

ASSESSMENT DEI BISOGNI DELLA POPOLAZIONE OVER 65 DEI QUARTIERI DEL TERZO PARADISO DI LECCO E MAPPATURA DEI SERVIZI E DELLE ATTIVITÀ A LORO DEDICATI

Il report è stato prodotto a luglio 2022 dalla società Metodi Srl su incarico di ATS Brianza nell'ambito del progetto **"C4C - City for Care. La cura degli anziani e l'invecchiamento attivo nello sviluppo e nella pianificazione delle città del futuro: la comunità di cura diffusa come sperimentazione locale"**, programma Interreg Italia-Svizzera, Asse 4 (ID 1510020), finanziato dall'Unione Europea (FESR), con l'obiettivo di stimolare il dialogo e la consapevolezza nella popolazione giovane e anziana sui comportamenti e le abitudini che permettono di migliorare la qualità e il benessere dello stato di salute



INDICE

1. INTRODUZIONE: IL DISEGNO DI RICERCA	1
2. LA METODOLOGIA	1
2.1 Le interviste	2
2.2 Il photovoice	4
3. ANALISI	6
3.1 Le interviste	6
I bisogni della popolazione anziana	6
Le attività e i servizi	10
Luoghi frequentati dagli anziani	13
3.2 Il photovoice	14
Analisi dei bisogni di benessere	15
Una nota sul photovoice con anziani e bambini	35
4. CONCLUSIONI	36
Appendice 1. Traccia dell'intervista	39
Appendice 2. Volantini photovoice	40
Appendice 3. Mappatura	42

1. INTRODUZIONE: IL DISEGNO DI RICERCA

La società di consulenza Metodi - su mandato dell'ATS della Brianza, partner del progetto Interreg "C4C - City for Care. La cura degli anziani e l'invecchiamento attivo nello sviluppo e nella pianificazione delle città del futuro: la comunità di cura diffusa come sperimentazione locale" - aveva, attraverso la presente ricerca, il duplice obiettivo di indagare e approfondire:

- 1) i bisogni della popolazione over 65 abitante nei quartieri del Terzo Paradiso (Acquate, Germanedo, Belledo, Bonacina e Olate) di Lecco (assessment dei bisogni)

- 2) i servizi e le attività, nonché l'offerta presente nella città di Lecco, con particolare riferimento ai Quartieri del Terzo Paradiso dedicata al target in questione.

In particolare, l'indagine sull'offerta di servizi e le buone pratiche già esistenti viene analizzata con una lente multisistemica definita, che ne semplifica la complessità. Di seguito i quattro sistemi utilizzati, con alcuni elementi esemplificativi:

- **Sistema cibo:** si riferisce a pratiche quali orti urbani e distribuzione di alimenti, ma anche a mercati locali, scuole, servizi di ristorazione collettiva e pubblica;
- **Sistema movimento:** comprende palestre, associazioni sportive ed escursionistiche, gruppi di promozione della fruizione urbana e territoriale, servizi comunali;
- **Sistema cultura:** si identifica con la presenza e l'operato di associazioni culturali e artistiche, scuole, ma anche di politiche e iniziative pubbliche dedicate a quartieri e generazioni sul tema della cultura;
- **Sistema sociosanitario:** comprende servizi e professioni sanitari quali i medici di medicina generale, le farmacie, gli ospedali pubblici (e gli enti accreditati al SSN) e gli ambulatori, le RSA, la Croce Rossa e i trasporti, ma anche alcuni servizi afferenti all'Area Sociale dell'ente comunale e i Sindacati.

2. LA METODOLOGIA

La metodologia di riferimento è quella della "ricerca-azione"¹ che si ispira al principio per cui, attraverso il coinvolgimento diretto dei destinatari dell'intervento, si intende produrre un cambiamento.

Gli strumenti individuati per condurre la mappatura - sotto forma di ricerca-azione - sono stati quelli dell'intervista semi-strutturata e del *photovoice*, atti a esplorare e raccogliere le opinioni e i punti di vista di tutti gli enti e i soggetti che, a vario titolo (target-domanda o servizio-offerta) possono essere considerati voci autorevoli nella ricerca che indaga, da una parte, i bisogni di benessere della popolazione anziana (vale a dire, che cosa si intende per benessere e qual è il livello attuale di benessere degli over 65, quali sono i bisogni degli

¹ Lewin, K., et al., *Action research and minority problems*, In *Journal of social issues*, 1946, vol. 2, no 4, p. 34-46

anziani), dall'altra, la messa a sistema di risorse, servizi e buone pratiche già presenti nel territorio utili a rispondere a questi bisogni (o percepiti tali).

2.1 Le interviste

L'intervista semi-strutturata è una tipologia di raccolta dati governata, a differenza dell'intervista libera, da una traccia che funge da struttura della stessa cui l'intervistatore può fare riferimento per contribuire alla discussione con l'intervistato e guidare la conversazione nella direzione desiderata e definita dal progetto, affinché sia coerente con i suoi obiettivi.

Tale approccio è stato utilizzato per raccogliere i dati lato offerta, vale a dire con i referenti degli enti e delle organizzazioni che intercettano il target di riferimento. Le interviste si sono svolte in modalità sia online (n=11), tramite piattaforma Zoom o al telefono, che in presenza (n=15) e registrate tramite l'ausilio di dispositivi appositi.

La traccia è stata costruita rispettando il doppio binario domanda-offerta.

Le tematiche dell'intervista hanno riguardato le seguenti aree:

- presentazione dell'ente / gruppo informale
- i bisogni percepiti della fascia di età over 65
- le attività e i servizi implementati nelle quattro aree di interesse (cibo, cultura, movimento e sociosanitario) che vadano ad intercettare il target delle persone over 65 che frequentano i Quartieri del Terzo Paradiso
- conoscenze su altri enti e/o gruppi informali del territorio che intercettano il target di interesse (tramite lo strumento del sociogramma)

La traccia dell'intervista completa è disponibile in *Appendice 1*.

L'elenco dei soggetti da intervistare è stato inizialmente fornito dall'ente capofila e individuato tra il novero dei contatti già identificati e sentiti in fase di precedente ricognizione dallo stesso (soggetti, pertanto, già a conoscenza del progetto); si è quindi proceduto secondo una logica "a palla di neve" grazie allo strumento del sociogramma², chiedendo alle persone intervistate di fornire nomi e contatti di altre persone/enti che avrebbero potuto sottoporsi alla medesima intervista. Infine, per arricchire detto elenco, alcuni contatti aggiuntivi afferenti al sistema sociosanitario (in particolare, medici di medicina generale) sono stati forniti direttamente da ATS Brianza, in qualità di ente gestore della rete sanitaria lombarda. Il target di soggetti che si era interessanti a intervistare riguardava sia rappresentanti e operatori di enti che intercettano over 65 che frequentano i Quartieri del Terzo Paradiso di Lecco, sia rappresentanti di gruppi più informali frequentati

² Il sociogramma di Moreno, chiamato anche rilevazione sociometrica, è uno strumento utilizzato per individuare le relazioni tra i componenti di un gruppo o di una comunità, evidenziando la struttura psicosociale di tale gruppo o comunità in maniera oggettiva.

da over 65; sono stati inoltre intervistati alcuni cittadini non riconducibili a un ente, ma che erano stati segnalati come particolarmente informati sui temi di interesse della ricerca.

Nonostante sia stato reperito un elenco sufficientemente cospicuo di *stakeholders* (n=66), a causa della mancata risposta ai tentativi di contatto o della mancata disponibilità a svolgere l'intervista il numero delle interviste effettuate si è assestato a 26; dal momento in cui ad alcune interviste hanno partecipato più di una persona, il numero totale di persone intervistate è di 34. Tra queste 34 persone, tre sono state intervistate non in quanto appartenenti a un ente, ma in quanto segnalati come cittadini particolarmente attivi e persone esperte riguardo il territorio di riferimento. Un riepilogo delle persone intervistate e del loro ruolo è disponibile in *Tabella 1*.

Tabella 1. Riepilogo delle persone intervistate e del loro ruolo.

N intervista	Ente /gruppo/ cittadino	Chi è stato intervistato	Totale intervistati
1	Caritas	1 volontario	1
2	Cooperativa Arcobaleno	2 rappresentanti	2
3	Il tempo dell'arte	1 rappresentante	1
4	CGIL - SPI	2 rappresentanti	2
5	Circolo Arci Promessi Sposi	3 rappresentanti	3
6	UIL	1 rappresentante	1
7	cittadino	1 cittadino, ha collaborato con CRAMS come artista	1
8	Parrocchia + Caritas	1 rappresentante	1
9	Parrocchia	1 volontaria	1
10	cittadino	1 cittadino (over 65)	1
11	SID, Servizi Sociali e Il Giglio	3 rappresentanti	3
12	Polisportiva Rovinata	1 rappresentante	1
13	UIL	1 rappresentante	1
14	CISL	1 rappresentante	1
15	Cooperativa Arcobaleno + Giglio	1 operatrice	1
16	Scuola Amica	1 rappresentante	1
17	CAI - Gruppo Seniores	3 rappresentanti	3
18	Farmacia Montegrappa	1 rappresentante	1
19	Farmacia del Corso	1 rappresentante	1
20	CasAmica Onlus	1 rappresentante	1
21	Sineresi	1 rappresentante	1
22	Cittadino	1 cittadino (over 65), ha collaborato	1

		con CRAMS	
23	Airoldi e Muzzi	1 rappresentante	1
24	Alpini (Belleo)	1 rappresentante	1
25	Croce Rossa Italiana	1 rappresentante	1
26	Auser	1 rappresentante (presidente)	1
(27)	Medici di medicina generale	interviste in corso	(2)
NUMERO TOTALE DI PERSONE INTERVISTATE			34 (+2)

L'équipe di ricerca si è interrogata sulle motivazioni che potrebbero aver dato luogo alla non disponibilità a prendere parte all'intervista. Le ipotesi che ne sono emerse, tenuto conto tanto delle modalità di contatto, quanto di cause esterne, sono le seguenti:

- scarsa consapevolezza da parte di alcuni enti di intercettare il target della popolazione anziana;
- maggiore ritrosia espressa da associazioni e realtà gestite da persone anziane (es. alpini, associazione pensionati, università della terza età), meno aperte a proposte nuove e sconosciute;
- scarso interesse per il lavoro con il target anziano e mancanza di un reale aggancio (o di percezione di tale aggancio) con la tematica del benessere da parte dell'ente contattato;
- scarsa percezione degli effetti pratici legati alla ricerca;
- scarsa conoscenza, da parte del territorio e soprattutto di talvolta piccole realtà contattate, dell'ente preposto alla ricerca (Metodi) e, al contempo, mancanza di contatti "caldi" sul territorio da parte dello stesso. In questi casi, gli inviti a partecipare, rivolti attraverso chiamate ed email, sono stati spesso avvertiti come invadenti da parte degli enti destinatari, che spesso non hanno mai risposto ai plurimi tentativi di contatto;
- paura di alte aspettative prestazionali dovuta alla presenza dell'ente ATS Brianza tra i partner di progetto.

