



Caritas
Ambrosiana

Anzianità e prospettive di benessere

***(ovvero come prevenire
il disagio senile)***

FOREVER GREEN

*Se, sull'autobus, riesci
a non far balzar su
chi ti vorrebbe
cedere il posto,
è che il tuo viso,
scuotendo la testa,
sorride ancora al cospetto
di un estraneo.
Se il tuo giardino
non ha ancora
una foglia gialla,
vuol dire che le tue mani
non tremano ancora troppo,
quando l'innaffi.
Se dormendo sogni
la neve o i flutti del mare...
Vai avanti così, nonna!*

*(poesia ispirata da una bella "vecchietta"
incontrata sull'autobus - Monica Teresa Vitelli)*

Al servizio di una vecchiaia feconda

Dopo l'anno dedicato alla lotta alla povertà e quello destinato alla promozione del volontariato, l'Unione Europea ha posto l'attenzione per questo 2012 sul tema dell'*invecchiamento attivo e della solidarietà tra le generazioni*. Provvidenzialmente l'Europa, attraverso questi temi annuali, ci mette nelle condizioni di approfondire argomenti che appartengono al nostro vissuto di Caritas e di farlo all'interno di un orizzonte internazionale, consapevoli che ormai non si potrà più affrontare alcuna questione sociale senza allargare il nostro sguardo oltre confine.

Da sempre Caritas Ambrosiana ha fatto del mondo degli anziani una sua "area di bisogno" con l'idea che "il compito di ciascuno di noi, di fronte alla vecchiaia che incalza, non è prevederla bensì prepararla" (E. Bianchi). Ci occupiamo di invecchiamento prima di tutto preoccupati di diffondere all'interno delle nostre comunità cristiane sensibilità, attenzione e fantasia, secondariamente con gli occhi di enti che gestiscono strutture in convenzione con il pubblico.

La questione culturale è tanto urgente quanto l'aumentare dell'età media delle nostre popolazioni.

Non ci sono dubbi sul fatto che mai come in questa stagione l'aspettativa di anni di vita sia cresciuta. L'assenza di guerre, i progressi della medicina e della tecnologia, il miglioramento delle condizioni di vita delle persone, hanno posto le premesse per un significativo aumento della popolazione anziana. Con alcune impegnative conseguenze: la tendenza a posticipare l'età della pensione e il graduale ridursi dei servizi del welfare. Conseguenze che possiamo però leggere anche in termini ambivalenti. Se consideriamo le

positività notiamo che la situazione che viviamo ci permette di continuare a riconoscere il ruolo sociale degli anziani, chiamati a permanere nel circuito produttivo, ma anche chiamati a sostenere tutta una serie di compiti di cura familiare (vedi il ruolo ormai insostituibile dei nonni). Sul fronte delle negatività non possiamo ignorare come questo supplemento di impegni che cominciano a gravare sul mondo degli anziani porti ad una loro sempre maggiore indisponibilità in tutti quei servizi parrocchiali che per decenni hanno sostenuto (catechismo, liturgia, carità, ...).

Le comunità cristiane dovranno rivedere alcune delle loro scelte, ma più in generale verremo provocati ad un cambiamento culturale che rinforzi i legami interni alle famiglie in modo sempre più reciproco tra le diverse generazioni: nonni che “crescono” i nipotini ma anche nipoti cresciuti che accompagnano i nonni in una vecchiaia che, avanzando, porta con sé ampi spazi di solitudine. A questo proposito qualcuno sostiene che la favola di *Cappuccetto Rosso* andrebbe probabilmente riscritta dal momento che non incontrerebbe il lupo, ma solo perché non più chiamata ad andare “dalla nonna malata”...

Così come andrebbe rivitalizzata – anche qui sul piano culturale attraverso adeguate campagne mediatiche - la logica del *buon vicinato*, trovando il coraggio di sostenere che la solidarietà, la vicinanza e la gratuità del dono di sé non acquisiscono valore solo quando rivestono le forme organizzate del volontariato, ma anche, e forse soprattutto, quando assumono il valore della spontaneità, dello scambio, nel senso della restituzione di ciò che si è ricevuto, di

un'interdipendenza tra persone e tra generazioni che è perno da sempre delle comunità e della società intera.

Parlare di *buon vicinato* significa pensare ad un nuovo modo di sostenersi tra persone e tra famiglie, per scoprire che le persone e le famiglie tante volte riescono a trovare risposte efficaci anche in quelle situazioni di non autosufficienza e di grande fatica che accompagnano spesso l'accudimento di persone anziane. Talvolta basta poco per creare occasioni di confronto, di condivisione delle fatiche, di socializzazione dei modi di operare tra coloro che si occupano di anziani non autosufficienti capaci di dare respiro e coraggio. Così come basta poco a far nascere gruppi di auto-mutuo aiuto capaci di mettere in relazione le persone di età diverse con l'obiettivo non solo di sostenere la vita nell'età della vecchiaia, ma anche di far emergere la ricchezza della vita, malgrado la vecchiaia.

