando un lieve miglioramento, la prima cordata raggiunse quota 8513 metri ed il giorno successivo guadagnò la vetta a

eccessivo consumo di ossigeno che rischiava di compromettere il buon esito della spedizione. Il 7 maggio anche la seconda cordata conquistò la vetta sulla quale il capitano Innamorati infisse la sua piccozza con il Tricolore e depose un'immagine della Madonna col Bambino, affidata alla spedizione da Papa Paolo VI. Il cattivo tempo non consentì l'ascesa della terza cordata. Si concluse così una grande epopea italiana.

Sentire raccontare tale epopea, con estrema semplicità ma con passione profonda da uno dei principali protagonisti della stessa è stato emozionante e commovente. Fra l'altro il capitano Innamorati ha illustrato il suo racconto con una nutrita e particolare documentazione fotografica che ha portato tutti noi sui luoghi in cui l'impresa si è svolta, regalandoci atmosfere magiche ed emozionanti. Grazie capitano per averci fatto rivivere questa stupenda avventura.

E. A.

Eventi

VISITA ALL'A.S. ROMA

Da sempre la nostra Roma, l'associazione calcistica del nostro cuore, è una fede collegata alla squadra calcistica, ma anche all'amore profondo per la nostra città. E in questa circostanza il nostro Centro offre ancora ai 'facenti parte', primi fra tutti gli anziani, ma anche ai volontari, la possibilità di partecipare ad una sezione degli allenamenti che si svolgono nella sede di Trigoria. È un giorno bellissimo di una primavera avanzata e il sole ci accoglie vivace e accattivante; ci muoviamo con il pullman dell'Associazione, ma non basta. Dobbiamo ricorrere ad un secondo pullman, perchè siamo in tanti a voler assistere all'evento. Entriamo nella splendida sede di Trigoria e ci si-



stemiamo su una terrazza dalla quale si dominano i campi di allenamento. Ed eccoli i calciatori, i nostri idoli, vicini a noi come mai prima d'ora. Ecco Totti, De Rossi, Montella, Borriello, qualcuno li chiama: 'Francesco' 'Daniele', sperando in un cenno e il capitano si gira, muovendo la mano, in un amichevole saluto. Gli allenamenti procedono intensamente; segue una partitella, e ciascuno dei nostri anziani supertifosi osserva e

commenta a suo modo. Anna è in piedi sotto il sole, non cede il posto in prima fila, ogni tanto si accerta che chi gli si presenta davanti agli occhi sia il suo cal-



I nostri anziani con Daniele De Rossi

ciatore preferito; lei segue le partite assiduamente e nota anche il fatto che quel giocatore, sì proprio quello, sembra sia ingrassato di un etto. Gabriele invece ha preferito l'ombra della tettoia, ma aspetta con ansia la fine degli allenamenti, per gli autografi. Lucia, che approfitta



dell'occasione per sottolineare in ogni modo la sua passione, in particolare contro suo marito Romano, purtroppo tifoso della Lazio, vuole tradurre questa

esperienza in poesia, soprattutto lei che sa trasformare le emozioni in arte. Sono ormai giunte le dodici, gli allenamenti procedono, gli anziani "osservatori"

sono instancabili, entusiasti, ma anche critici: quello ha sbagliato uno stop, l'altro non tira mai...il capitano, quello sì, è sempre "er mejo". Non è un caso, ed è particolarmente evidente in questa visita a Trigoria, come gli anziani del nostro Centro riescano a considerare quale fulcro centrale, intorno a cui si muove tutto il resto, l'espressione di sé stessi, la passione, il desiderio di vivere insieme queste splendide emozioni.

Ma ecco che i giocatori, completati gli allenamenti e fatta la doccia, ci vengono incontro: i nostri anziani li accolgono con gioia e quasi li sequestrano per fare insieme a loro fotografie che mostreranno con orgoglio a famigliari ed amici per suscitare la loro invidia e che conserveranno gelosamente fra i loro ricordi più cari. Grazie magica Roma!!

Anna Maria Vendittozzi

MARATONA DI ROMA

Anche quest'anno proprio non potevamo mancare all'appuntamento più assoluto della stagione primaverile, quello della Maratona di Roma. A organizzarla infatti, con altri, il Campus Biomedico che ne ha sostenuto la realizzazione ai fini di raccolta fondi per la ricerca medico scientifica. Scaldamuscoli ai polpacci e pettorina numerata - qualcuno addirittura provvisto di borraccia d'emergenza nel marsupio - abbiamo attraversato, in una

copiosa e festante fiumana di gente, di animali domestici (iscritti anch'essi, al pari degli umani, con tanto di pettorina e ancorati al guinzaglio dei padroni nel malcelato intento di traino) e di carrozzine spinte da atletiche mamme, le vie di Roma con intrepida baldanza, senza cedere all'oppressione del sole nell'occasione più prepotente che mai.

Gemellati - udite, udite! - con gente di Tokio, dall'altra parte del pianeta, con eroico passo abbiamo effettuato tutto il

percorso previsto! Niente a che vedere con quello riservato agli atleti veri, 42 chilometri e spiccioli, ma di non banale consistenza, almeno per noi neofiti: oltre 4 chilometri non privi di aspri declivi!

Sveltava tra tutti, rilucente biglia al sole, la testa intonsa di Massimo, seguita con passo sicuro dalla mole inquietante di Tommaso, al cui incedere non pochi astanti esprimevano apprezzamenti di stupore, mal celando giustificata apprensione! C'eravamo proprio

PELLEGRINAGGIO ALLA MENTORELLA

Apochi giorni dalla memorabile beatificazione di Giovanni Paolo II, il Centro Anziani del CESA ha fatto un pellegrinaggio al Santuario della Mentorella, luogo di preghiera straordinariamente caro a Karol Wojtyla. Sappiamo che il nostro amato papa lo visitò almeno 40 volte e che alcuni di questi suoi pellegrinaggi sono stati particolarmente significativi. Ad esempio, il giorno stesso dell'inizio del Conclave che lo elesse papa (14



La messa

ottobre 1978), Karol Wojtyla rimase tanto a lungo in preghiera nel Santuario della Mentorella da ritornare in Vaticano giusto qualche istante prima che si chiudessero le porte della Cappella Sistina; pochi giorni dopo essere stato eletto papa, Giovanni Paolo II di nuovo tornò pellegrino in questo Santuario.

Il santuario si trova a circa 50 chilometri da Roma a 1200 metri di quota su uno sperone roccioso dei monti Prenestini. La sua storia è bimillenaria.

Nel IV secolo l'imperatore Costantino inviò il papa San Silvestro I a consacrare, nel luogo dove oggi sorge il santuario, una chiesa in onore di Sant'Eustachio martire (I secolo).

Il culto della Madonna è legato a San Benedetto (V-VI secolo) che soggiornò nella grotta dietro la chiesa per circa due anni.

I discepoli di San Benedetto, monaci benedettini, ricevettero la chiesa sulla rupe in dono da Santa Silvia, madre di papa Gregorio Magno, diffondendo il culto mariano.

Dal 1857 il santuario è affidato ai monaci Resurrezionisti polacchi; dal 1977 è passato alle dirette dipendenze della Provincia Polacca della stessa Congregazione.

Il pellegrinaggio è stato per tutti noi ospiti e volontari del Centro un'occasione splendida di preghiera e di amicizia.