2.2 Il photovoice

Il *photovoice* è uno strumento di ricerca-azione partecipata che riassume nel nome il proprio tratto distintivo: coniugare cioè immagini (*photo*) e parole (dall'acronimo *Voicing Our Individual and Collective Experience*), al fine di sollecitare nelle persone una riflessione su se stesse e sul proprio ambiente, in un percorso di conoscenza di sé e di condivisione con la propria comunità. Le persone che prendono parte a un *photovoice* possono, attraverso la fotografia, identificare, rappresentare e far accrescere la comunità di cui sono parte attraverso una modalità che mette al centro le loro storie - dando voce anche a coloro che sono posti normalmente ai margini dei processi decisionali e dei flussi informativi - e

favorisce il dialogo critico e la conoscenza della comunità dall'interno, fornendo ai partecipanti il vissuto di una «partecipazione possibile».

Le fasi che compongono l'attività di *photovoice* sono le seguenti:

1) *Definizione del problema di partenza, degli obiettivi e delle finalità*

Nella fase iniziale è necessario che il professionista si chieda quali siano le motivazioni alla base della scelta di questo strumento. Nel nostro caso, abbiamo ipotizzato che la capacità sintetica e la potenza espressiva delle immagini potessero agevolare il racconto orale anche per chi può sentirsi non esattamente a proprio agio nel parlare di sé. Le domande stimolo da cui muoveva la ricerca erano: «*Cosa faccio per stare bene?*» e «*Cosa faccio per stare meglio?*». Da qui, il titolo scelto, **ScAtti di Benessere**;

2) *Circoscrivere il contesto di applicazione, già definito dal progetto;*

3) *Coinvolgimento dei partecipanti, meglio approfondito nel paragrafo successivo;*

4) *Ricognizione fotografica, svolta singolarmente da ciascun aspirante partecipante, o con l'aiuto di altre persone (vedi paragrafo successivo);*

5) *Discussione delle fotografie scattate e analisi, nell'ambito di un momento di gruppo/workshop cui sono invitati i partecipanti all'iniziativa. Questo lavoro insieme rappresenta per i partecipanti un'occasione per riconoscersi parte di una comunità di cui identificano ed esplorano non solo i bisogni e i problemi, ma anche le risorse, collaborando e confrontando le proprie idee con quelle degli altri, allenando così l'ascolto e ricevendo feedback, per trovare insieme delle soluzioni;*

6) *Restituzione alla collettività e pianificazione delle strategie di coinvolgimento, consiste nella fase di "azione" non ancora implementata, ma che si presume consisterà in una mostra itinerante.*

Entrando più nello specifico dello strumento così come da noi interpretato per la realizzazione della ricerca, in occasione del primo *photovoice* il mezzo utilizzato per la promozione e la diffusione dell'iniziativa sono stati dei volantini (vedi *Appendice 2*), distribuiti porta a porta e nei luoghi maggiormente frequentati dal target, nonché inviati telematicamente a tutti coloro che erano stati intervistati affinché potessero condividerlo con gli anziani che frequentano e/o usufruiscono dei loro servizi. Per gli appuntamenti successivi non è stato necessario l'utilizzo dei volantini in quanto l'iniziativa è stata mediata da altri enti.

Sempre nell'ottica di un lavoro attento a ridurre gli ostacoli alla partecipazione del target anziano, abbiamo cercato di coinvolgere, in due occasioni, anche i giovani affinché potessero loro stessi proporre l'attività ad alcuni conoscenti/parenti e aiutarli nella scelta, acquisizione e invio della foto. In linea con gli obiettivi del progetto *City 4 Care*, il coinvolgimento della popolazione più giovane aveva altresì il pregio di favorire lo scambio intergenerazionale; difatti, il *photovoice* si presta per il lavoro con persone di età e provenienze diverse per la facilità dello strumento che utilizza: l'immagine.

Con questo obiettivo, oltre ai volantini, lo strumento è stato anche presentato a un piccolo gruppo di 7 bambini in occasione di un corso di giornalismo organizzato dal CRAMS, affinché potessero conoscerlo e sperimentarlo loro stessi *in primis*, e poi proporlo di conseguenza, con una maggiore consapevolezza. Nel secondo appuntamento, invece, sono stati coinvolti i bambini e i ragazzi partecipanti al KOKO Camp (e le loro famiglie), affinché invitassero i nonni a partecipare a un laboratorio comune all'interno della settimana di centro estivo organizzato dal CRAMS.

Per aderire alle attività, si chiedeva agli aspiranti partecipanti di inviare le foto scelte via email o portando al CRAMS le foto scattate entro una data indicata.

La parte più faticosa è consistita nel coinvolgere poi i partecipanti alla fase 5), infatti alcuni partecipanti hanno inviato la propria foto senza poi aderire alla discussione delle fotografie, motivo per cui è stato deciso di intraprendere più sessioni tra cui una all'interno dell'RSA Airoidi Muzzi.

In quest'ultima occasione, l'attività di raccolta delle foto è stata favorita dalla collaborazione con un'operatrice della struttura, che ha coinvolto gli anziani e aiutato loro a riflettere sulla domanda di ricerca.

3. ANALISI

3.1 Le interviste

I bisogni della popolazione anziana

I bisogni individuati attraverso le interviste ci restituiscono uno specchio interessante della popolazione anziana dei quartieri del Terzo Paradiso.

Emerge come tema narrativo sottostante i diversi racconti raccolti una fatica connessa alle caratteristiche del luogo in quanto periferico e poco connesso al centro città (specialmente per chi fatica a deambulare), composto da abitazioni spesso non adeguatamente rimodernate che rendono complesso per molti anziani a volte anche solo poter uscire di casa in **autonomia** («*basterebbe pensare che cosa significa abitare in una palazzina, non avere l'ascensore o parenti*»), ci suggerisce l'intervista n. 23).

Altro filone trasversale alle narrazioni è quello della solitudine: in molti sentono la mancanza di spazi informali di aggregazione dove potersi **sentire parte integrante e costitutiva di un tessuto sociale**. Come riporta l'intervistato n. 12, «*nei miei ricordi ho l'anziano che va al bar o al circolo, che erano i luoghi di incontro, oppure il panettiere e il negozietto sotto casa...erano occasioni per scambiare due parole, soprattutto nel momento in cui queste attività erano vigili nei confronti dell'anziano: "come mai non c'è oggi?"*».

Entriamo ora maggiormente nel merito delle quattro aree oggetto della presente ricerca.

Per quanto riguarda l'**area sociosanitaria** si delinea come bisogno importante quello di poter avere un **medico di medicina generale** vicino casa: «*tanti medici sono andati in*

pensione e non c'è più un medico nella zona, per cui tanti devono andare fuori perché non c'è disponibilità» (intervista n. 9, ad es.). Le **farmacie**, laddove presenti, diventano un punto di riferimento alternativo: *«le persone vengono da noi ma noi possiamo sostituirli fino a un certo punto»* (intervista n. 18), ma ci sono anche rioni, come Bonacina e Olate, che non hanno una farmacia sul proprio territorio e rendono quindi necessario uno spostamento per alcuni problematico.

Alcune interviste hanno anche sottolineato un bisogno specifico legato alla **non autosufficienza**, in particolare emerge una carenza dell'assistenza sanitaria domiciliare *«Se invece penso alla fascia di over 65 che possono avere delle fragilità soprattutto sanitarie, il bisogno corrisponde a più assistenza domiciliare, necessità che abbiamo sentito in particolar durante la pandemia [...] L'assistenza domiciliare implica maggiore opportunità di sostegno alle famiglie»* (intervista n. 23).

Desto preoccupazione, poi, la **salute psicologica** della fascia anziana. Chi si trova in una condizione psichiatrica conclamata e cronica non è più intercettato dalle reti di sostegno all'adulto psichiatrico, *«ma in effetti c'è una cronicizzazione della patologia psichiatrica e quindi diventa un bisogno di accudimento»* (intervista n. 2). Inoltre, le misure di contenimento del rischio di contagio hanno reso maggiormente visibile la fatica della solitudine che molti anziani vivono: *«tanti hanno bisogno di uno psicologo, sono fragili. Non hanno compagnia»* (intervista n. 17), esponendo anche in maniera non evitabile gli anziani al confronto con la fragilità del proprio corpo e con la paura di morire *«quando è scoppiato il covid, mia mamma ci ha messo più di quattro mesi per uscire di casa...immagino ce ne siano tanti altri»* (intervista n. 12), ma anche aprendo alla possibilità di abitare in alloggi condivisi *«Ovviamente ecco me ne torno indietro un attimo sul bisogno anche di donne sole, donne, anziane, sole, che scelgono di non vivere più nel proprio appartamento. Perché? Perché insomma, diventa anche la solitudine, diventa un elemento molto problematico, per cui chiedono di poter abitare, vivere a casa Amica»* (intervista n. 20).

Altro tema è quello della **digitalizzazione** del sistema sanitario, evidenziatosi nel periodo pandemico con la prenotazione per la vaccinazioni ma che rimane anche quando si rende necessario ad es. inviare una mail per prendere appuntamento con il medico di medicina generale o ricevere una ricetta/impegnativa: *«un bisogno degli anziani quindi è il supporto tecnologico costante»* (intervista n. 14).

Nell'**area del cibo**, torna il tema della necessità di spostarsi per poterlo acquistare: a Bonacina, ad esempio, ci è stato riportato che *«una volta c'era un alimentari, un negozio di abbigliamento e hanno chiuso [...] erano dei centri di aggregazione»* (intervista n. 7), come anche a Germanedo *«l'altro elemento grosso per la parte alta del quartiere è quella dei servizi alimentari - qui una volta c'erano dei negozi quindi quando c'era da prendere una cosa da mangiare era facilmente accessibile, adesso si va all'Iperal, al Bennet o non si mangia»* (intervista n. 10).

Non paiono essere molti gli anziani con una fragilità economica così importante da rendere complesso acquistare del cibo, come riportano alcune associazioni che si occupano di

distribuire pacchi alimentari *«abbiamo la distribuzione viveri che si rivolge a tutta la cittadinanza e sono pochi gli anziani che accedono per fortuna»* (intervista n. 22).

