

## IL TEMA

«Benessere integrale» per la terza e quarta età È la proposta in vista della festa di domenica prossima

# Più sani, più digitali, più smart Dopo il Covid i nonni ripartono

## AL VIA CAMPAGNA OMS

## Tra gli over 65, uno su tre ha problemi di udito Prevenzione fondamentale

Salute, per un anziano, vuole dire anche «sentirci bene». L'udito è infatti uno dei cinque sensi da cui dipende la propria socialità. Ed è spesso sottovalutato: il 54% degli italiani non si è mai sottoposto a un controllo dall'otorino e fra coloro che hanno un deficit dell'udito, solo il 25% utilizza l'apparecchio acustico. Eppure nel nostro Paese oltre 7 milioni di persone (il 12,1% della popolazione) soffrono di problemi uditivi, 1 su 3 nella fascia degli «over 65». Per questo da tredici anni la Onlus Udito Italia, promuove la campagna «Nonno Ascoltami! - L'ospedale in piazza» sostenuta dall'Oms e dal Ministero della Salute. L'edizione 2022 è partita il 18 settembre e si concluderà il 23 ottobre: ogni domenica in 30 piazze dello Stivale medici specialisti e tecnici dell'udito, coadiuvati dai volontari dell'associazione e della Croce Rossa, sono a disposizione dei cittadini per l'intera giornata. «Così accendiamo i riflettori sull'importanza della prevenzione dei disturbi uditivi avvicinando la sanità alla gente» commenta Valentina Faricelli, presidente di Udito Italia. Durante la campagna, nelle piazze ci saranno anche i volontari digitali che risponderanno alle domande dei nonni su smartphone, computer, app, social network, Spid, grazie alla collaborazione con specialisti in tecnologie informatiche. Ad accompagnare l'evento, anche un appuntamento in live streaming, «la piazza in diretta», per approfondire i temi della salute uditiva anche con medici e ospiti in studio che risponderanno alle domande in diretta. Info: <https://uditoitalia.it/cosa-facciamo/campagne-di-sensibilizzazione/nonno-ascoltami>.

## FULVI FULVI

Un anziano in salute è una risorsa per la società. Corpo e mente sani servono al «senior» per avere maggiore fiducia in se stesso, continuare a sostenere la famiglia e diventare parte attiva della comunità in cui vive. E il «benessere totale» dei nonni deve essere dunque al centro dell'attenzione anche domenica prossima, 2 ottobre, nel giorno della loro festa.

Con l'aumento della popolazione «over 65» nei prossimi anni non si potrà più fare a meno dell'apporto di esperienza del nonno e della sua capacità di ascoltare, consigliare, fare cultura, tramandare usi, costumi e tradizioni. È necessario quindi favorirne per quanto possibile il mantenimento dell'autosufficienza e della qualità della vita affinché l'anziano possa rapportarsi agli altri e «mettersi in gioco» in prima persona. Un «problema»,

quello della salute degli anziani, che in Italia riguarda più di 13 milioni di cittadini (il 23% della popolazione totale). «Gli anziani hanno sempre avuto voglia di fare, di essere attivi, di crearsi delle prospettive, e dopo l'esperienza del Covid, con tutte le restrizioni dovute all'emergenza sanitaria, abbiamo notato che questa tendenza è più accentuata», spiega Elvia Raia, presidente di Federcentri di Senior Italia, che raggruppa circa 300 realtà so-

cio-ricreative, culturali e formative dedicate alla terza età. «C'è una reazione a quello che è accaduto con la pandemia - prosegue Raia -, nella quale gli anziani sono stati considerati prima degli «untori» e poi costretti a chiudersi da soli in casa senza poter accudire più i nipoti: ora c'è tanta voglia di ripartire, di andare in vacanza ma anche di curarsi e fare prevenzione per stare bene in futuro». Perché la solitudine di-

strugge e non bisogna trascurare anche le altre «esigenze dell'anima». La passeggiata da sola (e da soli) non può bastare. «La socializzazione infatti è fondamentale - precisa la presidente di Federcentri -, per questo è aumentata da parte degli anziani la voglia di partecipare a incontri culturali aperti alle altre generazioni, a spettacoli di teatro, gite, viaggi e «mangiate» con gli amici che non sono assolutamente marginali, anzi». I rapporti da recuperare e «cose da fare» per ottenere un po' di felicità dopo tante rinunce e i dolori della vita. «E anche in vista di altri sacrifici che tutti dovremo affrontare, come l'aumento delle bollette e del costo della vita dovuto alla crisi energetica prevista nei prossimi mesi a causa della guerra in Ucraina» precisa Elvia Raia.