Una simpatica foto ricordo

celebrata dal nostro caro don Marino. La partecipazione dei nostri anziani è stata estremamente commossa e intimamente seguita: la figura di Karol

*... "Questo luogo mi ha aiutato molto a pregare.
È perciò anche oggi ho desiderato venire qui.
La preghiera, che in vari modi esprime il rapporto dell'uomo col Dio vivo,
è anche il primo compito e quasi il primo annuncio del Papa"*
Papa Giovanni Paolo II

Nella mattinata, dopo un comodo viaggio in pullman, abbiamo sostato in preghiera nel santuario dinanzi all'antichissima immagine della Madonna delle Grazie e a un quadro di Giovanni Paolo II; abbiamo poi preso parte alla Messa

Wojtyla alberga infatti profondamente in tutti noi e ci conforta con la sua costante presenza.

Elvira Marrucco

tutti: Agnese, Laura e Claudia, Anna, Lucia e suo marito Luigi, Sergio e Matilde, Sergio e Maria Grazia, amiche di Maria Grazia e amiche delle amiche di Maria Grazia, Sandro con genero e figlia, nipoti parenti e affini e ancora altri e altri che non basterebbe questo intero numero del nostro giornale a citarli tutti.

Immane alla guida del plotone, a fendere l'aria trainando l'ardita compagnia, il pizzetto d'argento del nostro vice presidente, al seco-



Gli "eroici" maratoneti

Io Ennio!! Podismo o fatica, passo dolce o scatti felini, marce o corsa, per tutti, in un modo o nell'altro, una mattinata speciale... manco a dirlo, conclusa nel modo migliore: tutti a tavola per recuperare le calorie disperse con la corsa cittadina tra il Colosseo, i Fori e il Colle Oppio! Tutti pronti ad affrontare la sfida del prossimo anno! Stesso percorso ma, soprattutto, stesso ristorante!

Adriano Colafrancesco

Eventi

FESTA DELLA FAMIGLIA

Festa della famiglia, festa di famiglia; sembra un gioco di parole ma è ben altro il significato che queste esprimono. Possono sembrare sofisticarie ma non è così. Tale festa è la ricorrenza dell'istituto della famiglia (riconosciuta in ambito internazionale e festeggiata il 15 maggio): la nostra festa la comprende ma va oltre, è la nostra festa.

Quest'anno, volendo sottolineare questo significato, abbiamo ripercorso la nostra breve ma intensa vita di famiglia, attraverso il periodico dell'associazione, "Sotto il sole di Roma", che, nato nel 2003, ci ha seguito raccogliendo e raccontando fatti e fatterelli, storie

passate ed eventi attuali, di tutti noi. Il 25 maggio, nel pomeriggio, ci siamo ritrovati in aula magna, in un bel numero, anziani, familiari e volontari, e con il sussidio delle immagini del giornale e le parole di Anna Maria ed Ennio abbiamo ripercorso, in un clima tutto familiare, i nove anni di vita dell'associazione e del centro, meravigliandoci noi stessi di quante cose abbiamo fatto, e riscontrando come la famiglia sia cresciuta, come sia tangibile il clima amicale che si respira, come i familiari dei nostri anziani dimostrino di sentirsi sempre di più a casa loro.

Due ore trascorse tra risate e battimani che sono proseguite, come è ormai



Interventi in aula magna

tradizione, con una cena cui ha fatto seguito un breve intrattenimento musicale.

E. D. F.

UNA SPERIMENTAZIONE SUL TERRITORIO

Due anni fa l'Associazione Alberto Sordi Onlus e l'Istituto Romano San Michele hanno avviato una collaborazione per sperimentare un'interazione fra anziani della casa di riposo e gli anziani del centro diurno anziani fragili di Trigatoria.

L'intento è partito dalla considerazione che offrire agli anziani delle case di riposo la possibilità di frequentare un luogo diverso dalla "propria abitazione", ricco di stimoli e di relazioni, potesse promuovere in loro maggior benessere. È ben noto che mantenere la possibilità di esprimere se stessi, coltivando i propri interessi e riuscendo a comunicare con gli altri, permette di riappropriarsi del gusto di vivere.

L'obiettivo principale della collaborazione era quello di promuovere una condizione di maggior benessere per anziani istituzionalizzati attraverso la frequentazione del centro di Trigatoria: il risultato conseguito in quasi due anni di sperimentazione può ritenersi più che soddisfacente.

Per comprendere meglio questa affermazione è utile riprendere in esame il percorso dell'intera esperienza, a partire dalle prime fasi di avvio.

Dopo un primo periodo di conoscenza con gli anziani della casa di riposo si è proceduto, di concerto con l'assistente sociale del San Michele, ad individuare gli ospiti che avrebbero potuto frequentare il centro diurno di Trigatoria.

Per un anziano di una struttura residenziale non è facile uscire dalla propria realtà e allontanarsi dalle abitudini che da anni lo tengono legato alla quotidianità della casa. Con il tempo però, attraverso un paziente lavoro di coinvolgimento, si è creato un gruppo di persone che più di altre hanno mostrato interesse e disponibilità a partecipare costantemente alle attività del centro. Queste persone, dopo una prima fase di osservazione e avvicinamento in cui hanno vissuto con relativa partecipazione, per non dire di diffidenza, il loro incontro con gli an-

riportato un miglioramento della loro qualità di vita, caratterizzato da un potenziamento esistenziale e dall'aumento della capacità relazionale e dell'autostima, grazie all'inserimento in un nuovo contesto di relazioni interpersonali e alle stimolazioni ricevute attraverso la condivisione di attività e programmi in cui sono stati coinvolti.

La valutazione finale, svolta con test specifici, ha dimostrato la validità di iniziative che portino l'anziano istituzionalizzato a frequentare realtà esterne alla casa di riposo.

Al termine della sperimentazione, una festa al centro diurno ha visto gli anziani del centro donare con affetto agli amici anziani del San Michele alcuni dei prodotti da loro confezionati nei laboratori. Dopo qualche tempo, a dimostrazione del consolidato legame ed affetto, maturato fra le persone delle due realtà, siamo stati invitati

al San Michele per trascorrere insieme una giornata all'insegna della musica e dell'intrattenimento. Ci siamo lasciati con la promessa di un arrivederci a presto!

Giorgia Milito



Incontro al San Michele

ziani del nostro centro, sono passate ad una graduale e progressiva integrazione, caratterizzata dalla realizzazione di relazioni di amicizia e collaborazione sempre più intense.

In conclusione, gli anziani dell'Istituto San Michele hanno indubbiamente

LE COLLABORAZIONI DELL'ASSOCIAZIONE *Valutazione della qualità di vita negli anziani*

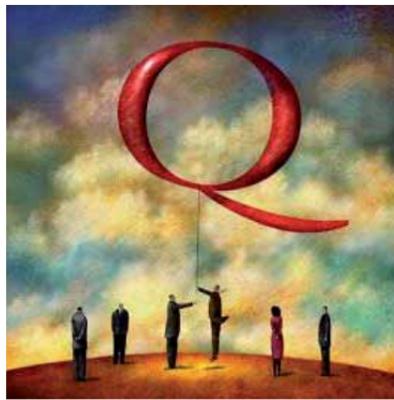
Per la valutazione della qualità di vita delle persone anziane che frequentano il Centro Diurno è stato introdotto un apposito software denominato AQ (Ageing and Quality of life software), predisposto dalla Università Campus Bio-Medico di Roma, dall'università di Perugia e di Udine.

Tale strumento permette, integrando una serie di valutazioni multidimensionali, di valutare la qualità di vita della popolazione anziana secondo il paradigma della "Qualità della Vita", così come definito dall'Organizzazione Mondiale della Sanità, articolato nelle dimensioni del benessere fisico-funzionale, cognitivo, emozionale, sociale e spirituale.