Per quanto riguarda l'**area del movimento**, questo bisogno sembra essere poco riconosciuto come elemento importante della vita dell'anziano: solo una signora riporta che *«si fa fatica a salire le strade, ci sono molte salite.[...] Poi vado a fare le mie passeggiate»* (intervista n. 9), ma il resto degli intervistati lo interpreta solamente in quanto assistenza a chi non è in grado di muoversi in autonomia, come ad es. *«l'altro problema che si pone è per quegli anziani che non hanno una rete di supporto familiare, o comunque la rete di supporto familiare ha una serie di impedimenti, che si traduce in una mancanza di supporto, problematico soprattutto se sono disabili, o hanno problemi di deambulazione»* (intervista n. 6).

Tuttavia, andando poi nel prosieguo dell'intervista a sondare le attività che i diversi enti intercettati offrono alla popolazione over 65, ecco che invece si rivela un universo di opportunità legate proprio alla dimensione del movimento: la lettura che proviamo ad offrire di questa apparente incongruenza è che l'attività fisica sia considerata come un bisogno importante ma non primario e non compare quindi immediatamente alla mente di chi si trova a rispondere ad una domanda esplicitamente volta ad esplorare i bisogni della popolazione anziana.

Infine, abbiamo l'**area della cultura**, dove si evidenzia una duplicità di sguardo affascinante. Da un lato abbiamo l'emergere di un bisogno dell'anziano di sentirsi **produttore di cultura**, soprattutto nell'ottica di una trasmissione intergenerazionale del sapere e dell'esperienza acquisita nel corso della propria vita: *«[...] mantenere viva la memoria e trasmetterla alle nuove generazioni. C'è un bisogno di raccontare e un desiderio di essere ascoltati. Raccontare le loro esperienze è un modo per sentirsi vivi nel presente: la persona anziana, nel bene o nel male, è un pezzo di storia»* (intervista n. 5), o anche *«c'è una grande ricchezza nel mondo di un anziano, avere questa pazienza di tirarli fuori di casa e utilizzare tutte le loro sapienze, le saggezze degli anziani»* (intervista n. 22). Dall'altro, invece, si manifesta il bisogno di **acquisire delle abilità** sia per restare connessi a una società in rapido mutamento come ad es. *«Durante la pandemia c'erano state richieste su come usare i computer per accedere ai medici di base, e ora [...] sta partendo anche questo piccolo corso, oppure tanti anziani non sanno usare il cellulare, e sta partendo anche un piccolo corso di questo tipo»* (intervista n. 15), sia per lasciarsi incuriosire e stimolare da qualcosa di nuovo per *«riprendere un po' il gusto del vivere e non solo soddisfare i bisogni primari, con delle attività laboratoriali artistiche creative, rincontrare e aprirsi al territorio»* (intervista n. 22).

Su questo tema emerge anche un bisogno concreto, cioè quello di poter avere *«un calendario che riunisca tutte le proposte»* (intervista n. 16) così da permettere agli anziani di venire a conoscenza delle possibilità culturali e di intrattenimento che il territorio offre. Altrettanto utile in questa direzione pare, come raccolto da più voci, la possibilità di avere accesso a luoghi contenitori di eventi culturali e punti di aggregazione - *«mancano case di quartiere, spazi simili al Giglio»* (intervista n. 16) - seppure non siano tutti concordi nel fatto

che possano avere una valenza pari a quelli informali nel generare senso di appartenenza: «Intendo che mancano i luoghi di incontro informali. Puoi creare quelli formali (come già hanno fatto e fanno il Giglio, Laser), ma non è lo stesso» (intervista n. 1).



Il Giglio propone alle persone over 60

CANTA CHE TI PASSA

due appuntamenti per trascorrere il pomeriggio insieme



Giovedì 8 ottobre ore 14.30
all'Oratorio di Bonacina

Giovedì 15 ottobre ore 14.30
al Circolo S. Pio X a Rancio

È obbligatoria la prenotazione

Per informazioni e iscrizioni telefonare a:
IL GIGLIO - Comune di Lecco, via Ghislanzoni 91
cell. 348 5272116 oppure 0341 287592 (da lunedì a venerdì dalle 10 alle 12)

I posti sono limitati. Per dare modo a più persone di partecipare, è possibile prenotarsi a un solo appuntamento, salvo disponibilità di posti. Le attività saranno svolte nel rispetto delle misure di sicurezza anti-Covid (uso mascherina, distanziamento, misurazione temperatura, igienizzazione mani).




Internet e smartphone

Rischi e opportunità

Martedì 24 maggio ore 09:45

CORSO DI FORMAZIONE per consumatori over 60, organizzato da ADOC in collaborazione con Il Giglio, nell'ambito del progetto GenerAzioni Sostenibili.

Durante l'incontro parleremo di:

- navigazione e comunicazione in sicurezza (siti web, App e social network)
- protezione dei dati e della privacy

Relatore: Piero Bonfanti, tutor informatico
L'incontro si svolgerà presso il Circolo ACLI Campaniletto in Via Previati 21 a Lecco, che si ringrazia per la messa a disposizione degli spazi.

Per info e prenotazione (obbligatoria) contattare Il Giglio - Via Ghislanzoni 91 - Lecco
Tel 0341 287592 Cell 348 5272116 (da lunedì a venerdì dalle 09:30 alle 12)
Email: ilgiglio@comune.lecco.it



GenerAzioni Sostenibili - Progetto finanziato dal Ministero del Lavoro e della Politiche Sociali ai sensi dell'articolo 29 del D.Lgs. 117/2017 - Avviso 3/2020



LUNGO LE SPONDE DEL GERENZONE

BENESSERE degli ANZIANI

quattro chiacchiere sulla nostra salute

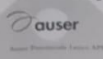
TRE INCONTRI CON PROIEZIONI VIDEO E CONFRONTO
CONDOTTI DA AUSER LECCO
IN COLLABORAZIONE CON IL GIGLIO

presso Circolo Libero Pensiero
martedì 29 marzo 2022, ore 15
PREVENZIONE DELLE CADUTE

✓ martedì 3 maggio 2022, ore 15
ALIMENTAZIONE E DIABETE

✓ martedì 31 maggio 2022, ore 15
IL CALDO ESTIVO

È richiesto il green pass



Per info e iscrizioni:
Monica: 333 8034880
AUSER Lecco: 0341 286096
Il Giglio: 0341 287592

con il contributo di

29 marzo, 3 maggio, 31 maggio
alle ore 15.00
presso Circolo Libero Pensiero
Via Caffoni, 14 LECCO

Letture della bolletta

Martedì 28 giugno ore 09:45

CORSO DI FORMAZIONE per consumatori over 60, organizzato da ADOC in collaborazione con Il Giglio, nell'ambito del progetto GenerAzioni Sostenibili.

Durante l'incontro parleremo di:

- bolletta energia
- bolletta gas
- bolletta acqua

Relatrice: Sara Boschin, responsabile progetto energia ADOC Milano
L'incontro si svolgerà presso il Circolo ACLI Campaniletto in Via Previati 21 a Lecco, che si ringrazia per la messa a disposizione degli spazi.

Per info e prenotazione (obbligatoria) contattare Il Giglio - Via Ghislanzoni 91 - Lecco
Tel. 0341 287592 Cell 348 5272116 (da lunedì a venerdì dalle 09:30 alle 12)
Email: ilgiglio@comune.lecco.it



GenerAzioni Sostenibili - Progetto finanziato dal Ministero del Lavoro e delle Politiche Sociali ai sensi dell'articolo 29 del D.Lgs. 117/2017 - Avviso 3/2020



Volantini di alcuni degli eventi promossi dalla struttura "Il Giglio", spazio di incontro per gli over 60 di Lecco situato nei pressi dei Quartieri del Terzo Paradiso, il secondo ente più citato dagli intervistati dopo le parrocchie

Le attività e i servizi

Riportiamo in seguito le principali attività e servizi realizzati all'interno degli ambiti oggetto della ricerca ovvero il *cibo*, il *movimento*, la *cultura* e l'*area sociosanitaria*.

Segue una descrizione delle offerte disponibili divise per area, che può essere integrata dalla *Appendice 3*, in cui compare una breve descrizione di ognuno degli enti individuati e delle attività e servizi da loro implementati nelle quattro aree di interesse. In *Appendice 3* compare inoltre una descrizione di tutti gli enti e attori che è stato possibile intervistare (a eccezione dei "cittadini attivi"); nella tabella compare anche il numero di volte in cui ogni ente è stato citato nelle altre interviste, indice utile a comprendere quanto l'ente sia riconosciuto come giocare un ruolo nella vita degli anziani che frequentano i Quartieri del Terzo Paradiso da parte degli altri attori del territorio. A questo elenco iniziale è stata poi aggiunta una riga per ogni ente non intervistato che sia però stato menzionato almeno tre volte nelle altre interviste o che fosse situato nell'area dei Quartieri del Terzo Paradiso e prevedesse attività o servizi che intercettano il target della terza età.

Cibo

Dall'analisi delle interviste emerge in primo luogo la **funzione aggregativa e sociale del cibo**. Come ricorda l'intervistato n. 4: *«Il cibo per noi è socializzazione; non perdiamo occasione per generare momenti dove il cibo diventa l'occasione per stare insieme»*. In questo senso, i luoghi privilegiati sono le baite e i rifugi di montagna che ospitano gli anziani durante i pranzi o le cene conviviali.

Tra le attività che primariamente vengono portate avanti, tuttavia, vi sono i percorsi di **educazione e informazione alimentare**. Spesse volte, in collaborazione con medici privati o professionisti dell'ASST, vengono organizzate giornate aperte agli anziani in cui poter spiegare loro come alimentarsi al meglio nella vita di tutti i giorni e anche durante i momenti straordinari, quali le passeggiate verso i rifugi. In alcuni casi vengono avviate iniziative dove attraverso la consulenza di esperti si accompagnano gli anziani all'acquisto critico e consapevole: *«facciamo percorsi con associazioni di consumatori per permettere alle persone di comprendere come leggere un'etichetta, e quindi proteggerle su alimentazione, prodotti contraffatti. In generale lo facciamo per tutti i consumatori, ma ancora di più è importante per la persona anziana.*

Facciamo anche comprendere quali sono alimenti certamente più idonei alla categoria specifica dell'anziano e suo stato di salute» (intervista n. 6).

Altrettanto diffuse vi sono le iniziative di **distribuzione dei generi alimentari**: Croce Rossa, enti locali e organizzazioni in collegamento con UE sono i principali erogatori di simili servizi. Si tratta di iniziative divenute ancora più importanti durante il primo periodo della pandemia (marzo-maggio 2020) in cui le forti restrizioni erano particolarmente impattanti per coloro che erano soli.