Certo, abbiamo coscienza che spesso l'età anziana e la vecchiaia sono cariche di problemi, paure, sofferenze, morte. Malgrado questo, ci consola il libro dei Salmi quando ci ricorda che "...nella vecchiaia daranno ancora frutti, saranno verdi e rigogliosi, ..." (Sal 92). È a favore di questa inaspettata fioritura che come Caritas e come comunità cristiana continuiamo ad operare.¹

Don Roberto Davanzo

¹ Dall' editoriale dell'inserto Farsi Prossimo "Il Segno" mese di maggio 2012

Introduzione

Il 2012 celebra l'Anno Europeo dell'invecchiamento attivo e della solidarietà tra le generazioni con l'obiettivo di sensibilizzare l'opinione pubblica, diffondere le migliori pratiche e incoraggiare i responsabili politici e le parti interessate ad ogni livello a facilitare l'invecchiamento attivo.

Per prepararsi all'evento e condividerne i principi la *Commissione Anziani* di Caritas, gruppo di lavoro composto da operatori delle segreterie pastorali di zona e di alcune cooperative afferenti al Consorzio Farsi Prossimo di Caritas Ambrosiana², si è incontrata per riflettere e scambiare conoscenze sulla condizione attuale degli anziani nella prospettiva di intervenire per un suo miglioramento.

Il seguente documento raccoglie i pensieri, le esperienze e le prospettive del lavoro comune ed è a disposizione di tutta la comunità come traccia per ulteriori piste di ragionamento e di approfondimento da realizzare nei tempi e nei modi ritenuti più opportuni.

Condividendo il pensiero di Enzo Bianchi: *“il compito di ciascuno di noi, di fronte alla vecchiaia che incalza, non è prevederla bensì prepararla colmando la vita di quanto può sostenerci fino alla morte”*,³ auspichiamo che all'interno delle nostre comunità territoriali si moltiplichino nuove energie che sviluppino attenzioni specifiche ed azioni dedicate a tal fine.

² Maria Grazia Tacchi – segr. Zona I; Giuseppe Riva – segr. Zona III; Daniela Calvane - segr. Zona IV e Coop. Intrecci; Cherubina Bertola - segr. Zona V e Coop. Novo Millenium; Francesca Gatti – segr. Zona VI; Claudia Pattarini – Coop. L'arcobaleno; Laura Radaelli- Coop. Bethlem; Andrea Gillerio – Coop. Filo di Arianna; Franca Carminati – Area anziani Caritas Ambrosiana

³ Enzo Bianchi, *Il pane di ieri*, Torino, Einaudi 2008

Come gruppo di lavoro abbiamo iniziato questo percorso di approfondimento interrogandoci intorno ad alcune questioni che qui riportiamo:

Come invecchiano gli anziani al giorno d'oggi?

Come possono essere aiutati ad invecchiare meglio?

Che ruolo può avere la comunità cristiana per preparare le persone ad invecchiare bene?

Ed a una ultima domanda che riassume tutte le altre: *Come possiamo essere utili nelle nostre comunità?*

Al fine di dare ordine alle riflessioni che abbiamo condiviso nei nostri incontri, abbiamo organizzato questo documento con un indice che vuole riportare alcuni temi che, a nostro avviso, sono da ripensare o da ricollocare al centro delle attenzioni di ogni comunità locale.

Nell'Antico Testamento c'è una profezia dove proprio i sogni occupano un posto privilegiato come segno di compimento: "I vostri giovani avranno visioni e i vostri anziani faranno dei sogni" ⁴.

Il nostro pensiero va pertanto a Dio che per rivelare i suoi progetti si serve dei messaggeri angelici e dei sogni e spesso combina insieme questi due elementi.

⁴ Gl. 3,1; At. 2,14-17

Il senso della vecchiaia

La vecchiaia può essere l'età delle sorprese: Dio ama rivelarsi in modo sempre nuovo e imprevedibile; talvolta sceglie proprio le persone anziane per farci capire che dinanzi a Lui tutte le stagioni della vita umana sono significative e preziose. Agli occhi di Dio esse, pur distinguendosi, non si contrappongono né si annullano.

In Sap. 4,8-9 infatti leggiamo: *“vecchiaia veneranda non è longeva né si misura con il numero degli anni, ma canizie per gli uomini è la saggezza”*.

Ma qual è l'età della vecchiaia ai nostri giorni?

Una recente indagine realizzata da Eurobarometro in occasione dell'“Anno europeo dell'invecchiamento attivo e della solidarietà tra le generazioni” dimostra come le definizioni di “giovane” e “vecchio” varino in modo significativo tra i diversi paesi europei.