In particolare il software contiene test ampiamente sperimentati per la valutazione della popolazione anziana come pure nuovi strumenti appositamente validati per la dimensione spirituale e la scala delle attività ricreative. Inoltre per la valutazione della efficienza cognitiva, sono presenti delle prove prestazionali,

che devono, cioè, essere svolte direttamente dall'utente (come ad es. prove di rapidità di risposta, discriminazione uditiva, memoria spaziale, analisi visiva, attenzione sostenuta, inibizione, pianificazione).

La valutazione viene effettuata facendo utilizzare un computer con schermo



touch screen di 20 pollici direttamente alle persone anziane, evitando in questo modo l'utilizzo del mouse.

Tale software permette, quindi, di individuare il livello di benessere oggettivo e percepito di ciascun anziano e di ricavare indicazioni utili rispetto alle aree in cui predisporre interventi sociali ed educativi con l'obiettivo di mantenere il più a lungo possibile il livello di benessere o migliorarlo nelle aree identificate come critiche.

Per questo motivo tutte le persone anziane al loro primo contatto con il Centro Diurno vengono valutate con questo strumento e rivalutate nel tempo, a scadenze periodiche regolari, per monitorare lo stato dell'anziano, raccogliendo anche indicazioni utili per modulare gli interventi socio-educativi predisposti per rispondere a bisogni specifici.

Inoltre, l'aggregazione dei dati del gruppo complessivo di persone anziane seguite, aiuta il Centro Diurno ad avere informazioni generali sulla popolazione afferente e a valutare le necessità complessive in termini di risorse e servizi.

Giorgia Milito

LA RASSEGNA STAMPA Una finestra sul mondo

Si, una finestra sul mondo: quando al mattino gli anziani giungono al Centro sanno che la prima sosta è presso la biblioteca dove si terrà la rassegna stampa. Sul tavolo sono già pronti i giornali del mattino: rappresentano la materia prima per l'attività che si terrà da lì a poco.

Il volontario che funge da "moderatore" (e spesso da "provocatore") ha già individuato gli articoli che propongono i temi più interessanti della giornata e si appresta a sottoporli agli anziani affinché se ne possa discutere: il moderatore è ogni giorno diverso e ciò costituisce uno stimolo in più.

Si parla di tutto: dall'attualità politica alle novità scientifiche, dai fatti di cronaca alle notizie culturali, dagli spettacoli allo sport. La partecipazione di tutti è appassionata, coinvolgente: gli anziani non hanno alcuna remora ad esprimere le proprie idee, i propri convincimenti, a manifestare asserzioni o dissensi, a con-

trastare vivacemente pareri espressi dal moderatore o dai colleghi e, se ne vale la pena, ad esprimere e sostenere vivacemente i propri punti di vista.

L'atmosfera è spesso effervescente, l'attenzione che gli intervenuti pongono in questa attività è estremamente stimolante: il mondo è a portata di mano, si può passare da un continente all'altro per commentare fatti positivi e avvenimenti tristi, il progredire di una guerra od una prima alla Scala, il nefasto risultato di una catastrofe naturale o il beneaugurante successo di un nuovo farmaco o di una nuova terapia. E poi si possono proporre argomenti di cui si è sentito parlare, magari nel telegiornale della sera precedente, ma che meritano approfondimenti, ulteriori dibattiti perché non sono stati sufficientemente convincenti.

Gli anziani, con i loro comportamenti, vogliono chiaramente dire: non siamo più disponibili per limitare le nostre co-



La finestra sul mondo

noscenze ad un esame superficiale dei fatti che ci circondano e che interessano la nostra vita e quella dei nostri cari. Siamo persone pensanti, inserite compiutamente nel mondo moderno, non intendiamo essere emarginate, vogliamo esprimere la nostra opinione, essere considerati. Glielo faremo vedere stasera, rientrando in famiglia, come siamo informati, agguerriti.

Non pensate di considerarci superati: non siamo disposti a permetterlo.

E.A.

Attività

CARNEVALE 2011 !

Il carnevale rievoca sempre innumerevoli ricordi e ripropone agli anziani una rivisitazione delle proprie esperienze di vita. In occasione dell'ultima ricorrenza carnascialesca abbiamo voluto chiedere agli anziani stessi ricordi e impressioni: "mi ricordo nelle scuole elementari, mia madre mi aveva vestita da cameriera"... "in fondo si resta sempre un po' bambini"... "con i figli ho cercato di fare del mio meglio, mascherandoli come desideravano e divertendomi anch'io nel farlo"... "le emozioni che mi fanno felice sono le cose belle che ho vissuto quando i miei figli erano piccoli"... "oggi, alla mia bella età, lo vivo con rinnovata gioia"... "il



Italia, Garibaldi e Vittorio Emanuele

carnevale da adulta non l'ho più vissuto fino al giorno in cui, al nostro Centro, mi hanno vestito da cappuccetto rosso; mi sono divertita come fossi tornata bambina, è stata una gran bella giornata". In particolare, una delle nostre anziane, Clara, precisa: "oggi il carnevale è una bella festa che mi impegna molto perché, da quando frequento il Centro,

subito dopo le feste di Natale io, alcune amiche e soprattutto la nostra direttrice, che ci guida e ci aiuta, cominciamo a rivoluzionare il nostro laboratorio di sartoria ed insieme ci mettiamo all'opera per cercare di predisporre per tutti gli anziani frequentatori del centro un personale costume che gli stessi utilizzeranno in occasione della festa. Quel giorno mi diverto moltissimo: con il mio costume mi sento diversa e mi sembra di vivere in altri tempi".

In effetti la preparazione della festa di carnevale implica una attività di tutto rilievo. Si comincia con l'individuazione delle maschere da utilizzare (singole o in coppia): operazione estremamente complessa in quanto occorre fare delle scelte che tengano conto degli anziani che le indosseranno (in genere oltre una cinquantina) e di quelle già realizzate nelle precedenti occasioni, comparandone attentamente la bellezza e la validità - onde evitare doppioni od ipotesi di parzialità che verrebbero immediatamente evidenziate - per passare poi alla realizzazione pratica: il disegno dei mo-

delli, la scelta delle stoffe (cercando di recuperare e rinnovare ogni "pezzetto" già utilizzato o fortunatamente acquisito), il taglio e l'assemblaggio delle stesse, ed infine la cucitura e la definitiva rifinitura dei modelli.

Un notevole impegno che ha accumulato in particolare Clara, Claudia, Maria, Marella e Flora: quest'anno poi è stata costituita una apposita giuria che ha attentamente valutato la validità della maschera, il portamento e la disinvoltura dell'indossatore o dell'indossatrice, la simpatia: sono risultate vincitrici, ed hanno ricevuto un apposito attestato, confezionato in una ricca pergamena, le seguenti maschere: per la "realizzazione" i 150 anni d'Italia (Italia, Garibaldi e Vittorio Emanuele); per l'"originalità" La Sonnambula e Madama Butterfly; per la "simpatia" il Cicisbeo e Madama Pompadour; per il "portamento" Giulietta e Romeo; "premio speciale" a Cappuccetto Rosso e i Pagliacci.

È stata una gran fatica, ma anche una grande soddisfazione!

E.A.