Ma il lockdown ha fatto venire fuori un'altra sfida per gli «over 65», quella dell'uso dei nuovi strumenti digitali. «Un nonno deve imparare a collegarsi a WhatsApp, a chiedere lo Spid per accedere alla documentazione sanitaria, deve saper partecipare a video-conferenze e a usare bene i social e il computer - dice la rappresentante di Senior Italia - perché quello che prima tanti rifiutavano adesso è diventata un'esigenza vitale».

Prioritaria resta però la salute fisica che può essere garantita solo con una attenta prevenzione delle malattie, geriatriche e non. «E bisogna sempre considerare che, anche chi è in buona salute, autonomo e capace di organizzarsi, può avere degli acciacchi dovuti all'età - afferma Antonio Magi, segretario generale del sindacato dei medici ambulatoriali (Sumai) - e va detto poi che, a parte casi di invecchiamento precoce, oggi dobbiamo parlare anche di «quarta età», perché un 70enne in forma non sempre può dirsi anziano, almeno nell'accezione comune, e inoltre crescono statisticamente i bisnonni con figli ultrasessantenni che li accudiscono e curano».

Come fare allora per assicurare la buona salute ai nostri nonni? E qual è il ruolo dei medici specialisti? «Noi possiamo dare una mano ma i nostri anziani, soprattutto quelli che vivono da soli, purtroppo devono fare i conti con l'assurda burocrazia che attanaglia il Servizio sanitario nazionale» risponde il dottor Magi. Si tratta infatti di farsi fare l'impegnativa dal medico di famiglia, prenotare una visita (online o a uno sportello), recarsi in uno specifico ambulatorio che magari è dall'altra parte della città. Operazioni non facili, nelle metropoli come nei centri di periferia. «È necessario, oggi più che mai, potenziare i servizi domiciliari e quelli sul territorio - spiega il segretario del Sumai - ma rimane l'oggettiva difficoltà, per un paziente anziano, di trovare il medico di riferimento che lo prenda in carico, tenendo conto che spesso si ha a che fare con più patologie croniche: un anziano, infatti, può essere iperteso e magari vedere male e allora ha bisogno di un oculista e di un cardiologo...». Gli specialisti però in Italia mancano. «Ce ne vorrebbero 30mila in più e ben distribuiti sul territorio nazionale, in base alla popolazione delle singole regioni» commenta Magi. L'altra necessità, infine, è la creazione diffusa negli agglomerati urbani di quartieri «dedicati» alla socialità, dove gli anziani possono condividere con gli altri servizi, negozi, luoghi di divertimento, occasioni di impegno.



## «Ascoltare le storie degli anziani»

Un ponte tra Italia e Olanda per ricordare in modo originale il prezioso ruolo degli over 70. L'iniziativa è di Charles Lansdorp

## MARIA CRISTINA GIONGO

I nonni sono una ricchezza, sono una parte delle nostre radici; i nipoti sono i nuovi, teneri germogli che arricchiscono l'albero, la siepe, la terra in cui sbocciano, bellissimi fiori. Il professor israeliano Haim Omer, docente di psicologia all'Università di Tel Aviv, un'autorità internazionale che ha studiato un diverso approccio psicologico di comunicazione «non violenta» con i propri figli, anche in situazioni conflittuali, autore di libri tradotti in più lingue (anche in italiano, fra cui «Genitori coraggiosi») ha definito i nonni «un fantastico appoggio familiare». Secondo lui, anche nei periodi difficili dell'adolescenza, dovrebbero essere coinvolti nella loro educazione, quale «sostegno indispensabile e di equilibrio nel rapporto parentale». Eppure quando i nonni, gli anziani, non «servono più» spesso (ma per fortuna non sempre), vengono lasciati soli a consumarsi nella loro... solitudine. Per questo motivo Charles Lansdorp, olandese che abita in Italia, ha fondato la Felini Foundation, con lo scopo di rendere onore ai nonni, e non solo. Ho voluto intervistarlo di persona, attratta dalle sue importanti iniziative, dal racconto del suo incontro con papa Francesco e la collaborazione con la fondazione Don Gnocchi; sempre in viaggio fra... Italia e Olanda, un Paese dove è stato proprio lui ad importare la festa dei nonni. E a proposito di germogli e di fiori, anche su questo punto ha tanto da raccontarci.