A Malta, in Portogallo e in Svezia le persone di meno di 37 anni sono considerate giovani, mentre a Cipro e in Grecia le persone sono ritenute giovani fino ai 50 anni d'età. In media i cittadini europei ritengono che si inizi ad essere considerati vecchi poco prima dei 64 anni e che non si sia più considerati giovani a partire dai 41,8 anni.

Le percezioni variano inoltre a seconda dell'età e del sesso – le donne ritengono che la vecchiaia inizi un po' più tardi rispetto a quanto pensano gli uomini (65,0 anni contro 62,7 anni, rispettivamente).⁵

L'orientamento comune è comunque quello di farla coincidere con l'età ufficiale di pensionamento e con l'uscita dal mercato

⁵ Speciale Eurobarometro 378: Invecchiamento attivo 2012

del lavoro, condizioni che sono ancora diverse e in divenire all'interno dei paesi europei e, continua questa ricerca, "anche se l'età pensionabile tipica è di 65 anni e l'età media di uscita dal mercato del lavoro nel 2009 si situava a circa 61,5 anni, un terzo dei cittadini europei afferma che desidererebbe continuare a lavorare dopo aver raggiunto l'età del pensionamento e per quasi due terzi dei cittadini europei l'idea di combinare un lavoro part-time e una pensione parziale è più attraente di un pensionamento pieno."⁶

Questi dati indicano chiaramente la propensione della maggior parte delle persone a non "ripiegarsi su se stessa", a voler continuare ad essere attiva, a desiderare di continuare a vivere avendo degli impegni e delle occupazioni che non debbano confluire solo nel mondo del lavoro.

Anche nell'esperienza interna alla famiglia ed ai legami parentali, l'invecchiamento inteso come "messa a riposo" sta andando per lo più in crisi, dato il ridursi dei servizi del welfare e la necessità sempre più evidente di fare riferimento alle persone "adulte" (dove spesso adulti vuol dire "giovani anziani") per rispondere ad esigenze di cura di grandi anziani, minori e disabili.

Il fenomeno della cosiddetta "generazione sandwich" comincia a mostrare il suo volto quantitativamente e qualitativamente significativo anche in Italia e ciò comporta per le comunità cristiane una riduzione delle competenze e delle energie di cui poter godere, fino ad ora individuate soprattutto nelle donne neo-pensionate: oggi l'età pensionabile aumentata sottrae disponibilità in tal senso, da una parte, e l'impiego di queste persone nei compiti di cura familiari le rende sempre meno disponibili, dall'altra.

Anche nelle nostre realtà il servizio del catechismo, della liturgia, dell'accompagnamento ai sacramenti, della gestione degli

⁶ Speciale Eurobarometro 378: Invecchiamento attivo 2012

spazi e degli ambienti anche parrocchiali, del volontariato nelle varie forme della carità, risentono di tale evoluzione e costringono le comunità cristiane a rivedere alcune scelte.

Va da sé la sottolineatura di quanto la “generazione sandwich” richieda dal canto suo una cura ed un sostegno che ad oggi non solo non vengono in minima parte garantiti, ma neppure programmati e pianificati dai servizi sanitari e socio-sanitari. Compito della comunità cristiana sarà allora quello di dare risonanza al valore umano, relazionale e sociale dei compiti di cura e di individuare forme di sollievo, di supporto e di accompagnamento non solo per gli anziani ma anche per i familiari che li assistono.

Tale ripensamento dovrà forse ri-orientare le attività educative e di promozione del volontariato e le proposte di servizio rivolte ai giovani, affinché la relazione con la persona anziana venga anche per loro rivalutata e riconsiderata “interessante” e gratificante.

Una redistribuzione del lavoro di cura anche sulle spalle dei nipoti, ad esempio, potrebbe già in sé garantire una forma di sollievo almeno parziale dell’onere che sta in capo soprattutto alle donne “giovani” anziane, sollecitando, come forse un tempo era più comune, a fare compagnia, a dare una mano, a rivisitare le funzioni di vicinanza e aiuto concreto agli anziani della propria famiglia e/o del vicinato.

La logica del buon vicinato, va infatti rivitalizzata, trovando il coraggio di sostenere che la solidarietà, la vicinanza e la gratuità del dono di sé non acquisiscono valore solo quando rivestono le forme organizzate del volontariato, ma anche, e forse soprattutto, quando assumono il valore dello scambio e della restituzione di ciò che si è ricevuto, di un’interdipendenza tra persone e tra generazioni che costituisce le comunità e la società intera.

La famiglia che invecchia in alcune sue componenti è chiamata inoltre a ristrutturare le forme dei propri legami ed a rileggere le dinamiche interne nella logica del dono, da connettere stretta-

mente a quella dello scambio, dove ognuno dei soggetti ha sempre e certamente qualcosa da dare e da ricevere, uscendo da un modello familiare che prevede una scansione della vita per fasi distinte e separate: un'infanzia ed una giovinezza oggetto di tutte le attenzioni e le cure possibili, una età adulta produttiva, procreativa e protagonista su tutti i fronti della vita personale, familiare e sociale, una prima vecchiaia da "utilizzare e spremere", una seconda/terza vecchiaia oggetto di sola cura e quindi di oneri e fatiche per i familiari.