LE ATTIVITÀ DEL CENTRO

Area Cognitiva

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

Area espressiva

Teatro
Spazio e decoro
Decoupage
Musica e canto
Sartoria e maglieria

Area psico-fisica

Ginnastica dolce
Hata yoga
Giardinaggio

Area affettivo-sociale

Curiosità dal mondo
Itinerari di Roma
Ricorrenze tradizionali
Incontri spirituali Re magnibh

RACCONTI DI UN' ITALIA NON ANCORA UNITA

Storie di carbonari, patrioti e briganti

Sono nato 88 anni fa ad Altilia, un paese collinare della zona della Presila, lungo la valle del Savuto, in provincia di Cosenza. Ricordo che, quand'ero ragazzino, stavo a bocca aperta ad ascoltare gli anziani del paese che raccontavano episodi dell'epoca borbonica e della storia risorgimentale, racconti che, pur nella loro veridicità storica, acquistavano dalle loro voci un vero e proprio sapore di leggenda. Pensate che proprio ad Altilia, nel 1811, venne fondata la prima sede (la chiamavano vendita) di carbonari calabresi che sembra utilizzassero, per le loro riunioni segrete, delle antiche grotte scavate nel sottosuolo del paese. I carbonari del posto erano guidati da un certo Vincenzo Federici, detto Capobianco, un capitano della Guardia civica, alla cui memoria è dedicata in paese anche una lapide commemorativa.

Questo Capobianco era talmente temuto come pericoloso rivoluzionario, che Altilia venne addirittura saccheggiata dall'esercito borbonico come punizione per avergli dato i natali.

Vittima di un tradimento, fu infine imprigionato e condannato all'impiccagione, ed il 26 settembre 1813 fu condotto al



I carbonari

supplizio sul Torrevetere, uno dei sette colli di cui è circondata la città di Cosenza. Mi hanno raccontato che salendo sul patibolo,

il Federici gridò con fierezza: "che i calabresi vendichino il mio sangue". Poi rivolgendosi al boia ed offrendogli il collo scoperto gli disse: "fate presto" e il suo volere fu fatto.

Il giorno dopo il suo cadavere fu bruciato e le ceneri disperse al vento. Ad appena una trentina di chilometri dal mio paese, si trova anche il Vallone

di Rovito, la famosa località legata alla tragica vicenda dei fratelli Bandiera, che segna una delle pagine storiche più importanti della Unità d'Italia.

Veneziani ed ufficiali della marina austriaca, i due fratelli, Attilio ed Emilio Bandiera, erano affiliati alla Giovane Italia di Mazzini.

Sospettati dalla polizia, erano fuggiti a Corfù e di là, alla notizia che si era accesa una rivolta a Cosenza, avevano organizzato uno sbarco in Calabria per organizzare un'insurrezione che avrebbe dovuto, nelle loro intenzioni, risalire tutta la Penisola per unificarla.

Una sera del luglio 1844, con un pugno di compagni, sbarcarono alla foce del fiume Neto.

Ma dopo tre giorni di viaggio attraverso foreste, presso San Giovanni in Fiore, scattò la trappola del tradimento di un certo Boccheciampe, che faceva parte della loro stessa spedizione, e furono circondati dalle forze borboniche.

Alcuni caddero, altri riuscirono a fuggire nella boscaglia, altri ancora, con i due fratelli, furono catturati e condotti a Cosenza.

L'alba del 25 luglio 1844 vide la fucilazione dei fratelli Bandiera e di sette

chia, intorno al 1820, dopo aver ucciso in chiesa, il giorno di Pasqua, un ricco giovinastro che aveva sedotto una sua



sorella. Da allora regnò sui monti della Sila per più di vent'anni, riverito e temuto perché forte, audace, coraggioso. Solo un patto con il monarca borbonico lo stanò dalle selve silane: nel 1845 infatti il re Ferdinando II, dopo tanti tentativi andati a vuoto di catturarlo,

... "Storie di carbonari, patrioti e briganti.
Siamo ormai vicini all'unità d'Italia, eppure così lontani.
Ma è sorprendente come i ricordi della propria infanzia legati a fatti raccontati da anziani che li avevano vissuti rivivono così nitidamente nella mente di un ottantottenne.
Un invito in più, per i nostri anziani, e per gli anziani tutti, a praticare sistematicamente l'esercizio della memoria: esercizio che può evitare che interessanti esperienze di vita vissuta finiscano nel buio di un colpevole oblio" ...

dei loro compagni. Ma di tutte le storie su quella mia Calabria così lontana nel tempo, nessuna riusciva ad accendere la mia fantasia di ragazzino più di quella del brigante Giosafatte, che vive ancor oggi nella memoria collettiva delle mie parti, come un eroe del mondo contadino, il vendicatore dei deboli, il romantico difensore dei deboli, una specie di Robin Hood che restituiva ai poveri quello che l'arroganza dei baroni aveva loro tolto.

Giosafatte fu costretto a darsi alla mac-

propose a Giosafatte di arrendersi in cambio di una nuova vita lontano dalla Sila.

Gli fu proposto una pensione di sei ducati ed una casetta nell'isola d'Ischia. Giosafatte così venne esiliato nell'isola.

Aveva allora 40 anni e altri 40 visse in completa tranquillità davanti al mare, senza mai rinunciare, però, a farsi rispettare da tutti!

Gabriele Romano



MIO PADRE BERSAGLIERE

Un' esperienza che ha segnato la sua vita

Conservo nella memoria, tra i miei più preziosi ricordi di bambina, i racconti di mio padre su quella storica giornata, così importante per l'unificazione dell'Italia, che fu il 3 novembre 1918

Papà, il maggiore di tredici figli, era nato ad Angera, sul lago Maggiore, intorno al 1890. Ha combattuto quindi tutti gli anni del primo conflitto mondiale, meritando anche dei riconoscimenti per il valore dimostrato sui campi di battaglia.

Tra le decorazioni riportate, che aveva ordinatamente sistemato sotto una teca di vetro, e con le quali solo qualche volta era permesso a noi bambini giocare, c'era anche la Croce di Guerra al Valor Militare, di cui andava particolarmente orgoglioso.

Se l'era meritata perché aveva salvato la vita ad un ufficiale suo superiore portandolo in spalla per chilometri e chilometri sui sassi del Carso.

Quel tre novembre, una giornata di forte bora che sembrava rivivere nelle sue

lazione, in maggioranza di sentimenti italiani, accolse l'esercito regio come liberatore. Mio padre faceva parte del corpo scelto dei Bersaglieri ciclisti, che, sbarcati a Trieste dall'Incrociatore "Audace" (...mi ricordo la sua melodiosa pronuncia in dialetto: "l'Audas"...) sul molo che ancora oggi porta il nome della storica nave da guerra, si riversarono nella centralissima Piazza Grande che prese il nome di "Piazza Unità d'Italia", ove vennero festeggiati dai Triestini tripidanti e in lacrime che offrivano loro bicchierini di grappa.

Parlava ancora incredulo dei "grappoli" di ragazze (le famose e coraggiose "mule" di Trieste della canzone di S. Giusto) che letteralmente li sommergavano abbracciandoli e baciandoli, ed alle quali, non a caso, è stata dedicata una statua che le raffigura intente a cucire una bandiera, di fronte ad un bersagliere che sventola il tricolore, proprio sul molo di Trieste che fu scenario dello sbarco.

A quei tempi mia mamma, che era una maestrina di S. Angelo Lodigiano, vicino Lodi, non poteva essere gelosa di tutti quei baci ed abbracci. Avrebbe infatti incontrato mio padre solo una decina d'anni più tardi, quando lui, ormai tornato alla vita civile di agricoltore, se ne andava a spasso con una motocicletta acquistata ... con il ricavato della vendita di una mucca. Al di là dei ricordi di quella memorabile giornata di festa, sono sicura, però, che mio padre avvertiva il peso di tutto ciò che la guerra comporta di terribile e disumano. Quando

una volta, con l'ingenuità di una bambina, gli chiesi se aveva visto morire tanti



uomini in guerra, lui, che stava leggendo "L'Avanti!" spiegato di fronte al viso, rimase zitto e lo vidi asciugarsi svelto una lacrima con un foglio.