Se era emersa come problematica la mancanza di negozi locali, anche ai fini di acquistare generi alimentari in autonomia da parte delle persone over 65 con mobilità ridotta, alcuni intervistati illustrano come alcuni banchetti alimentari che si spostano tra i rioni in giorni diversi stiamo sopperendo a questa carenza: *«Ci sono alcune bancarelle ambulanti che girano - il fruttivendolo o quello che vende il pane, vanno proprio nei rioni. Hanno un po' il ruolo dei negozi di quartiere»* (intervista n. 16), *«Ora c'è un venditore ambulante che viene ogni giovedì, e la gente comunque viene perché non può permettersi di andare al supermercato a far la spesa. [...] Se non ci fosse M. [nome proprio] che vende di tutto, non so tutti i poveri anziani come farebbero»* (intervista n. 7).

Infine, anche se citate con una minor frequenza, vi sono le **attività di giardinaggio** all'interno di servizi sociosanitari oppure su terreni dati in concessione dal Comune per poter coltivare cibo a km0.

Movimento

Soffermandosi sulle aree di azioni relative al movimento, emerge in primo luogo come per gli anziani il **movimento sia sinonimo di salute**. Per questo motivo le attività che vengono principalmente proposte in questo ambito riguardano **escursioni di gruppo, gite fuori porta, camminate all'aperto** valorizzando il patrimonio naturalistico di cui vanta la zona. Come ricorda l'intervistato n. 17, infatti, si tratta di momenti importanti che possono durare anche più di un giorno e che svolgono allo stesso tempo una funzione di socializzazione e aggregazione per gli anziani o le persone neo-pensionate: *«Siamo più di 150 iscritti, si diventa iscritti al CAI Gruppo Età d'Oro (GEO) facendo almeno 9 passeggiate in un anno. Organizziamo una settimana bianca sulla neve, una verde che facciamo a fine giugno e quella azzurra che sarebbe al mare, dove andiamo a camminare. Sono delle occasioni di socializzazione, vengono 20-30 persone tra gli iscritti [...]. Organizziamo anche gruppi di trekking di due o tre giorni. Quando organizziamo una gita spieghiamo qual è la difficoltà della gita e prevediamo percorsi con livelli di difficoltà diversi»*. Nel caso delle parrocchie possono essere proposti pellegrinaggi in luoghi di culto significativi in cui la dimensione del movimento si unisce a quella spirituale nonché culturale-sociale.

Altre azioni relative a questo ambito, invece, riguardano tutte le **iniziative sportive-dilettantistiche**, come per esempio i corsi di yoga, ginnastica dolce o ballo portati avanti nelle palestre/spazi a disposizione del territorio: *«abbiamo fatto un piccolo corso di yoga. Anche l'ASST ha sempre proposto cicli di informazione sulla prevenzione delle cadute, come muoversi in casa ecc.; abbiamo sempre partecipato con un gruppo di anziani interessati»* (intervista n. 15).

In alcuni casi l'attività fisica viene associata anche a possibili **interventi di fisioterapia** a disposizione per coloro che ne sentono la necessità.

Infine per un paio di intervistati, il movimento è stato inteso come **“accesso alla mobilità:”** non tutti gli anziani infatti hanno a disposizione una macchina che li possa accompagnare

presso i servizi di cui hanno bisogno. In questo senso qualche ente prova a sopperire a questa mancanza: *«abbiamo una macchina interna per cui su quello se c'è bisogno garantiamo un accompagnamento. Diversamente abbiamo accordi con Auser e i servizi sociali quando c'è bisogno di un qualcosa di un po' più articolato e continuativo»* (intervista n. 20). In affiancamento al ruolo di Auser nei servizi trasporto, è spesso citata in tal senso anche l'associazione Anteas.

Cultura

L'offerta delle attività culturali è molteplice. In primo luogo viene ricordato **l'accesso alle biblioteche** in gruppo oppure la costruzione di biblioteche interne alle strutture di residenza per anziani per facilitare il reperimento di libri a coloro che hanno difficoltà a muoversi.

Altrettanto diffuse e praticate sono le **visite guidate presso mostre artistiche** della zona, ma non solo: *«ogni tanto organizziamo delle escursioni culturali, ad esempio abbiamo visitato la mostra di Segantini a Milano, il museo egizio a Torino, la cappella di Teodolinda»* (intervista n. 16); *«siamo andati a vedere delle mostre presso il Palazzo delle Paure: sicuramente l'ambito culturale e artistico è vicino agli interessi degli anziani per cui si cerca di portare avanti queste attività»* (intervista n. 2). In questo senso oltre alle mostre non manca la **partecipazione al cineforum o agli spettacoli di teatro**. Per gli over 65 che risiedono alla RSA Airoidi e Muzzi, la possibilità di visitare i luoghi di cultura è comunque presente, sfruttando le possibilità offerte dalla tecnologia: *«un'altra cosa che piace molto ai nostri anziani si chiama Miravilius che organizza dei viaggi digitali e delle visite guidate a delle città e a dei musei, che però sono interattive e consentono gli ospiti ad interagire, in più in collaborazione con il bar si preparano esperienze a tema, tipo dopo la visita a Venezia A. ha preparato lo "sprit" con il succo e la lemon soda»* (intervista n. 23).

L'arte può essere utilizzata anche con una **funzione di riabilitazione e di benessere** per gli anziani: è il caso dei percorsi di arteterapia che vengono proposti in gruppo o in sessioni individuali da diversi professionisti. L'arte terapia è stata utilizzata anche come strumento di espressione per accompagnare gli anziani ad affrontare il periodo post emergenziale della pandemia: *«Una delle mie allieve lavora all'ATS di Lecco; è una psicoterapeuta e mi ha proposto di realizzare un progetto che si chiama "Lontani ma vicini", in cui abbiamo proposto di realizzare alcuni dipinti che trasmettessero le varie sensazioni che si stavano vivendo in quel periodo. Questi dipinti sono stati donati all'ospedale di Lecco come incoraggiamento al personale sanitario. Questo progetto è stato molto utile anche per le persone anziane, che erano perse e chiuse in casa»* (intervista n. 3). La creatività viene sperimentata non solo nei percorsi di arte-terapia, ma anche nelle **iniziative laboratoriali di manualità o di realizzazione dei giornalini locali**.

Servizi sociosanitari

All'interno del sistema sociosanitario gli sforzi più frequenti si collocano nel periodo post-emergenziale quando vi era la necessità di **accompagnare gli anziani a vaccinarsi**. Sono

stati creati sportelli utili per facilitare la compilazione dei moduli necessari alla prenotazione dei vaccini: *«abbiamo aperto uno sportello per aiutare le persone "bisognose" per poter accedere... sia per richiedere i moduli sia per prenotare i vaccini: ci siamo inventati noi visto che gli anziani non hanno tutti la capacità di prenotare. Le abbiamo fatte noi e abbiamo fatto un centinaio di prenotazioni: questa è una cosa che abbiamo fatto noi e ci è anche stata riconosciuta l'attività che abbiamo svolto dal Comune»* (intervista n. 5). Qualche ente si è fatto intermediario tra servizi territoriali e bisogni degli anziani attraverso la gestione e l'accompagnamento alla **prenotazione e all'acquisto di farmaci**. Talvolta le farmacie (ma anche qualche ente intervistato) hanno avviato **spazi informativi su prodotti farmaceutici, patologie o esposizioni a rischi** per facilitare l'acquisizione di competenze negli anziani: *«abbiamo seguito un corso su come trattare le emorragie e le ferite domestiche»* (intervista n. 17).

Attività minoritarie e più sporadiche sono andate nella direzione della **prevenzione sulla ludopatia** (all'interno del piano GAP), **consulenza per l'attivazione della legge 104** in collaborazione con il patronato e percorsi di **riabilitazione e mantenimento delle funzioni cognitive**.

Luoghi frequentati dagli anziani

Dall'analisi delle interviste emergono diversi luoghi in cui gli anziani preferiscono incontrarsi. Le ricorrenze maggiori riguardano la **frequenza alle attività parrocchiali o nella gestione di luoghi religiosi del territorio** (es.: santuari del posto) in cui le persone possono spendersi attivamente prendendosi cura del posto: *«c'è un gruppo di anziani, tutti, che si trova una volta alla settimana alla chiesa di s. Egidio, fanno un giretto e un servizio di custodia della chiesa e anche del terreno circostante. Se c'è il sole, tirano fuori le sedie e si mettono lì fuori a chiacchierare»* (intervista n. 8); *«un gruppo di circa 10 "giovani anziani" (60/65 anni) sta sistemando la strada che va dal nucleo vecchio di Germanedo fino al santuario della rovinata (taglio erba, pulizia ciottoli, cura e custodia del santuario, dipingono le edicole per la strada)»* (intervista n. 12).

Non meno importante risultano i **bar e/o circoli della zona** in cui i pensionati si ritrovano per stare in compagnia o per giocare a carte passando così in compagnia le giornate di tutto l'anno. Talvolta è possibile accedere ai giochi da tavola anche in spazi che il comune stesso mette a disposizione.

Allo stesso tempo, gli intervistati riferiscono il ruolo importante che **gli alpini** svolgono nell'offrire occasioni di incontro e socialità per pensionati **prevalentemente all'interno di baite situate in luoghi tipici e naturalisticamente affascinanti** *«c'è un gruppo legato agli alpini (che tiene dentro over 65 e qualche ragazzo più giovane), che oltre ad avere una baita sopra al santuario della Rovinata, ha anche iniziative in cui tengono aperte 1-2 domeniche al mese la baita stessa»* (intervista n. 12).

Anche i **centri anziani** già presenti e attivi sul territorio vengono riconosciuti dai pensionati stessi come luoghi altrettanto significativi per conoscere altre persone e per poter sperimentare attività insolite per loro: *«alcuni frequentano i centri anziani, una signora mi diceva «adesso vado al centro anziani, ho portato i miei dipinti e li ho appesi, e ci hanno dato da fare dei cartelloni e adesso sono capace di usare i colori e possono insegnare anche agli altri come devono fare!»* (intervista n. 3).

Infine, in misura minoritaria, vengono riportate le **associazioni di volontariato** (tra cui quelle dedicate alla cura degli animali) o i gruppi culturali di cui gli anziani fanno parte e che non sempre però riescono a coinvolgere la comunità territoriale più estesa: *«c'è un gruppo culturale che si chiama GAO che fa corsi per presepi. Fa mostra due volte all'anno di quadri aperta a pittori dilettanti, ma non coinvolge la vita del rione»* (intervista n. 1)

3.2 Il photovoice

Nei mesi di giugno e luglio 2022 sono stati organizzati tre incontri di *photovoice* e sono in programma altri due incontri per il mese di settembre in collaborazione con Il Giglio, centro diurno per anziani del Comune di Lecco³. Se inizialmente, infatti, era stata avanzata la proposta di un unico evento, col passare del tempo si è reso evidente e necessario che, per raggiungere un gruppo di persone over 65 sufficientemente significativo, tanto nel numero, quanto nelle caratteristiche (uomini e donne; persone più o meno competenti nell'utilizzo delle tecnologie; persone più o meno indipendenti; volontari di associazioni e persone attive nella comunità, ma anche i c.d. "cittadini passivi"), il nostro ente fosse supportato nella pubblicizzazione e nell'organizzazione da parte degli enti che già lavorano con il target, rappresentando essi un canale privilegiato per il contatto con loro, ma anche un punto di riferimento per gli anziani. È nata, quindi, l'idea di realizzare più appuntamenti all'interno degli stessi luoghi frequentati quotidianamente dagli anziani, che rappresentassero per loro anche degli "spazi sicuri" per l'incontro con noi.