In tale senso, anche il ricorso all'assistente familiare ormai quasi automatico, al punto da diventare in molti casi "inevitabile" e unica risorsa, è forse da mettere coraggiosamente in discussione o, quantomeno, da essere rivisto e considerato come una delle risposte possibili: quanta tristezza fanno gli anziani che nelle strade delle nostre città sono accompagnati nelle uscite quotidiane da donne (o uomini) "stipendiati" per farlo, invece che dai propri figli e nipoti, che forse non si sentono quasi mai neppure invitati ad "andare a trovare i nonni".

Il buon vicinato potrebbe inoltre diventare l'occasione che rilegge e reinterpreta i rapporti tra le persone e le famiglie, dove, anche nello scambio di strategie, di metodi e di risposte, ci si accompagna in un'ottica che, se condivisa, può ancora mostrare il suo volto progettuale e di sviluppo di speranze e di futuro, anche nella gestione di situazioni di cronicità o di non autosufficienza.

Riconoscere l'impegno educativo nei confronti di bambini o di persone in età evolutiva può più facilmente costituire motivo di entusiasmo, occasione di raccolta di sfide e di nuove opportunità di crescita. L'accompagnamento e il sostegno alla vecchiaia, invece, soprattutto se limitata e sofferente, richiede un impegno maggiormente oneroso sul piano delle motivazioni e delle energie progettuali. Per tale motivo, la solidarietà e la creazione di occasioni di confronto, di condivisione delle fatiche e di socializzazione delle strategie tra i caregivers, può dare significati e forme nuove a relazioni logorate e contrassegnate dalla fatica, restituendo il valore del-

la dignità della persona anziana, ma anche di chi la affianca nella gestione quotidiana.

Solo condividendo la fatica della cura il giovane, l'adulto, l'anziano sano possono ricercare insieme il senso di un vivere che sempre più prevederà un allungamento di anni e di vita, garantendo in qualche misura la possibilità di un arricchimento di vita e di senso agli anni.

Prevenire il disagio sociale

Nel libro del Siracide troviamo scritto che *“Se non hai raccolto in gioventù, che cosa vuoi trovare nella vecchiaia? Quanto s’addice il giudicare ai capelli bianchi e agli anziani il saper dare consigli! Quanto s’addice la sapienza degli anziani, il discernimento e il consiglio alle persone onorate! Corona dei vecchi è un’esperienza molteplice, loro vanto è temere il Signore”*.⁷

Anche il capitolo XXII dedicato alla pastorale degli anziani del Sinodo 47° della Chiesa Ambrosiana definisce l’allungamento della vita come un fenomeno irreversibile, connesso ad un complesso di *“cause che a loro volta dipendono dall’incremento di risorse materiali e dalla domanda di miglioramento della qualità della vita che caratterizza la nostra società.”*⁸

Questo tempo della vita è dunque di particolare dignità e comporta per tutti l’obbligo di rendere onore all’anziano e alla sua sapienza: *“alzati davanti a chi ha i capelli bianchi, onora la persona del vecchio e temi il tuo Dio”*.⁹

Anche l’apostolo Paolo scrive a Timoteo: *“non rimproverare duramente un anziano, ma esortalo come fosse tuo padre, i più giovani come fratelli, le donne anziane come madri e le più giovani come sorelle, in tutta purezza”*.¹⁰

⁷ Sir 25, 3-6

⁸ “§ 1. Il progressivo aumento della durata della vita è un rilevante segno dei tempi, che bisogna impegnarsi a riconoscere e a valutare in tutti i suoi riflessi culturali, sociali, morali e spirituali.....”

⁹ Lv 19,32

¹⁰ 1 Tm 5,1-2

Per vivere in modo positivo la vecchiaia si deve innanzitutto accettare il fatto che si è meno giovani. Tuttavia occorre avere coscienza che essa è spesso carica di problemi, paure, sofferenze, morte.

Tra le considerazioni da farsi, viene spontaneo pensare ai lunghi tratti di tempo che le persone anziane hanno a loro disposizione e che spesso non sanno come utilizzare.

Da una parte c'è l'individuo che vede l'invecchiamento come speranza di vivere bene una nuova fase della vita, dall'altra la concezione per la quale l'invecchiamento è un problema sociale legato al prolungamento della vita media.

Entrambe le posizioni vedono come prospettive correlate che se l'individuo invecchiando si mantiene attivo va a vantaggio della società e che la possibilità di continuare a rivestire un ruolo significativo è connessa alle chance offerte dal sistema sociale.

Quella degli anziani è però una categoria eterogenea che include sia soggetti non autosufficienti che individui che godono di buona salute, che sono - e vogliono - rimanere attivi. E' quindi necessario individuare nel percorso esistenziale di ciascuno un progetto di mutamento dell'impegno per prevenire il disadattamento e il disagio sociale.