Dentro quelle trincee aveva sofferto il freddo, la fame e la sporcizia; per la prima volta era entrato in contatto con commilitoni meridionali, con i quali quasi non riusciva ad intendersi se non a gesti, ma con i quali aveva presto imparato a condividere le sofferenze e la speranze in un domani migliore.

Fu così importante per lui quella esperienza di vita che ogni anno, in occasione del 4 novembre, ricorrenza nazionale della vittoria della I guerra mondiale, portava tutta la famiglia in visita al Sacrario militare di Redipuglia, dove riposano i resti di tanti caduti della Grande Guerra.

Poco prima di morire, nel 1968, mio padre espresse il desiderio di portare con sé il suo cappello di bersagliere. Quando arrivò quel momento però, nonostante le affannose ricerche in tutti gli armadi e ripostigli di casa, non ci fu verso di ritrovare quel vecchio oggetto tanto amato. Così cercai di rimediare acquistando in un negozio di articoli militari di Milano, dove allora abitavo, un nuovo cappello da alta uniforme di bersagliere. Spero che quelle magnifiche piume di gallo cedrone abbiano ugualmente inorgogliato il mio caro papà nel suo ultimo viaggio.

Miriam Brovelli



Le "mule" di Trieste

parole e nei suoi occhi, avvenne il tanto atteso ingresso in Trieste, la cui popo-



QUARANT'ANNI DI LIBIA

Dalla Sicilia al Suk el Turk

Quando, quella estate del 1933, mi imbarcai dalla Sicilia, dove sono nata, insieme ai miei genitori ed ai miei due fratelli, su una grande nave passeggeri piena di persone che salutavano, agitando le braccia, i parenti ed amici che piano piano si facevano sempre più piccoli sul molo, mi sembrava di partire per una meravigliosa avventura. Non potevo sapere che quella avventura sarebbe durata quasi quaranta anni, e che la mia vita sarebbe stata segnata per sempre da quell'inatteso viaggio in mare.

Eravamo diretti in Libia, italiana ormai da più di venti anni, dove mio padre, che era operaio edile, era stato chiamato per lavoro da un conoscente che aveva avviato lì una ditta di costruzioni.

La nostra casa si trovava ad Ain Zara, un paese ad una decina di chilometri da Tripoli, circondato da un'arida campagna. Le condizioni di vita in generale non erano delle più rosee: nonostante fossimo abituati al clima della Sicilia, alcune volte la calura sembrava veramente insopportabile e per andare a scuola ed al catechismo dovevamo percorrere a piedi lunghe distanze attraverso viottoli sconnessi.

Nonostante tutto, però, io e i miei fratelli ci siamo ambientati abbastanza velocemente e abbiamo stretto subito amicizia con i figli delle altre famiglie di italiani trasferiti lì come noi. I contatti con le famiglie arabe del posto, in realtà, erano per noi bambini praticamente inesistenti, anche se ricordo vagamente che, quando accompagnavo mia madre a comprare le uova fresche da una donna araba che abitava in una zeriba (come si chiamavano i gruppi di casupole arabe), mi colpiva la gentilezza ed il rispetto con cui si rivolgeva a noi. Mentre, durante quelle brevi visite, mia madre mi teneva sempre vicino a sé, tutt'intorno i ragazzini del posto correvano qua e là scalzi e mi sbirciavano, forse incuriositi delle differenze che notavano nei miei vestitini.

Mio padre invece, nelle sue giornate di lavoro, trascorse a fianco anche di operai arabi del posto, imparò pian piano a conoscerne il modo di fare ed alcu-

ne abitudini, come quella, per esempio (come ci raccontava la sera, mentre eravamo a cena) di prepararsi inderogabilmente il tè, a certe ore prestabilite, ed in tutte le condizioni, anche nei momenti della costruzione in corso che potevano apparire meno opportuni.

Quando, con mia madre, andavamo a Tripoli per qualche commissione, la cosa che più mi piaceva era il Suk el Turk, tradizionale bazar arabo dove, in mezzo ad una confusione indescrivibile, era esposta merce di ogni genere, oltre a tappeti di pregio, oggetti d'ebano, ed anche preziosi pezzi d'argento che venivano lavorati sul posto e che luccicavano sotto il sole.

In Libia sono cresciuta. Terminate le scuole elementari, mia madre mi ha subito indirizzato presso il laboratorio di una sarta molto rinomata tra le signore italiane di Tripoli. È stato sotto la sua guida che ho conseguito una certa pratica, come dimostra il fatto che (ancora lo ricordo con una certa apprensione) mi venne presto affidato il compito, alquanto impegnativo, di effettuare un taglio godet sull'orlo di un abito indossato da una cliente di riguardo. Quel taglio godet riuscì perfetto e quello fu il mio vero battesimo del fuoco come sarta.

A Tripoli ho conosciuto anche mio marito, siciliano come me, che ho sposato lì all'età di ventiquattro anni e con il quale ho avuto tre figli, condividendo cinquanta anni della mia vita.

Era un bravissimo meccanico motorista ed il suo lavoro lo portava spesso lontano dalla famiglia, anche per alcuni mesi, quando, in mezzo al deserto, doveva provvedere alla manutenzione dei macchinari usati per le escavazioni petrolifere. Quelli non erano per me momenti facili: rimanevo sola con i bambini, ma cercavo sempre di organizzarmi al meglio e di farmi coraggio. Quando la mia secondogenita si ammalò di una brutta e ostinata tosse convulsa, la portavo a respirare l'aria marina passeggiando avanti e indietro lungo quel magnifico lungomare di Tripoli, disseminato di palme, che, se chiudo gli occhi, mi sembra ancora di vedere.

La vita scorreva per noi tutto sommato

tranquilla, quando, verso la fine degli anni sessanta, tutto cominciò a peggiorare.

Con l'avvento del regime del colonnello Gheddafi, nacquero infatti, per noi italiani, problemi di vario genere: difficoltà lavorative, sfratti dalle case popolari che abitavamo, una situazione generale di isolamento. Come tutti i nostri connazionali anche noi venimmo



alla fine espulsi da quel Paese, che avevamo ormai imparato ad amare e che, nel bene e nel male, avevamo anche contribuito a migliorare, ma nel quale eravamo ormai considerati solo come ospiti abusivi.

L'11 settembre del 1970 ci imbarcammo su un aereo diretto in Italia con un solo bagaglio ammesso di 20 chili a testa.

Di tutti i nostri conoscenti del posto, solo un operaio arabo che lavorava con mio marito, sfidando per questo anche brutte conseguenze personali, ci venne ad accompagnare all'aeroporto. Quando ci salutammo, avevamo tutti gli occhi lucidi.

Arrivata in Italia, gli ho scritto una cartolina, ma non ho mai ricevuto risposta. Chissà come è stata la sua vita da quel momento in poi: certamente anche per lui, come per noi, si è aperta da quel momento una nuova pagina di storia.

Grazia Cannone



A RIDOSSO DELLA LINEA GOTICA

Da Lama Mocogno a Vitinia

Sono nata e ho vissuto la mia giovinezza in un paesino dell'Appennino modenese, Lama Mocogno, che, come molti altri paesi della zona, che allora si trovava a ridosso della famosa linea gotica, ha conosciuto i giorni spaventosi dell'occupazione tedesca e della guerra partigiana, soffrendo per due lunghi anni pene di ogni genere, che hanno lasciato segni indelebili nei nostri ricordi.