In un'occasione, l'attività è stata arricchita dalla partecipazione di alcuni bambini e ragazzi (età 5-15 anni) già impegnati nelle attività estive del KOKO Camp, con i quali è stata organizzata un'attività che facilitasse il confronto con i nonni e che li invitasse a riflettere su similitudini e differenze rispetto a ciò che fa stare bene entrambi.

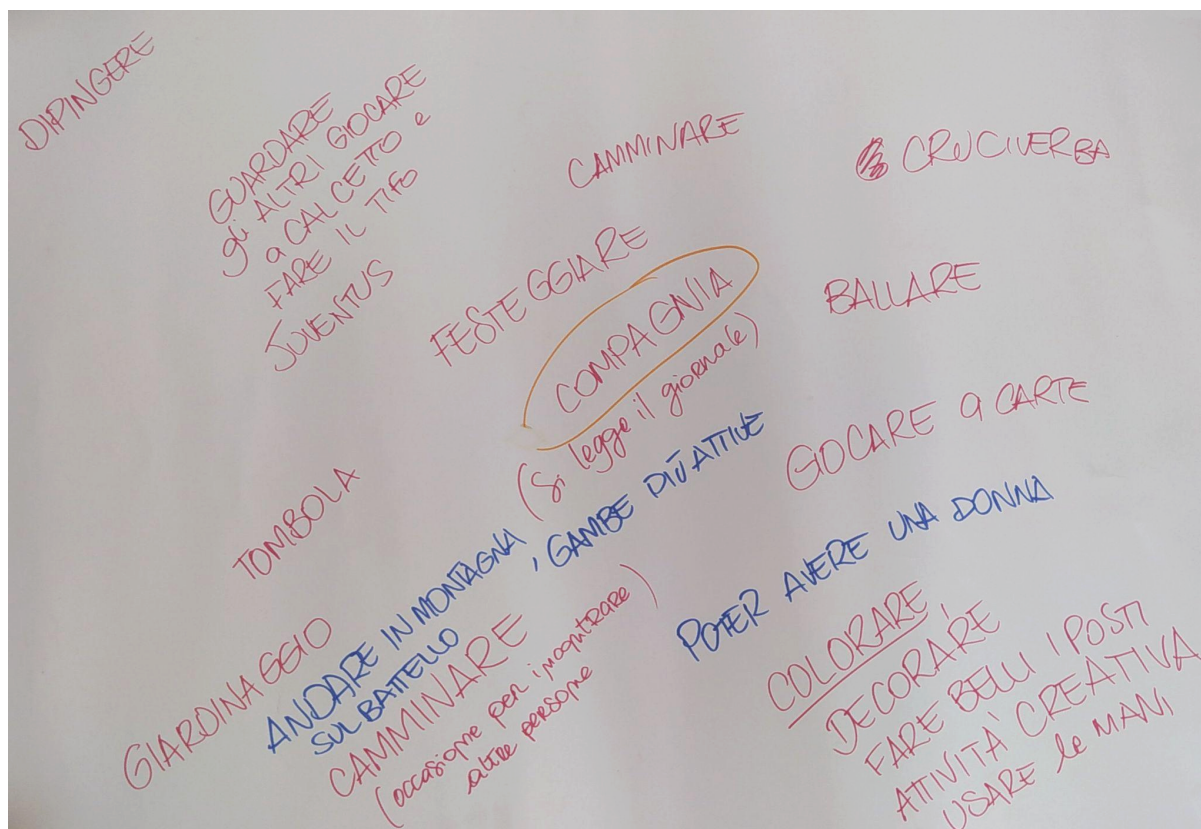
Di seguito l'elenco dei workshop già realizzati:

- 25/06/2022: Circolo Arci Promessi Sposi (10 partecipanti dei comuni di Germanedo, Belledo, Castello e Rancio), con merenda offerta ai partecipanti e agli anziani del Circolo con alcune proposte di alimentazione sana
- 11/07/2022: KOKO Camp % Oratorio di Bonacina (6 partecipanti over 65 e 50 bambini)
- 19/07/2022: Bar "La Gerla d'oro", presso la RSA Airoidi Muzzi (8 partecipanti)

³ Si fornirà integrazione al presente report con i dati che raccoglieremo in quelle occasioni.

I *photovoice* hanno generato materiale fotografico (le foto portate e i collage costruiti dai/le partecipanti) e testuale (i racconti orali a partire dal materiale visivo). Mentre le foto sono state raccolte, le parole non sono state registrate bensì trascritte dai ricercatori, cercando quando possibile la fedeltà con le espressioni originali. Altre volte sono stati presi appunti generali su quanto emerso dai racconti in termini di bisogni di benessere.

Analisi dei bisogni di benessere



Il cartellone è stato realizzato a partire dai racconti degli anziani incontrati in occasione del *photovoice* svoltosi all'interno della RSA Airoidi e Muzzi

L'analisi del materiale raccolto è avvenuta tenendo come schema le categorie di ricerca esplicitate all'inizio, sulle aree del cibo, del movimento, della cultura e dell'area sociosanitaria. Abbiamo riguardato il materiale provando a identificare i bisogni ricorrenti nei racconti dei/le partecipanti. Trasversalmente ai tre *photovoice*, sono emersi alcuni bisogni o, in una metafora, "ingredienti di benessere" che possono essere raggruppati sotto le quattro categorie già utilizzate:

- cibo (ad esempio cucinare per altri, fare festa, produrre e regalare il proprio vino e olio, fare la salsa di pomodoro come momento di socialità e tradizione)
- movimento (ad esempio fare trekking o passeggiate)
- cultura (ad esempio visitare musei e andare a concerti)

- sociosanitario (ad esempio la casa di riposo, l'intervento chirurgico, il medico di base)

Restano un po' laterali rispetto alle quattro aree inizialmente individuate i bisogni di benessere legati alla sfera relazionale (familiare o amicale) e il rapporto con la natura, al di là dell'attività sportiva in natura. Se la qualità delle relazioni permea tutte le quattro aree interagendo con gli altri bisogni o forse strategie di benessere (relazione attraverso il cibo, il movimento, la cultura e la cura sanitaria), la natura sembra indicare la direzione di un bisogno di connessione 'spirituale' con il vivente certamente mediato dalla cultura, ma più nel senso come vedremo della tradizione dei saperi dei luoghi e degli ecosistemi che possono essere trasmessi.

Vediamo ora qualche esempio dai racconti fotografici raccolti. Nel presentare i bisogni di benessere, saranno mostrate alcune fotografie da noi modificate applicando un 'ritaglio' per lasciare parlare l'immagine in modo evocativo (come è proprio del metodo *photovoice*) e preservare allo stesso tempo l'anonimato dei/le partecipanti coinvolti nella ricerca. Non tutti i bisogni emersi sono riconducibili alle quattro aree.

Le relazioni familiari, amicali ed estese

Le relazioni affettive sono l'ingrediente di benessere che emerge in modo più trasversale ai racconti dei/le partecipanti over 65.

A. mostra molte foto con a propria famiglia (con i nipoti, i figli, la sorella, il marito) anche in occasioni di festa più o meno tradizionale (Natale, compleanno suo e del nipote disabile, una visita al marito in casa di riposo tra una chiusura Covid e l'altra) e durante la gita per la mostra del pittore Ligabue a Villa Reale. Un'altra partecipante mostra una foto con i numerosi nipoti in occasione della sua festa di compleanno al crotto di uno di loro a Varenna: *«era il periodo del Covid, mi hanno fatto una sorpresa per i miei 80 anni, siamo andati al crotto e siamo venuti a casa alle 3!»*. Il benessere riguarda il passare del tempo insieme vivendo momenti in compagnia, da ricordare: *«con i miei nipoti mi diverto, c'è confidenza, abbiamo un forte legame...»*.

La paura della morte, che confida nonna M. a uno dei ragazzi del KOKO Camp che le ha fatto la domanda, è legata al pensiero per i nipoti: *«Ho paura della morte perché non potrò più vedere i miei nipotini, ma in fondo so che è giusto morire perché fa parte del ciclo della vita»*. Dal *photovoice* svoltosi all'interno della RSA Airoidi e Muzzi emerge infine il bisogno di poter avere una relazione sentimentale per una persona che vive in casa di riposo.



A.: *«In un'altra foto mi tira i capelli, c'è confidenza»*

Le relazioni familiari rappresentano talvolta, però, un aspetto totalizzante per l'anziano che, da alcuni racconti, emerge come una figura centrale per l'equilibrio della famiglia che avendo bambini piccoli si appoggia ai nonni, quando ancora autonomi, per la cura dei nipoti, diventando un supporto a livello economico e logistico non indifferente. Se sicuramente la vicinanza dei bambini è sempre percepita positivamente (*«mi piace molto stare con i miei nipoti»*), essi lamentano di dover dedicare molto tempo a queste attività di *«babysitting»* (come le definisce una nonna) che descrivono spesso come molto faticose e impegnative a livello tanto fisico (*«A volte, quando i miei nipotini vengono a trovarmi, nascondo la palla, perché la mia nipotina che ha 10 anni vuole giocare a calcio»*), quanto di tempo, che non può essere di conseguenza impiegato in altre attività: *«[servirebbero] più servizi per i bambini. L'asilo costa troppo. Se vuoi fare qualcosa [parlando di sé] non puoi farlo: non c'è aiuto per quando hai bambini piccoli»*.

Quanto alle relazioni amicali, continuano a essere tessute all'interno di attività semplici e del quotidiano, come una passeggiata per scambiare due chiacchiere, un momento di gioco come le carte e gli scacchi, o un incontro al bar per raccontarsi davanti a una tazza di tè o per completare insieme le parole crociate.



«M. ha ritrovato qui una sua amica delle elementari, che vive in un altro reparto ma qui al bar si possono incontrare [...] prendono il tè e chiacchierano dei vecchi tempi..» (A., operatrice RSA Airoidi e Muzzi), suggerendo quanto il benessere, ancora una volta, sia dato dalla condivisione di un ricordo comune





«Ci piace fare festa e ne organizziamo spesso, ogni occasione è buona: merende, pranzi... E ogni fine del mese facciamo la "pizza sotto le stelle"»

Lo «*stare in compagnia*», sentirsi parte di un gruppo o di una comunità, assume un valore di per sé, ed è per questo anche che molti anziani decidono, quando ne hanno la possibilità, di dedicarsi anche ad attività di volontariato.