Perdita del ruolo sociale (lavorativo)

La discussione avviata a livello europeo per definire il modello di stato sociale compatibile con l'attuale e futura situazione economica assume spesso toni drammatici.¹¹

¹¹ Dal documento del **Comitato economico e sociale europeo** - " Il futuro del mercato del lavoro in Europa: alla ricerca di una risposta efficace allo sviluppo demografico" - 13 luglio 2011

La contrapposizione di cui si parla tra i diversi interessi delle generazioni si è spesso tradotta in una sorta di conflitto implicito negli stessi contesti familiari, in cui le logiche del mercato e dell'economia, fondate su efficienza e costi, hanno preso il sopravvento su legami naturali e affettivi.

Parlare di insostenibilità dei sistemi previdenziali attualmente in vigore in quasi tutti i paesi europei ha portato a prendere in considerazione e ad attuare riforme dei sistemi pensionistici drastiche e spesso di difficile accettazione per chi ha visto con un tratto di penna cancellate le proprie aspettative di terminare il percorso lavorativo nei periodi previsti, trovandosi spesso di fronte a tempi allungati anche di anni (il caso dei cosiddetti "esodati"). Ma il contesto si presenta ancora più fosco per chi ha forzatamente acquisito la consapevolezza che tra venti o trent'anni dovrà fare i conti con un trattamento pensionistico insufficiente a garantire almeno una ragionevole e dignitosa sussistenza.

Tutto ciò porterà ad avere in prospettiva una fase anziana della vita che forzatamente dovrà essere più attiva e produttiva, anche per la necessità di integrare il contributo pubblico con risorse personali, accumulate o da acquisire.

Molte persone, tra i cinquanta e i sessant'anni di età, hanno spesso alle spalle quaranta o quarantacinque anni di lavoro, e rischiano di trovarsi espulse dal mercato delle professioni senza avere ancora acquisito diritti previdenziali. Le loro aziende, forzate dalle drammatiche condizioni del mercato, tendono a percepire le garanzie dei loro lavoratori più anziani come una rigidità che non consente di muoversi con la velocità che sarebbe necessaria nel contrastare le difficoltà e nell'affrontare le occasioni di sviluppo.

É quindi diventata un fenomeno sempre più diffuso la necessità, per persone con oltre cinquant'anni, di ricominciare da zero nella ricerca di un lavoro e nel tentativo di acquisire, con percorsi formativi rapidi e spesso improvvisati, le competenze necessarie a

trovare posto nei rari contesti in cui il mercato del lavoro non sia in fase esclusivamente recessiva.

É frequente ad esempio la scelta di persone, provenienti dall'ambito industriale o commerciale, di provare ad inserirsi nel mondo dei servizi alla persona acquisendo titoli socio-assistenziali o socio-sanitari.

Un ruolo importante in questo ambito possono averlo le cooperative sociali dove avviene già di fatto un grosso sforzo di ricollocamento organizzativo che mantiene o integra nell'organico lavoratori anche anziani con capacità ridotte, sia provenienti dall'organizzazione stessa sia da altre realtà lavorative da cui sono stati espulsi.

Tuttavia la presenza di lavoratori più "anziani" incomincia ad essere percepita come un problema all'interno delle organizzazioni che erogano interventi particolarmente critici dal lato relazionale o fisico, come quelli ad es. nella fascia dell'infanzia e le prestazioni assistenziali per gli anziani.

Un'altra modalità di risposta può essere quella di pensare ad un'uscita graduale degli anziani dal mondo del lavoro, per esempio con forme negoziate di part-time che favoriscano il passaggio delle competenze tecniche e, soprattutto delle "competenze tacite acquisite"(quali la capacità di gestire le relazioni a diversi livelli nell'ambiente di lavoro, le situazioni complesse, le dinamiche sottese alla cultura del contesto lavorativo specifico) ai giovani.

Una volta "escluso" dal mondo del lavoro, l'anziano entra in un nuovo ruolo non più determinato dall'occupazione, con le relative aspettative e responsabilità, e la sua personalità sociale viene condizionata da altre attese.

Si deve creare un nuovo equilibrio: è necessaria una fase di ri-orientamento che possa condurre ad una nuova stabilità.

Per evitare il disagio che può sfociare in depressione e stato di malessere, bisogna far leva sulle risorse individuali che vanno adeguatamente stimolate. L'occupazione lavorativa non è l'unico aspetto per il quale valga la pena impegnarsi, ogni nuovo giorno presenta stimoli e novità.

La centralità del lavoro nella vita umana implica che esso configuri la nostra identità, diventi struttura fondante del nostro "io". La quotidianità lavorativa impone però anche uno stordimento dovuto ai ritmi serrati e la creatività personale resta "schiacciata" o nascosta. Poi improvvisamente cala il silenzio, il vuoto, c'è troppo tempo a disposizione.