Ricordo che, ragazza di poco più di vent'anni, volendo salvare il mio corredo dalle continue razzie cui veniva sottoposta la popolazione del posto, decisi di sotterrarlo in una cassa, come un oggetto prezioso, in una profonda buca scavata in corrispondenza di un sottoscala.

Alla fine della guerra, tutta contenta di essere riuscita nel mio intento, corsi subito a recuperarlo, ma quanta delusione provai e quanto piansi amaramente quando mi accorsi che l'umidità del terreno aveva praticamente distrutto il mio tesoro di sposina...

Mi ero infatti sposata nel 1942, quando mio marito, combattente in Albania ed in Grecia, tornò a casa vivo per miracolo dopo essere stato gravemente ferito da un fianco all'altro.



Il giardino dei Giusti a Gerusalemme

Ottenne per questo, come invalido di guerra, un impiego presso gli uffici del Comune, dove venne addetto alla distribuzione delle tessere annonarie.

Pensare che proprio in quel periodo lavorava, come impiegato all'ufficio anagrafe dello stesso nostro Comune, un

certo Antonio Lorenzini che, grazie al fatto di poter accedere a carte di identità in bianco e a timbri originali, realizzava documenti falsificati, con i quali riuscì a salvare la vita di giovani militari - sia cadetti dell'Accademia militare di Modena sia soldati allo sbando, che rischiavano di essere arrestati - ed anche di una famiglia ebrea che si salvò così dalla deportazione.

Per questo impegno disinteressato, quel collega di mio marito ha ricevuto da Gerusalemme l'alta onorificenza dei Giusti tra le nazioni.

È consolante pensare che, persino in quei momenti terribili, in cui l'odio e la violenza si scatenavano anche tra fratelli italiani, c'erano persone che mantenevano viva la fiammella della compassione e della solidarietà.

Quando la guerra finì e venne per tutti noi il momento di rialzarci in piedi, e di ripartire per la ricostruzione delle nostre vite e del nostro Paese, si impose per molte famiglie il momento delle scelte.

Diciamo che la nostra scelta fu, per molti versi un po' "controcorrente": mio marito decise infatti, forte di quel po' di esperienza maturata negli uffici del Comune del nostro paesino, di partecipare ad un concorso per agenti di polizia municipale del Comune di Roma.

Quindi anche noi affrontammo l'avventura dell'emigrazione... ma un po' alla rovescia: dal nord al sud invece che al contrario e, piuttosto che verso i cancelli di una grande fabbrica, verso il portone di un Palazzo romano.

Era il 1949 quando mi sono trasferita a Roma insieme a mio marito, precisamente a Vitinia, che allora era praticamente aperta campagna.

Lo stacco rispetto alla mia vita precedente fu enorme: da un piccolissimo centro dall'orizzonte limitato alla

grande città; dalla cerchia ristretta dei parenti ed amici di sempre ai nuovi colleghi di mio marito e vicini di casa che parlavano con accenti e dialetti mai sentiti prima. Però posso dire di essermi ambientata subito bene, come prova il fatto che, poco dopo il nostro arrivo, la nostra casa fu invasa un giorno a pranzo... da sette vigili urbani con rela-



tive mogli, invitati orgogliosamente da mio marito ad assaggiare le mie specialità dell'Appennino modenese: lasagne verdi e fagioli all'uccelletto.

Furono anni di duri sacrifici, ma anche di grande entusiasmo e fiducia in un domani migliore.

Il risultato di tante fatiche e rinunce è stata la realizzazione di una casetta tutta nostra che, nel tempo, siamo riusciti addirittura ad ampliare fino a tre piani. Oggi io vivo ancora al primo piano di quella casa e mia figlia al piano di sopra.

Ho aiutato con gioia i miei due nipoti a costruirsi il loro futuro grazie al ricavato della vendita dell'appartamento a piano terra.

È soprattutto a loro, come a tutti i giovani del nostro Paese, che auguro con tutto il cuore di non perdere mai quell'energia ed ottimismo che, anche nei momenti più difficili, mi hanno sempre sostenuta nella vita.

Anna Torelli



UN EROICO ZIO

Un episodio della Resistenza

Sono una vera “romana de Roma”, nata a Testaccio nel 1924.

Anche i miei genitori erano romani. La madre di mio padre, nato e vissuto, prima di sposarsi, nel cuore di Trastevere, è stata addirittura insignita dei sette scudi, un riconoscimento in denaro che veniva attribuito alla nascita, insieme ad un diploma, ai romani di sette generazioni.

Lo scudo era una moneta dello Stato pontificio, che rimase in circolazione fino a pochi anni prima della fine del potere temporale del Papa, avvenuta, il 20 settembre del 1870, con l'ingresso dei bersaglieri a Porta Pia e la proclamazione di Roma capitale del Regno d'Italia. Quindi la mia nonna paterna doveva essere nata più o meno intorno agli anni '60 del XIX secolo...!

La ricordo bene quella mia nonna ed ogni tanto mi trovo ancora a pensare a lei: era piccola, minuta nei lineamenti del viso, buona e paziente.

Se chiudo gli occhi vedo ancora una scena di tanti anni dopo, del tempo di guerra a Roma, quando vivevamo la paura dei bombardamenti (che causarono infatti una strage memorabile al quartiere San Lorenzo): ogni volta che si levava il suono agghiacciante della sirena di allarme e tutti dovevamo correre al riparo dei rifugi sotterranei, mia nonna, ormai molto anziana e non più in buona salute, veniva portata in braccio, da noi familiari, come una bambina indifesa. Tutta la mia famiglia, che si era fatta assai numerosa, abitava nella zona dell'ex Mattatoio, vicino ai vecchi mercati generali di Roma. Vivevamo tutti insieme: nonni, mamma e papà, noi sei fratelli, ed uno zio materno, non ancora sposato.

La vita a quei tempi non era certo facile e noi ragazzi, man mano che ci facevamo grandi, contribuivamo tutti, in qualche modo, a sbarcare il lunario. Io ed un mio fratello, armati di cesta sulle spalle, caricavamo la frutta e la verdura che mio padre trasportava, sul cavallo, dai mercati generali, per venderla poi in un banco del mercato di Testaccio. Una mia sorella, bravissima a cucire, ebbe poi la fortuna di entrare a far parte della famosa sartoria delle sorelle Fontana.



Un'altra mia sorella, dotata artisticamente, si appassionò alla tessitura degli arazzi, attività che continuò a svolgere con grande soddisfazione anche quando, in seguito, sposato un americano, si trasferì dall'altra parte dell'Oceano.

Accennavo, nel ricordo dei miei familiari, a zio Salvatore.

Ai miei occhi di bambina quello zio appariva solo tanto triste e sfortunato: non avrei mai immaginato che sarebbe entrato a far parte della storia della opposizione al regime fascista e della resistenza alla occupazione nazista della città di Roma, meritando persino una lapide di marmo commemorativa nel cortile dei mercati generali, intitolata a lui, Salvatore Petronari, insieme ad un martire delle Fosse Ardeatine.

Aveva studiato da solo fino a raggiungere una certa preparazione e cultura tanto da essere soprannominato “l'av-

Da sempre socialista, aveva subito aderito, fin dalla sua fondazione nel 1921, al Partito comunista italiano di Antonio Gramsci.

Nell'ottobre del 1922, insieme a cinque compagni, era stato tra i pochi ad opporsi ai fascisti che entravano in Roma, accogliendo a fucilate e fermando per oltre due ore, all'altezza della Batteria Nomentana, una colonna di camicie nere. Per questo era spesso fermato per controlli e le perquisizioni, a casa nostra, si ripetero più volte.