La socialità estesa al di là del nucleo familiare aiuta a superare i momenti e i ricordi difficili, ad esempio nell'attività di volontariato. C'è un particolare ingrediente di benessere nel tocco (o relazione) attraverso l'ascolto dell'altro, con il corpo ma anche con le parole: *«Da 17 anni sono volontaria AUSER, faccio compagnia telefonica alle persone sole, condivido con loro la mia gioventù. Quando torno a casa dal servizio sono rilassata. Mi piace ascoltare più che parlare, mi fa stare bene ... [mi aiuta] lo stare in mezzo alla gente, poter parlare, vedere i tanti disagi che durante la vita ci sono. Stare in mezzo alla gente è la cosa più bella, la gente giusta. La gente giusta è chi comprende, chi capisce quello che hai dentro»*. Anche gestire un luogo di incontro per gli altri è un'impresa complessa che, pur nelle fatiche, porta un senso di riconoscimento nel farsi promotori di comunità.

Il cibo

Per molti partecipanti, il cibo è un importante elemento di comunicazione e di costruzione di relazioni significative. Può essere associato a dinamiche di negoziazione dei ruoli di accudimento e di genere, come nel caso di M. che racconta della routine culinaria con il nipote: *«mio nipote viene a mangiare tutti i giorni da me, lavora anche in giro, ma viene tutti i giorni, è cliente fisso. Mi chiama per dirmi che sta arrivando, e io sbuffo, una barba! ma se dovesse mancare due giorni mi mancherebbe [...] Lo mando a quel paese perché noi siamo fatti della stessa pasta»*.

La relazione tra i due sembra sottolineata con piacere dalla metafora della “pasta” (torna il senso del tocco che tratteremo più sotto) e dal tono di ironia generale del racconto.

Per altri, preparare prodotti della tradizione è un elemento di benessere che sostiene anche in momenti di ansia e solitudine come durante il periodo di lockdown: *«In pandemia non potevo venire al circolo a giocare a freccette e quindi ho allestito uno spazio in cantina. Faccio anche il vino comprando l’uva dalla pianta, Nebbiolo, San Giovese, e l’olio in Liguria»*. Ma anche nel quotidiano, il cibo offre un linguaggio per comunicare vicinanza laddove forse le persone potrebbero essere culturalmente meno abituati a esprimerla: *«I miei due nipoti li vedo poco, gli cucino la cotoletta che per loro è specialissima (“la cotoletta del nonno”) anche se non è niente di che»*.

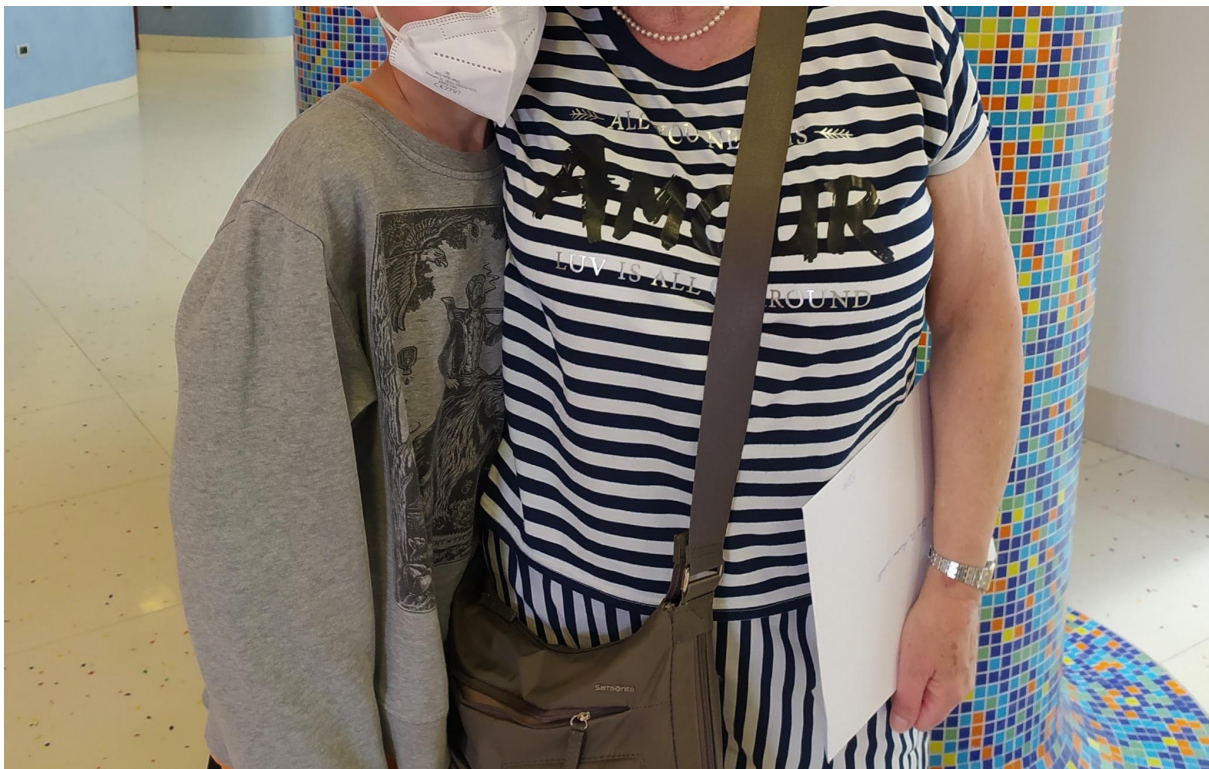
In più occasioni, gli anziani hanno raccontato di come la preparazione di alcuni cibi sia, in effetti, un’occasione di socializzazione preziosa: preparare la salsa di pomodoro in cantina, come fa A. con amici e parenti, oppure il pesto con i prodotti dell’orto sono motivo di soddisfazione per loro e danno poi l’occasione per trascorrere momenti di convivialità con la famiglia che si riunisce intorno al tavolo per assaggiare queste pietanze.



La cura e la raccolta dei prodotti dell’orto, la cucina semplice e casalinga, il pasto sono momenti che anche i bambini hanno portato ripetutamente parlando di cosa, secondo loro, fa stare bene i nonni: *«la nostra nonna Eve prepara il pesto per tutti, questa volta ha fatto 14 vasetti!»* oppure *«il nonno ha l’orto e coltiva l’insalata»*.

I servizi (e gli operatori) sociosanitari

Un importante ingrediente di benessere che emerge dalle interviste con il *photovoice*, seppure in modo indiretto come contesto dei racconti, è quello della salute e del rapporto coi servizi sanitari («*Il primo bisogno è la salute, e connesso a questa, è avere tutti i servizi che concorrono a garantire la salute*», intervista n. 10). A. porta alcune foto di visite mediche e chirurgiche a cui l'hanno accompagnata dei familiari, e mostra una foto con il marito in casa di riposo durante la pandemia. La cura della salute ci sembra emergere come un aspetto importante della quotidianità degli intervistati, che pone loro necessariamente la questione della qualità del servizio a cui hanno accesso.



A.: «mio nipote mi ha accompagnata per un intervento chirurgico»



A.: «Mio marito è in casa di riposo, questa è una foto scattata tra un lockdown e l'altro, un piccolo momento in cui abbiamo potuto essere vicini!»

In questo senso, da un lato emergono alcuni pensieri sulla qualità positiva del servizio a partire dalla propria esperienza. Ad esempio, un ospite della RSA Airoidi e Muzzi mostra una foto in cui balla con una volontaria della struttura.



G.: «In questa foto stavo ballando con la Piera, una volontaria. Una volta ballavo sempre, ma adesso le gambe non vanno più... mi piaceva il valzer, ma adesso è troppo veloce!»

La foto sopra esprime quanto la presenza, la compagnia e il sostegno di figure quali i volontari e gli operatori che svolgono un servizio per le persone anziane non più autosufficienti rivestano un ruolo importantissimo nell'assicurare il loro benessere, in particolare negli aspetti di creatività, piacere e giocosità della relazione che vanno oltre all'assistenza medica e sanitaria e alimentano la salute e il benessere olistico della persona.

A. raccontava invece che un giorno durante una visita alla RSA dopo la pandemia, lei e il marito in carrozzella hanno ballato un po' nel cortile della casa di riposo, per conto loro: la sua esperienza della RSA non è stata altrettanto positiva rispetto a una visione olistica di benessere.

Tra gli aspetti di criticità del sistema sociosanitario, che quindi incidono sul benessere della persona anziana, emergono soprattutto i lunghi tempi di attesa e la difficoltà di spostamento che richiedono alcune visite e servizi, anche per l'accesso a quelli dei medici di medicina generale. In occasione del workshop realizzato al KOKO Camp, i nonni seduti intorno al tavolo a chiacchierare hanno concordato sul fatto che *«serve [un servizio più adeguato da parte de] l'ospedale. C'è una difficoltà nel rapporto con i medici, il pronto soccorso è pieno»* e uno di loro afferma *«è impossibile prendere appuntamenti medici, ad esempio per l'ecografia, i tempi di attesa sono lunghi, mancano i posti. Da un anno ho un appuntamento per una visita, ma bisogna andare nel privato quando non si può aspettare»*, il che incide indiscutibilmente sulla dimensione economica.

Il tocco

Un aspetto di una concezione olistica della persona, forse emerso più chiaramente dopo la pandemia, è quella del tocco (il contatto fisico) che ad esempio per A. è una dimensione importante dell'esistenza, un ingrediente di benessere che esprime anche con i più giovani: *«Io e i miei nipoti siamo affiatati, il contatto per noi è importante. Ci piace abbracciarci»*



Il tocco è indice di intimità, di relazione vissuta in scambio anche intergenerazionale: *«Questa foto mostra il mio nipote più piccolo: l'ho aiutato per la tesina di terza media, qui era il giorno prima dell'esame, mia nuora ha colto il momento dell'intimità tra di noi»*

Anche nella foto della signora A. con il marito, riportata più sopra, si può osservare un elemento di *mirroring* nei gesti (rispecchiamento nei gesti), che nella didascalia fornita dalla signora viene significato con il piacere ritrovato del potersi toccare e stare vicini dopo la lontananza imposta dalla chiusura delle RSA. Questa dimensione ci sembra un po' sotterranea e trasversale a diverse aree di attività.