**Dottor Lansdorp, entriamo subito in tema. Le dico due parole: nonni e fiori. Continui lei...**

Nonni e fiori mi ricorda una poesia scritta da un bambino delle elementari, dedicata ai suoi nonni: «i nonni coraggiosi come una margherita in mezzo alle rose», «i nonni vivaci come tulipani appena aperti», «i nonni felici come papaveri nel prato», «i nonni unici insostenibili». Lei è fondatore del Felini Foundation, di che cosa si tratta? La Felini foundation è una fondazione con l'obiettivo di connettere le generazioni. Organizziamo diversi eventi e attività in cui i fiori e le piante ricoprono un ruolo preminente. Il nostro intento è di creare relazioni durature con l'aiuto di fiori e piante coltivati in modo sostenibile. Oggi, la Felini foundation è attiva in diversi Paesi europei ed è promotrice della Festa dei Nonni. So che avete scritto una bella favola sui nonni uscita in



Charles Lansdorp con papa Francesco

## L'INCONTRO

«Sono stato inviato in Italia dall'Ufficio olandese dei fiori alcuni anni fa e sono rimasto qui» Profonda sintonia con papa Francesco per la rinnovata attenzione ai nonni

italiano ed in olandese. Oltre ad un cd con un'intensa canzone su di loro.

La favola è nata dalla collaborazione con la Fondazione Don Gnocchi. Dopo uno spettacolo fatto dai nostri Felini (i bambini della nostra scuola di musical) per la Festa dei Nonni, la responsabile dell'animazione Claudia Lucato ha richiamato la mia attenzione sul fatto che la Festa dei Nonni è certamente una grande iniziativa, ma che ci sono anche nonni che non hanno nipoti e non ricevono visite in questa occasione. Questa favola dimostra che la Festa dei Nonni è una celebrazione di tutti gli anziani perché ognuno di loro ha una storia da raccontare che le giovani generazioni amano ascoltare.

**Lei è nato in Olanda, come mai si è trasferito in Italia e quando?**

Nel 2000 mi sono trasferito in Italia con la mia famiglia. L'Ufficio Olandese dei Fiori, per il quale lavoravo all'epoca, mi ha chiesto di andare in Italia per promuovere le esportazioni e per rispondere alla crescente domanda di fiori e piante. Una delle iniziative sostenute dall'Ufficio Olandese dei Fiori era un progetto educativo sui fiori e sulle piante rivolto alle scuole, in cui la Festa dei Nonni rappresentava una parte importante.

**Ci racconti del suo incontro con papa Francesco.**

Un altro progetto in cui sono coinvolto è la decorazione floreale in occasione della Pasqua a Roma. Un progetto iniziato nel 1985 a seguito della beatificazione del sacerdote olandese Tito Brandsma. Ho incontrato papa Francesco dopo la Messa di Pasqua, quando ci ha ricevuti per un'udienza. Papa Francesco dedica molta attenzione alle vecchie generazioni e ci chiede di non dimenticarle. Nel 2014 abbiamo donato dei fiori per una celebrazione speciale dei nonni. Anche in occasione della Giornata mondiale degli Anziani lo scorso anno erano presenti i fiori della Felini foundation. Papa Francesco ha istituito questa ricorrenza per chiedere un'attenzione speciale per la solitudine degli anziani, soprattutto in estate, quando le famiglie vanno in vacanza e molti anziani restano in città.

**Il 2 ottobre ad Almere, in Olanda, si terrà la Festa dei nonni organizzata da lei a Floriade, esposizione mondiale di orticoltura e frutticoltura. Può anticipare il programma della giornata, per gli italiani turisti e per quelli nei Paesi Bassi che vorranno partecipare con i loro nipoti?**

La Festa dei Nonni alla Floriade promette di essere una giornata particolarmente bella e speciale e sarà celebrata nel Padiglione Italia con tanti fiori e sorprese. Per la nostra fondazione è straordinario poter celebrare questa festa nei Paesi Bassi nel padiglione italiano insieme all'ambasciatore italiano Giorgio Novello. La giornata si aprirà con la Messa, che sarà celebrata in lingua italiana e olandese appositamente per la Festa dei Nonni nella chiesa di San Bonifacio di Almere. Quel giorno spero di poter salutare molti nonni e nipoti, anche italiani.