Mi ricordo, in particolare, di una volta che, nella camera dove dormivo insieme ai miei fratelli, venni svegliata di soprassalto dal rumore provocato dai cassetti del comò che venivano scaraventati per terra da due militari in divisa, alla ricerca, probabilmente, di materiale di propaganda vietato.

Dovevo essere ancora molto piccola, perché la cosa che più mi spaventò, di tutta quella scena drammatica... furono i due cappelli neri dei militari, da cui, nella foga dei movimenti concitati, fluttuavano minacciose due grosse frange. Mio zio, che durante la guerra era stato poi arruolato come granatiere, l'8 settembre del '43 combatté a Porta San Paolo armato di moschetto, per difendere la città dai tedeschi, e, nei mesi successivi, fu uno degli animatori dei Gruppi partigiani di azione patriottica. Arrestato a fine dicembre dello stesso anno in seguito alla delazione di una spia, fu rinchiuso nel carcere di via Tasso e torturato.

Condannato a morte dal Tribunale militare di guerra tedesco, venne fucilato a Forte Bravetta il 20 gennaio del '44.

Così anche la piccola storia della mia



Forte Bravetta negli anni quaranta

vocatino” per la fluida parlantina che sciorinava nei ragionamenti e nei discorsi.

famiglia è entrata a far parte della Storia con la esse maiuscola dell'Italia

Angela Sellati

Anzianità

L'ANZIANO NEI SECOLI / 6

Siamo ormai al Novecento. Cerchiamo ora di capire come è cambiata la condizione degli anziani nel ventesimo secolo e nei primi anni di questo terzo millennio.

Non esiste alcun dubbio sul fatto che la situazione degli anziani abbia subito delle sostanziali variazioni rispetto alle condizioni dei secoli precedenti, anche in virtù delle modificazioni sopravvenute nella struttura sociale e dei supporti, organizzativi ed economici, che, sia pure con i limiti a tutti noti, il consorzio umano riesce ormai ad assicurare loro, quanto meno nei paesi più evoluti.

Ma cosa è, e come si manifesta l'anzianità a partire dagli albori del secolo ventesimo? La nota scienziata Rita Levi Montalcini nel suo libro "L'asso nella manica a brandelli", sostiene che nella specie umana l'anzianità assume da sempre aspetti più vistosi, rispetto agli altri esseri viventi, per tre principali motivi: la maggiore lunghezza della vita, il progressivo degrado degli organi, il rifiuto dell'anziano da parte della società.

Quest'ultimo aspetto peraltro, secondo un'altra autrice che abbiamo avuto modo di conoscere nelle precedenti puntate (S. De Beauvoir), sarebbe invece un dato ricorrente fin dall'inizio delle comunità. Assunto questo contestato dalla Montalcini, la quale rammenta come nella famiglia patriarcale, in epoche e paesi diversi, l'anziano fosse considerato il capo autoritario ed il testimone della cultura e della tradizione (privilegi probabilmente limitati, peraltro, agli esponenti di famiglie benestanti e facoltose): condizione questa che si è andata progressivamente esaurendo.

Nell'epoca attuale, aggiunge sempre la Montalcini, il vertiginoso sviluppo scientifico e tecnologico ha tramutato una società prevalentemente statica in una società altamente dinamica, con conseguente tendenza ad emarginare di fatto l'anziano il quale, secondo il pensiero comune, sarebbe carente di conoscenze ed esperienze che possano risultare utili alle nuove generazioni. E questo indurrebbe negli anziani il timore del rifiuto da parte della società, timore che gli anziani stessi tentano a volte di esorcizzare con patetici tentati-



vi di mascherare lo scorrere del tempo attraverso il ricorso ad interventi restaurativi.

Viene cioè incoraggiato prevalentemente il ricorso ad una vita sana e sportiva come unico antidoto ai mali che affliggono l'anziano. A tale riguardo la scienziata aggiunge però che, pur riconoscendo l'importante ruolo della salute nell'intero ciclo vitale, occorre tenere presente che lo "stare bene" di ogni individuo non è legato soltanto al benessere fisico, ma anche, e forse soprattutto, all'uso adeguato delle attività connesse all'organo cerebrale.

La società attuale tende ad esaltare il profitto e l'efficienza: chi, come l'anziano, non è più in grado di produrre diventa automaticamente un peso per la società stessa.

Al riguardo la Montalcini precisa: "È l'uomo di questa società che ha creato la vecchiaia, ma esiste un antidoto: essere consapevoli delle formidabili capacità cerebrali in nostro possesso. L'uso costante di queste capacità, a differenza di quanto avviene per tutti gli altri organi, non ne provoca il logorio. Ne rafforza invece, durante l'anzianità, le qualità rimaste inesprese nel vortice delle attività esplicate nelle fasi precedenti del percorso vitale".

E se lo dice una scienziata Premio Nobel, che ha già raggiunto i centodue anni, ci possiamo credere.

Ricorda inoltre la Montalcini che lo stesso Cicerone, vissuto un secolo prima della nascita di Cristo, nel saggio

"De Senectute", parlando dell'anzianità osserva: "La vita segue un corso preciso, arricchisce ogni età di qualità proprie.

È per questo che la debolezza dei bambini, la foga dei giovani, la serietà degli adulti, la maturità degli anziani sono caratteristiche naturali e vanno apprezzate ciascuna a tempo debito... In verità, quando la vecchiaia consente di assolvere agli stessi compiti che assolverebbero in gioventù, certamente riesce a farlo anche meglio.

Non sono la forza, l'agilità fisica o la rapidità che consentono le grandi imprese; sono piuttosto altre qualità come la saggezza, la lungimiranza ed il discernimento: qualità di cui non solo la vecchiaia non è priva, ma che, al contrario, essa può ampiamente sfruttare".

Oggi tali concetti sono suffragati da conoscenze scientifiche aggiornate.

E allora, cari anziani, per alleggerire il peso dell'inevitabile, progressivo declino fisico una possibilità esiste; facciamo funzionare il più possibile quell'organo che resta perennemente giovane: il cervello!

Nel "Giulio Cesare" di Shakespeare, il condottiero dice al suo pupillo: "ricordati, caro Bruto, che il nostro destino non è nelle stelle ma in noi stessi".

Come vedete il pensiero viene da lontano...ragazzi, cerchiamo di ricordarcene!

E.A.

Un occhio su internet

SOSPENSIONE DA SCUOLA?

Un' occasione per avvicinare gli anziani

La sospensione da scuola occasione per dormire fino a mezzogiorno, guardare la tv per un'intera giornata e la sera giocare alla PlayStation?

Per gli studenti dell'Istituto superiore 'Caduti della direttissima' a Castiglione dei Pepoli, un Comune del bolognese, non funziona più così.

La direzione scolastica, d'intesa con gli psicologi, ha infatti deciso di inaugurare un'alternativa all'ormai 'desueta' punizione spedendo gli studenti che hanno ecceduto nei loro comportamenti scolastici ad aiutare gli anziani per tre giorni, quanto dura, di solito, la sospensione.

E così, dagli inizi dell'anno, a ricevere la visita di una decina di ragazzi sono stati gli ospiti del pensionato San Rocco di Camugnano, distante una decina di chilometri dalla scuola.

Gli studenti hanno partecipato alle attività della struttura, coordinati e supervisionati da due animatrici della struttura stessa.

Hanno collaborato all'organizzazione e alla realizzazione delle attività di animazione come le feste di compleanno, i canti corali e i lavori manuali.

Hanno inoltre assistito alle svariate attività che si svolgono giornalmente: da quelle assistenziali ed organizzative alla distribuzione dei pasti.