Questa può essere l'opportunità per rigenerarsi, per ascoltare le proprie aspirazioni e per donare la propria esperienza, competenza e creatività agli altri.

Perdita del ruolo familiare

La persona anziana ha un ruolo sociale preponderante nella società odierna anche perché si fa carico di figli e nipoti con i propri mezzi di sostentamento. Gli stessi figli e nipoti che sono spesso travolti dai ritmi frenetici del quotidiano che porta stanchezza, tensioni, insofferenza nei confronti di ciò che non rientra nei loro programmi, come ad es. la cura degli anziani.

L'utilità in seno al nucleo familiare sempre più spesso si spoglia della dimensione affettiva trasformando le relazioni in suddivisione di compiti e attività occupazionali che nel tempo, venendo a diminuire le capacità e l'autonomia, relegano la persona anziana ad un ruolo marginale e scomodo.

L'anziano perde così il suo posto all'interno della famiglia, riduce le interazioni con i familiari (e di conseguenza con la società) e ciò porta ad una ristrutturazione dell'ego che avviene con il consenso della società.

Per prevenire il disagio è necessario pertanto partire dall'attenzione alle relazioni umane e familiari e all'ambito della socialità della persona che invecchia.

Perdita dell'identità

Quotidianamente si può constatare che la diminuzione dell'identità personale avanza con la perdita di efficienza, forza, bellezza.

Nell'immaginario collettivo vecchiaia e malattia vanno di pari passo ma vecchiaia non è sinonimo di malattia, i mutamenti fisiologici non possono essere considerati eventi patologici. Anche quando si manifestano malattie gravi, queste non implicano necessariamente l'abbandono di ruoli significativi, anche se impongono una trasformazione dei ritmi; spesso, anzi, il mantenere ruoli significativi è ciò che aiuta a viver meglio la malattia.

L'anziano ha bisogno di veder riconosciuta la capacità di essere attivo, di apprendere, di progettare. E gli vanno riconosciute anche la sua storia personale, la sua cultura, le sue radici, la sua appartenenza.

Progetti futuri e passato si pongono in supporto della vita presente, che può essere sofferenza, limite, stanchezza.

Queste tre dimensioni temporali si intrecciano nella vita dell'anziano e richiedono una continua rivisitazione dell'identità e delle condizioni di vita.

Una nuova risposta possibile

L'assunto di Enzo Bianchi sul preparare, *anziché prevenire*, la vita anziana è uno dei principi ispiratori che ci aiuta a delineare l'importanza della modalità di approccio a questa fase dell'esistenza.

Le condizioni proposte da alcuni modelli culturali di riferimento indirizzano il pensiero verso un prolungamento quanto più possibile della fase centrale della vita, dell'età matura, quasi a non voler cedere il passo all'anzianità.

Così come nella giovinezza si costruisce una formazione orientando i piani di studio che successivamente indirizzano ad una strada professionale, anche alla fase anziana della vita ci si dovrebbe accostare come ad una nuova opportunità per scegliere e ri-orientare, in modo ancor più consapevole, il proprio futuro.

Affinché quindi l'anzianità non giunga inaspettata, ma sia preparata giorno dopo giorno, con l'intenzionalità di chi vuole incidere scegliendo il proprio stile di vita, è necessario progettare anche socialmente il proprio divenire.

Il riappropriarsi del proprio tempo riconducendolo a valori legati ad un concetto più ampio di umanità ed esistenza, aiuta a capire l'importanza di *"investire"* ancora e a priori sulla promozione della persona ed in questo caso della persona anziana.

Questo stile di pensiero pone l'attenzione ad una modifica del concetto di "promozione della persona", pensata non solo come obiettivo di terzi, ma come "persona promotrice di sé" e della sua comunità di riferimento, divenendo così parte integrante ed integrata di una collettività.

Questo cambiamento è particolarmente importante per gli aspetti legati al disagio sociale che il nuovo anziano deve affrontare all'uscita dal mondo del lavoro con la conseguente perdita di un importante ruolo sociale e del mancato impiego delle competenze acquisite. Questa condizione già di per sé svalutante diventa svilente se non supportata da una adeguata compensazione sulla modalità di utilizzo del tempo disponibile.

L'invecchiamento biologico, che si attesta per convenzione ai 65 anni, vede sempre più lo spostamento in avanti dell'età pensionabile che se da un lato compensa il disavanzo della spesa pensionistica dall'altro toglie alla collettività, alla comunità, alla famiglia ed alla persona la possibilità di essere ancora una parte attiva e utile agli altri, fuori dagli schemi preordinati dell'attività lavorativa.

Anche l'aspetto del nucleo familiare frammentato e disgregato segna una importante linea di demarcazione sia dal punto di vista economico, sia dal punto di vista dei legami affettivi, modificando in maniera importante la figura dell'anziano nella rete parentale.