Vita culturale

La vita culturale per A. è un ingrediente fondamentale di benessere che porta nuova linfa e 'movimento' fisico e mentale anche nelle situazioni di salute compromessa: *«Con mio marito quando abbiamo iniziato a poter uscire dal reparto, abbiamo ballato insieme. Siamo anche andati con l'Associazione Volontari Pensionati Lecchesi a vedere la mostra sul pittore Ligabue».*



A.: «*Della mostra mi è piaciuta soprattutto la spiegazione della visita guidata*»

Pur circondata dai familiari, A. riporta un vissuto di solitudine nel vivere da sola, al quale risponde attivamente cercando occasioni di socializzazione e culturali: «*Mi piace andare ai concerti di musica classica sinfonica e alle mostre. In base ai calendari mi sposto anche verso Como, ho la macchina. Esco, pur di non stare in casa a pensare che sono sola*». Nel corso della discussione finale del *photovoice*, A. che è attiva come volontaria della parrocchia locale, ha raccontato la sua difficoltà di trovare persone con le quali frequentare luoghi di cultura. La sua osservazione ripropone l'interrogativo sui modelli culturali e di fruizione dell'arte in Italia, particolarmente nella dinamica tra grandi città più vivaci e centri minori più tradizionali, il che evidenzia possibili aree di miglioramento della comunicazione dell'offerta culturale.

Anche M. parla di solitudine, alleviata dal rapporto vivo con i luoghi in cui ha vissuto i momenti più significativi della sua vita, che sono i luoghi della spiritualità e dell'arte.



M.: «questo [Abbazia di Piona] è il posto dove mi sono sposata. Sono vedova da tanto tempo. In questa foto è bello il ricordo di mio marito ma c'è anche un po' di rammarico. Così è la vita»

La natura e lo sport

Data la geografia della rilevazione del *photovoice*, frequenti negli interventi dei partecipanti sono i racconti legati all' ambiente montano e alle gite in montagna con amici, familiari, e con animali domestici e selvatici.

Gli “incontri” in montagna sono momenti di benessere perché aprono lo sguardo alla bellezza e rafforzano il senso di identità e appartenenza ai luoghi.



G.: *«Sono appassionato di montagna; i lecchesi sono così, è nel nostro DNA»*

Non si tratta di una chiusura “campanilistica”, la natura offre un senso di identità anche a persone che vengono da lontano: *«Da buon siciliano mi piace la natura e camminare anche 7-8 ore, guardare, ammirare, osservare gli scorci. Per evadere mi basta una passeggiata, è una gran passione. Vado da solo vicino, ma più lontano in gruppo»*.

La dimensione del “noi” ricorre nei racconti di montagna, forse anche per una questione di sicurezza (meglio non spingersi troppo lontano da soli).



G.: *«Il bello della montagna sono anche gli “incontri” che fai: ranuncoli ‘botton d’oro’, il cinghiale, la volpe, il cervo, lo stambecco»*

A proposito di “incontri” in montagna, tra gli over 65 c’è chi intraprende la camminata alla ricerca di funghi e castagne. Nella foto qui sotto, A. mostra con fierezza e soddisfazione il suo raccolto: *«è passato qualche anno da questa foto. Mi manca andare in montagna e stare all’aria aperta»*. Le giornate in alta quota e nella natura sono quindi momenti di benessere in quanto favoriscono nella persona un senso di libertà e di respiro dalla vita quotidiana, in contrapposizione in questo caso, probabilmente, a quanto A. sperimenta nella sua attuale condizione.

Capita infatti di sovente che l’anziano, con il passare del tempo, stia sempre di più all’interno delle mura domestiche, cosa che con l’avvento della pandemia è sicuramente peggiorata. Dalla testimonianza di uno degli operatori intervistati, parlando dei suoi genitori: *«quando è scoppiato il covid, mia mamma ci ha messo più di quattro mesi per uscire di casa... immagino ce ne siano tanti altri. Loro vivono nelle case popolari del Villaggio, a Germanedo, popolate principalmente da persone anziane... Nel condominio di mia madre sono rimaste 12 famiglie e sono tutti anziani, over 80, e dai racconti che mi fanno è sempre più difficile avere i contatti di prima, quando si trovavano in cortile a scambiare due parole... Forse uno degli elementi che noto maggiormente è un ritornare a essere quella comunità che si ritrova e passa del tempo insieme, o banalmente di uscire di casa»* (intervista n. 12).



A. mostra con fierezza il suo raccolto di funghi in una vecchia foto

La montagna è l'elemento naturale più ricorrente, che richiede com'è noto uno sforzo per essere esplorata: camminare in montagna emerge come una fatica e una pratica "terapeutica" scaccia-pensieri condivisa tra i partecipanti, come espresso da G.: *«Vado in montagna per rilassarmi. Mi soddisfa la fatica, butto fuori quello che hai accumulato, e il fatto di arrivare. Quando vai a camminare butti fuori qualcosa che hai accumulato durante la settimana e così stai bene».*

Lo sport di montagna viene svolto preferibilmente in compagnia ed emerge dai racconti un elemento di trasmissione del sapere della montagna che lo rende particolarmente piacevole: *«Nella foto sono con mia figlia in Grignetta. C'è stato un periodo che non andava più in montagna, ma ha sempre avuto la gamba e ora ha ripreso, va più di me, e quando mi porta andiamo insieme».* Torna in questo racconto l'elemento della sicurezza insieme al passaggio generazionale per cui si invertono i ruoli di cura in un modo che dà piacere. Emerge, poi, la dimensione del ricordo che è centrale nel metodo del *photovoice*: *«È condividere i ricordi che fa stare bene».*

Infine, la componente solidaristica compare di nuovo, anche all'interno dell'ambiente montano, legata al cibo, questa volta come scambio a sostegno delle comunità locali: *«D'inverno andiamo a fare sci di fondo in Engadina e vicino ad Aosta, in autunno andiamo a*

funghi. Al rifugio lasciamo l'obolo, anche se portiamo i panini prendiamo sempre un piatto di pasta».

Anche in occasione dell'appuntamento svoltosi all'interno della RSA Airoidi e Muzzi, due partecipanti parlano della loro passione per la montagna e l'attività fisica, ricordando le passeggiate che erano solite fare con un velo di nostalgia dovuta alla difficoltà di vivere ancora quelle esperienze a causa delle problematiche fisiche sorte con l'età: B. ci racconta che le *«è sempre piaciuto camminare, andavo anche in bicicletta! Andavo dappertutto... ma poi ho fatto l'ischemia»*. E ancora M., costretta in sedia a rotelle, esprime forte il desiderio di tornare *«in montagna! Andavo sempre io... le Grigne, il Resegone, le ho fatte tutte... ma adesso non posso più!»*.

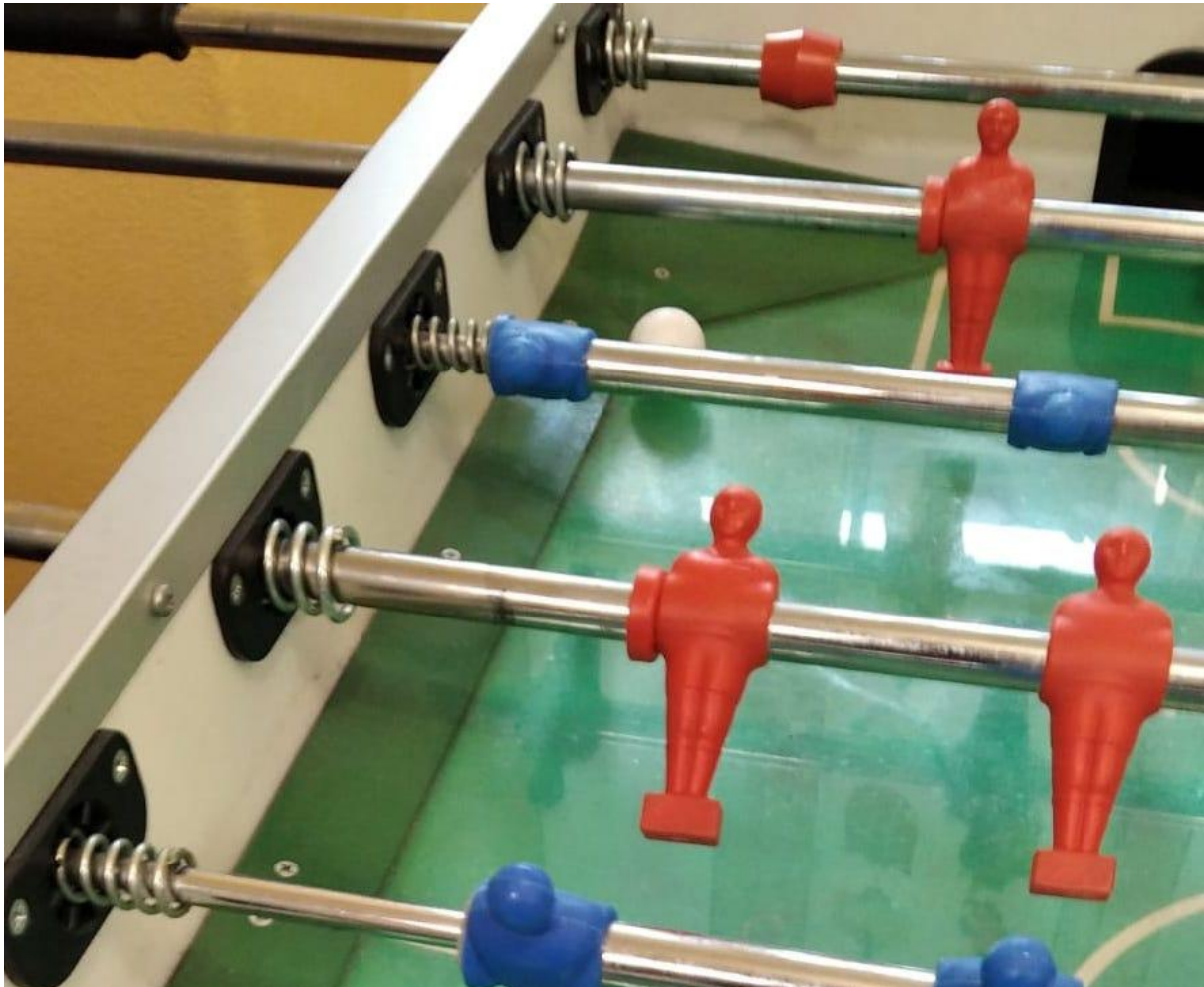


B. tuttavia non si scoraggia e non intende rinunciare a ciò che la fa star bene, anche se con qualche difficoltà in più: *«adesso ho bisogno del carrellino, ma cammino ancora. Devo camminare: se mi fermo, poi non mi muovo più! [...] [vado] alla grotta della Madonnina di Lourdes. Sto sempre lì un po', poi mentre cammino incontro le altre persone, ormai conosco tutti quelli che passano! Stiamo lì un po', chiacchieriamo... e così passo un po' di tempo in compagnia»*. Ancora una volta, la camminata/passeggiata è un'occasione di condivisione e incontro particolarmente apprezzata dalla popolazione anziana.