Ma gli studenti hanno anche avuto modo di capire più da vicino la sofferenza di chi, per l'età avanzata o qualche malattia, fa i conti con l'handicap.

Un toccare con mano la sofferenza, una parola di cui, molto spesso, non conoscono fino in fondo il significato.

È stata un'iniziativa che ha avuto un riscontro molto positivo e che verrà riproposta l'anno prossimo, anche perché ai ragazzi è servita veramente; è stata anche l'occasione, per i ragazzi, di riscoprire le proprie radici e per gli anziani un momento di



Una festosa collaborazione

socialità positiva e di consapevolezza di essere ancora utili per il contesto che li circonda.

G.B.

LINGUE STRANIERE PER PROTEGGERE IL CERVELLO

Una ricerca della York University di Toronto (Canada) ha dimostrato che le persone che nel corso della vita parlano fluentemente e quotidianamente due lingue hanno una maggiore probabilità di ritardare di alcuni anni l'insorgenza di alcune forme di demenza come il morbo di Alzheimer.

Da tempo è noto che una buona circolazione sanguigna nei vasi del cervello è un fattore chiave nella prevenzione delle malattie degenerative del sistema nervoso. Secondo i ricercatori un'attività cerebrale intensa come quella necessaria a comprendere e a parlare due lingue straniere assicurerebbe un miglior afflusso di sangue al cervello ma anche un corretto funzionamento delle connessioni nervose che, grazie all'esercizio, si manterrebbero così "ben oliate" per diversi anni.

La ricerca condotta da Ellen Bialy-

stok ha preso a campione, tra il 2002 e il 2005, 184 pazienti anziani che mo-



stravano i primi segni di demenza. Di questi 91 parlavano solo la loro lingua madre, mentre 93 ne parlavano correntemente anche un'altra. Confrontando i

due gruppi, i ricercatori hanno potuto rilevare che l'età media di insorgenza dei sintomi dell'Alzheimer è di 75,5 anni nei bilingui contro i 71,4 nei soggetti che parlavano una sola lingua.

«La differenza» - affermano i ricercatori a prova del ruolo benefico della seconda lingua - «rimane pressoché identica anche al modificarsi di alcune variabili del campione di anziani esaminati, come il livello di istruzione, la cultura di provenienza, la professione ed il sesso».

Ma gli scienziati, che stanno già pensando ad altre ricerche per approfondire le cause alla base del fenomeno, mettono in guardia: lo studio non dimostra solo che parlare correntemente più lingue previene l'Alzheimer, ma piuttosto che l'esercizio costante del cervello in generale è in grado di ritardare l'insorgere di alcune patologie degenerative.

G.B.

L'angolo del lettore

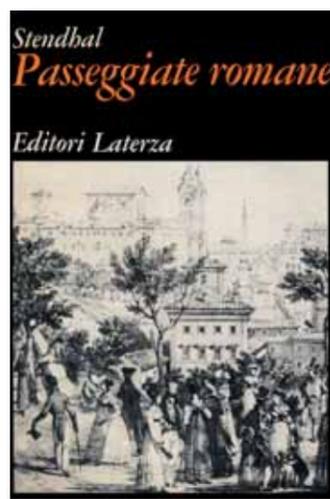
RECENSIONE: "Passeggiate Romane" di Stendhal

In un periodo in cui le librerie non abbondano certo di fenomeni editoriali, diventa quasi obbligatorio tornare, per trovare buone letture, ai classici. Poiché negli ultimi tempi sono stati illustrati ai nostri anziani alcuni monumenti ed opere d'arte di Roma, abbiamo pensato a quel grande libro sulla Città Eterna, che è "Passeggiate romane" di Stendhal, famoso autore francese dell'inizio dell' '800, noto soprattutto per "Il rosso e il nero" e "La certosa di Parma". In futuro poi potremo consigliare altre pubblicazioni su Roma, molte delle quali sono assai interessanti e piene di aneddoti. Quelle di Stendhal sono vere e proprie passeggiate che forniscono

flessioni e commenti sulla nobiltà e sul popolo, sugli usi e costumi, sulla situazione politica e sociale.

Abbiamo tratto alcuni brani da un'eccezionale recensione di Alberto Moravia, il quale a un certo punto si chiede quali cose Stendhal, se oggi venisse a Roma, troverebbe cambiate e quali immutate. La risposta è che, a parte ovviamente sventramenti e trasformazioni iniziati dal fascismo in poi, le novità di Roma non sconcerterebbero più di tanto lo scrittore così come queste non intaccano quella che è la caratteristica principale dei romani, l'indifferenza.

"Convinto di stare in una città eterna, in cui tutto è transitorio, il romano è sem-



...*"Ci si annoia talvolta a Roma il secondo mese di soggiorno, ma giammai il sesto, e, se si resta sino al dodicesimo, si è afferrati dall'idea di stabilirvisi"...*
Stendhal, *Passeggiate romane*, 1829

una descrizione esauriente e minuziosa della capitale degli Stati Pontifici (il libro è del 1827) ad uso di quei francesi che vi si recheranno dopo di lui.

Ma, come è nello stile dell'autore, non è soltanto un elenco e descrizione di monumenti e antichità, ma anche ri-

pre piuttosto spettatore che attore; e la sua partecipazione consisterà pur sempre nel guardare, cercare di capire, poi fischiare o applaudire secondo i casi e, alla fine tornarsene a casa, in seno alla famiglia, eterna anche questa".

Insomma non è un libro da leggere di

corsa ma da gustare piano piano per scoprire, con la brillante scrittura dell'autore ed il suo piacere di raccontare, alcuni dei mille segreti della nostra fantastica città in un periodo ormai scomparso.

Giacomo Predassi

CHE FACCIÒ?

Dottori, professori, certo senza sarebbe un ber problema: ma si un giorno che nun t'aspetti t'esce 'na sentenza te senti cascà er monno tutt'attorno

Che faccio, mo' 'ndo vado, che farò? sto dramma mio chi lo potrà sanare? io cerco de sta carmo, ma però me pare de sta solo in mezzo ar mare

Che dico ai mia, mo' che notizie porto si la scienza nun po', che posso io da solo, senza mezzi né conforto... posso scrive 'na lettera ar bon Dio



Poi penso: certamente Iddio m'aiuta e m'accompagna pe' la strada mia... ma io nun posso fa' 'na scena muta devo lottà: qualunque cosa sia

E.A.

FACCIAMOCI DUE RISATE

Sei già tornato dalle vacanze? Ho sentito che dove sei stato in vacanza c'era un'aria molto buona. E come no? Pensa che per inaugurare il cimitero hanno dovuto ammazzare due turisti di passaggio!

Senti, hai qualcosa per i capelli bianchi? Il massimo rispetto!

Pensa che, secondo una recente statistica, ogni volta che io respiro nel mondo c'è una persona che muore. Caspita, che alito schifoso che ti ritrovi!

Sotto il sole di Roma. Pubblicazione trimestrale edita dall'Associazione Alberto Sordi Onlus
Sito internet: www.associazionealbertosordi.it E-mail: editoria@associazionealbertosordi.it - Autorizzazione del Tribunale di Roma n.416 del 3/10/2003.
Spedizione in abbonamento postale Roma (comma 2 art.1 Decreto legge 24/12/2003, n.353)
Direzione e redazione: via Alvaro del Portillo 5, 00128 Roma. Tel 06225416805
Direttore responsabile: Stefano Grossi Gondi - Segreteria di redazione e grafica: Valentina Grilli
Stampa a cura della tipografia: Graphein Servizi Srl - Via della Magliana, 1102 - 00148 Roma - Finito di stampare nell'ottobre 2011