Riprogettare il proprio futuro

Sulla rivista *Il Segno* della Diocesi di Milano ultimamente sono stati pubblicati degli articoli da parte di esperti che sottolineano come sia necessario avere un'idea ed una consapevolezza delle proprie potenzialità e dei propri limiti ed è quindi fondamentale un intervento di modifica a livello culturale della percezione dell'anzianità e dell'utilità dell'anziano a 360°.

“Rivedere le proprie aspettative, tenendo conto delle riserve funzionali residue, è il segreto dei grandi vecchi, utili a sé e agli altri.”¹²

¹² Carlo Vergani, *Geriatria, Il Segno* - Febbraio 2012

“Se la vita attesa dopo i 65 anni è di circa 18 anni di cui 10 ancora nella piena funzionalità, una domanda lecita è se ritenere positivo l’investire tempo ed energie nell’acquisire nuove conoscenze e competenze con questa aspettativa. La risposta si deve ricercare in quelle proposte il cui costo di investimento sia inferiore o uguale al valore utilizzato rispetto ai vantaggi futuri, si ritiene quindi importante fornire agli anziani argomenti e occasioni per giudicare razionalmente conveniente la scelta di mantenersi attivi”¹³.

Le proposte attese devono necessariamente tenere presenti le caratteristiche di ogni persona, difficilmente generalizzabili, e devono aiutare ogni giovane anziano a reinventare la propria vita riscoprendosi in nuovi ruoli, che tengano conto del variare delle proprie potenzialità.

Per chi opera anche attraverso l’apporto di volontari una buona prassi potrebbe essere quella di dotarsi di strumenti atti a effettuare una valutazione delle competenze e delle attitudini del candidato al fine di creare un profilo contenente anche degli aspetti “inediti” e cioè non contemplati in precedenza dallo stesso potenziale volontario.

Molto spesso le proposte non particolarmente motivanti sono quelle generaliste ...

Le basi per questa trasformazione culturale auspicata devono essere gettate ancora prima dell’uscita della persona dal mondo del lavoro.

A questo proposito riteniamo utile citare due elementi chiave presentati nel punto 6.5 del documento del CESE relativo al pare-

¹³ Giancarlo Blangiardo, Direttore Dipartimento di statistica dell’università di Milano Bicocca, *Il Segno* - Febbraio 2012

re sul tema *“Il futuro del mercato del lavoro in Europa: alla ricerca di una risposta efficace allo sviluppo demografico”* :

- *Avviare un'ampia azione di sensibilizzazione della società per eliminare gli stereotipi e i pregiudizi nei confronti dei lavoratori anziani e dare un significato positivo al concetto di “invecchiamento”; bisogna lottare contro le discriminazioni e gli stereotipi negativi riguardanti i lavoratori anziani;*
- *Dove sia possibile o auspicabile, creare modelli innovativi e allettanti per un passaggio flessibile dalla vita lavorativa della persona nel quadro dei sistemi pensionistici pubblici (anche con l'ulteriore sviluppo di modelli di lavoro a tempo parziale per gli anziani).*

A tal fine si identifica il mondo del lavoro:

- come luogo di sensibilizzazione all'argomento dell'invecchiamento attivo e di presentazione della nuova idea culturale in cui anche la persona anziana può continuare ad avere un ruolo fondamentale e in cui il pensionato non è più visto come una persona inutile perché non più produttiva, ma come una risorsa da ripensare per entrare in una nuova fase produttiva a fianco dei giovani e degli adulti;
- come ambito in cui provare a modificare la cultura aziendale attraverso una contaminazione con il mondo delle imprese sociali rispetto alle buone prassi attivate;
- come luogo di presentazione delle proposte di collaborazione nei contesti territoriali di appartenenza dopo la pensione o nel periodo di transizione con formule di volontariato puro o di remunerazione.

Nuove progettualità, vecchi diritti

Come abbiamo visto sempre più spesso il termine “anziano” si associa a persona malata, non completamente autonoma o quantomeno un po’ lamentosa, intristita dai ricordi, con un presente in qualità di spettatore passivo della vita altrui senza la possibilità di intervenire con una propria propositività.

Ma quanto questa considerazione è frutto del condizionamento sociale delle persone più giovani e quanto invece corrisponde al “sentito” delle persone anziane?

L’allungamento della vita ed in particolare della vita lavorativa induce ad un ragionamento diverso: “finché sono sano non invecchio, ma ho il *diritto di “lagnarmi”* perché la mia conoscenza, la mia saggezza, la mia esperienza di vita non è presa in considerazione, non è ascoltata.

Ancora una volta sono *l’ascolto e la capacità di chi ascolta* le modalità fondamentali per la rielaborazione dell’esperienza vissuta, la sua possibile attualizzazione e la restituzione in termini motivazionali di un nuovo impegno per la comunità di appartenenza, sia essa familiare o sociale.

Così come la fatica del lavoro trova ascolto nel gruppo dei pari ed il loro prestare attenzione restituisce forza rigenerante, lo stesso avviene per il “mugugnare” degli anziani.

Ed allora perché non sancire *“il diritto al mugugno”* quale attività utile al benessere della persona?

La vitale necessità di socializzare altro non è che il diritto a “stare” insieme ad altri (famigliari, amici, gruppi di pari o d’interesse ecc.) con i quali intessere relazioni significative, relazioni che siano di supporto agli uni e agli altri, relazioni per condividere stati di diffi-

coltà e momenti di gioia, che possano essere confronto e condivisione così da divenire vere e proprie relazioni di aiuto reciproco e di mutualità tra pari.

Prospettiva questa di importanza tutt'altro che marginale se si pensa all'impossibilità di trovare spazi di ascolto e assistenza individuali.

Molto possiamo fare noi per noi stessi insieme agli altri, *insieme è possibile*: è lo slogan della crisi economica e valoriale di questi ultimi anni, dall'America alla nostra penisola, ma ha radici profonde e antiche verità.

Una possibile prospettiva è la promozione del "*ben-essere*" che, opponendosi alla visione dell'apparire proposta dai media, invita a "fare manutenzione" già nella pre-vecchiaia attraverso una maggiore informazione e conoscenza, ricercando gli aspetti positivi dell'invecchiare e socializzandoli in termini anticipatori nei gruppi di pari.¹⁴

Promuovere gruppi di riflessione condivisa capaci di contribuire al mantenimento dell'equilibrio psichico/emozionale è una delle possibili azioni di promozione sociale, solidale e sostenibile.

Ed ancora la possibilità di ottimizzare risorse ed energie decrescenti unendole in progetti collettivi, che ad esempio possano dar vita ad esperienze di housing sociale, necessitano di percorsi preparatori che muovano da un diverso approccio culturale e ad una nuova proiezione dell'immagine positiva di un sé anziano molto diversa da quella attuale dell'apparire, dove il fattore socio/ambientale sia posto al centro del proprio benessere.

¹⁴ Prof. Franco Vernò – Caritas Ambrosiana - Commissione Anziani – 18/5/2011

Dal diritto al dovere e viceversa il passo è breve: ecco che “fare” i nonni o “fare” i volontari (che poi molto diverso non è!) impone un diverso approccio dal “sono nonno” o “sono volontario”.

Se nella prima istanza il “dovere” può presupporre una scelta non completamente condivisa o consapevole, nella seconda affermazione la modalità complessiva dell’approccio assume una maggiore consapevolezza valoriale: l’“essere” è inteso quale senso compiuto della nuova identità, del nuovo ruolo sociale, della *nuova missione* da compiere nella nuova fase di vita.

In sintesi, molteplici possibili forme di progettualità possono essere promosse o implementate, tutte e ciascuna rispondenti a bisogni differenti, non prescindendo dai valori fondanti il benessere della persona che interessi economici o politici spesso dimenticano.

Molte sono le “carte dei diritti” che declinano compiutamente la tutela della dignità delle persone anche anziane, ma forse è necessario sostenerne i più elementari ed al contempo indispensabili: il diritto all’ascolto, il diritto allo stare, il diritto ad essere riconosciuti.

In una società dove i tempi frenetici della famiglia e del lavoro non lasciano spazio a chi non è immediatamente reattivo e produttivo, diventa necessario sancire questi diritti come naturali esigenze della persona e nello specifico della persona anziana.

Trasformazione dei servizi

“... La carità non è prerogativa di pochi, ma un dovere preciso di tutta la comunità cristiana”...¹⁵

La critica di frequente sollevata al sistema italiano dei servizi rivolti alle persone anziane, in particolare quelle non autosufficienti, è di essere assolutamente sussidiario rispetto all'intervento delle famiglie.

È sempre più urgente e necessario ripensare quindi ad un sistema integrato di servizi domiciliari e di prossimità a favore della popolazione anziana e delle famiglie che se ne occupano, compito che spetta in primo luogo ai programmatori di servizi pubblici, ma anche, più in generale, a chiunque abbia a cuore il benessere della comunità nel suo insieme e di tutta la società civile.

Trovare forme adeguate di sostegno mediante una “presa in carico” dei bisogni alla luce della conoscenza e della vicinanza al loro contesto di vita permette di mantenere gli anziani nei luoghi abituali, aspettativa molto forte e significativa nella storia e tradizione italiana.

I nuovi modelli d'intervento che auspichiamo dovranno prevedere percorsi di accompagnamento e monitoraggio nel tempo e azioni di presidio e tutela da parte di tutta la comunità territoriale che garantiscano e verifichino la qualità della vita della persona lì presente e che naturalmente con il passare del tempo subirà delle limitazioni nella propria autonomia funzionale e decisionale.

¹⁵ Enciclica “Deus Caritas Est” di Papa Giovanni Paolo II

Documento redatto
dall'Area di bisogno Anziani
di Caritas Ambrosiana
Maggio 2012