Per quanto riguarda lo sport, sono in particolare alcuni uomini che raccontano di sport di squadra che li portano a riunirsi, ad abbracciarsi (torna il tocco) e a volte a viaggiare: *«Sono nella squadra di freccette, siamo in serie B, e qui ci sono anche due squadre di serie A. Le squadre sono composte da quattro persone più tre riserve. Ci spostiamo sul territorio per le gare. Siamo arrivati quinti alle nazionali; ai regionali siamo andati meno bene, ma è una rivalità in amicizia, e se qualcuno fa punto ci si congratula, ci si abbraccia. Mi piace la sfida e che ci si conosca da tutta Italia»*.

Lo sport è apprezzato molto anche nella sua versione "meno dinamica": C. ama guardare le persone che giocano a calcio balilla, così come le partite di calcio in tv, e fare il tifo per la

propria squadra preferita. La pratica del tifo non è per forza correlata alla passione per lo sport, quanto piuttosto alle dinamiche presenti all'interno dell'ambiente sociale nel quale si realizza, ed è per questo che è così fortemente sentita. In particolare, del fare il tifo C. apprezza «*lo stare in compagnia*».



Tra gli sport individuali, un racconto insiste sull'elemento dell'avventura e del "non sapere" come andrà a finire, in contrasto se vogliamo con il bisogno di sicurezza:

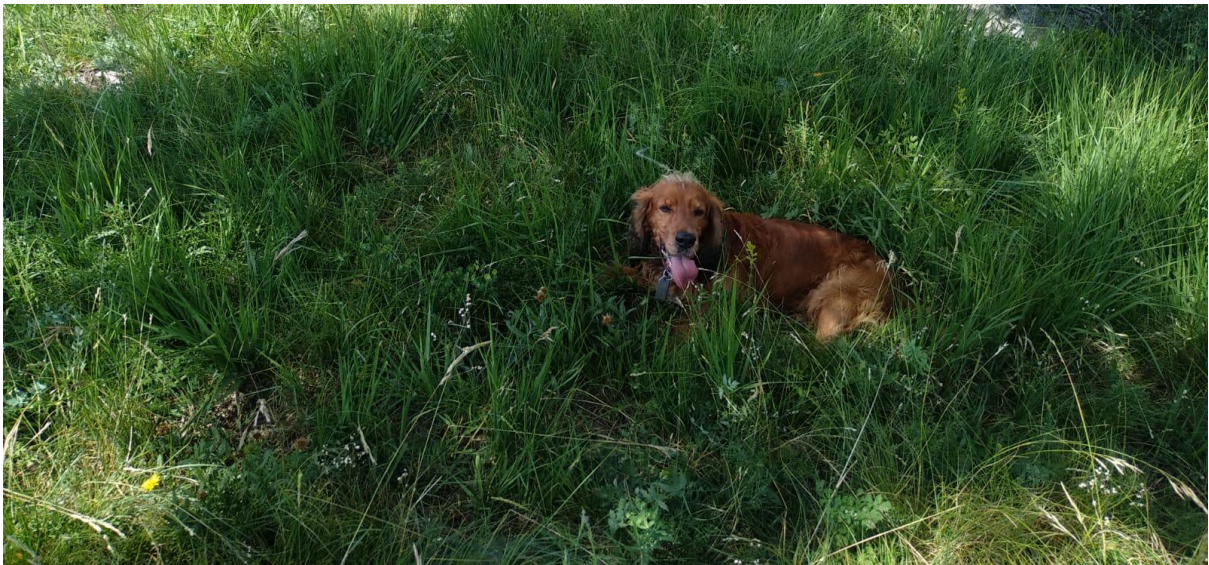
«Ho la passione della moto da sempre. Oggi ho una moto Guzzi del '80, prima una Lambretta con cui da giovane raggiungevo la mia fidanzata in Veneto. Nel 2019 sono andato fino a Peschici da un amico, facendomi spingere perché non partiva. Mi piace il viaggio, come esco da Lecco e passo il ponte va tutto bene, sono in vacanza. E quando sono in vacanza mi piace tutto quello che succede, mi piace l'imprevisto» (R.).

Risuona il racconto della signora (più sopra) che va da sola a Como a vedere mostre e concerti, a ricordare che bisogni di sicurezza e autonomia sono complementari.

La cura e il tempo lento (della creatività e del giardinaggio)

Se il tema della compagnia non è nuovo, ciò che molti over 65 che abbiamo incontrato portano come ingrediente di benessere delle loro giornate è trascorrere del tempo con i loro amici animali, soprattutto quando possono seguirli nelle loro passioni (vedi foto sotto), insieme a un desiderio di cura nei loro confronti.

A E. piace fare «*le coccole al mio gatto Pallino*» e O. ci racconta che fa spesso visita a una colonia di gatti selvatici vicino a dove abita, per portare loro cibo e acqua e vedere come stanno.



G.: «*Il mio cane, Balù, ha 10 anni. Ho cani da quando sono piccolo. Lui quando vede che preparo zaino e scarponi inizia ad andare avanti e indietro per venire con noi. Ci fa molta compagnia*»

L'aspetto della cura si esprime altresì nelle attività che molti anziani impiegano all'interno dello spazio in cui vivono (sia la casa o la RSA), per personalizzarlo e renderlo così più piacevole e accogliente.

Il gruppo incontrato presso l'Airoidi e Muzzi ha portato l'esperienza dei laboratori creativi, durante i quali si divertono a disegnare e creare decorazioni per le stanze della residenza; nell'ultimo hanno realizzato dei fiori di cartapesta.



A.: «Abbiamo fatto tutte le decorazioni che vedi in giro. Ognuno è specializzato: c'è chi li disegna, la T. li colora, e poi B e T. li ritagliano! Abbiamo fatto anche la cartapesta»

Impiegare le giornate in attività creative è al tempo stesso rilassante e stimolante: le nonne del KOKO Camp parlano della loro passione per il ricamo e l'uncinetto, anche se, ancora una volta, i piccoli "acciacchi" derivanti dall'età che avanza impediscono loro di dedicarsi come vorrebbero.

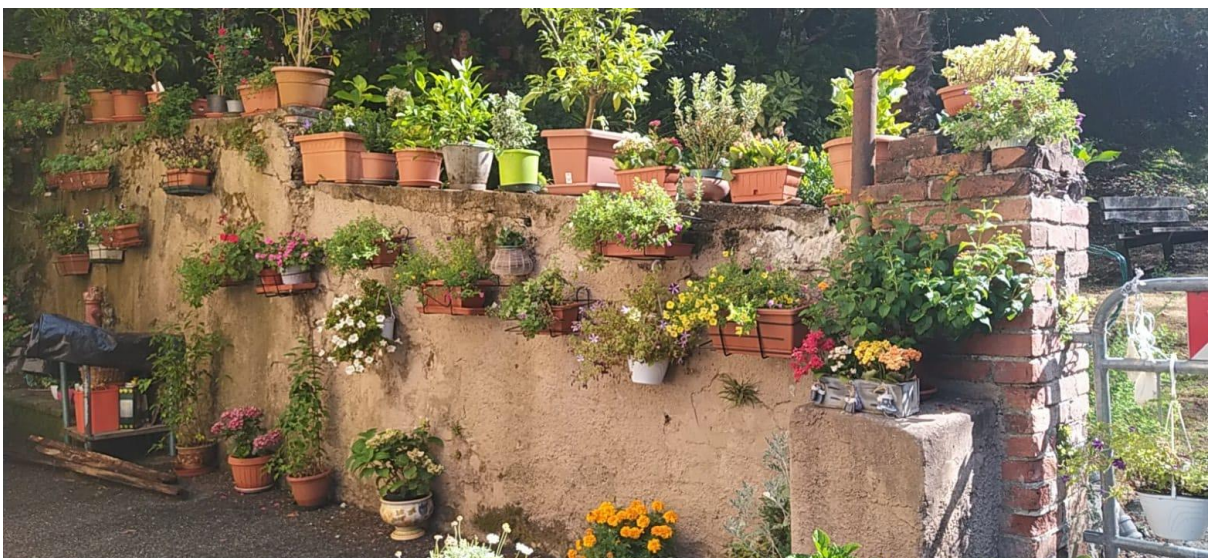


È altresì - e si evince dalle attività manuali tanto del disegno e del cucito quanto della coltivazione che troviamo qui di seguito - il ritorno a delle attività "lente", che impiegano naturalmente corpo e mente, a essere considerato molto prezioso da diversi partecipanti, probabilmente in quanto questo tipo di occasioni è maggiormente rispettoso del naturale e biologico rallentamento dei processi e della vita quotidiana che si sperimenta nell'anzianità.

Il tempo dedicato alla coltivazione e alla cura del giardino è anche una dichiarazione d'amore per la bellezza e la vita. Veder sbocciare i fiori nella loro esplosione di colori, osservare il ciclo della natura che non si arresta e annusarne i profumi favoriscono, com'è noto, il benessere psicofisico della persona e si traducono, per l'anziano, in armonia interiore.



B.: «qui sto togliendo le erbacce dai vasi, metto dentro i fiori. Mi piacciono i fiori: non ne ho uno preferito, basta che siano fiori!»



Una nota sul *photovoice* con anziani e bambini

Con il *photovoice* realizzato si è reso possibile lo scambio di esperienza tra anziani e bambini, una modalità generativa di dialogo (seppur complessa, a causa dell'eterogeneità delle età presenti - bambini dai 5 ai 15 anni - e del numero elevato di partecipanti) che offre un'indicazione per l'offerta di iniziative e servizi sul territorio nella direzione di promuovere uno scambio intergenerazionale esteso oltre la sfera familiare, il gioco e la trasmissione di saperi.

L'iniziativa proposta a bambini e ragazzi, che per una mattina hanno assunto il ruolo di "esploratori della salute", ha fatto emergere una curiosità, soprattutto da parte di quelli più grandi, nei confronti dei nonni che li accompagnavano nell'attività. Sono sorte alcune domande sulla vita da giovani di una volta, "quello che li faceva stare bene", e le opportunità che i ragazzi di allora avevano di fare esperienze (una nonna ha parlato della "paghetta" che suo padre gli dava - «era tirchio», un altro nonno ha raccontato di quando «andavo a prendere la morosa in Vespa»), ma, in contrapposizione, anche richieste sull'anzianità che volge verso la fine della vita («hai paura di morire?»). I ragazzi, al termine dell'attività, hanno dichiarato «abbiamo trovato delle cose in comune con i nonni che ci hanno raccontato dei loro tempi».

Infatti, i collage realizzati dai bambini e dai ragazzi che hanno provato a rispondere alla stessa domanda rivolta ai nonni dopo averli ascoltati, parlano anch'essi dello "stare in compagnia" con amici o famiglia, della cucina e degli aspetti conviviali del cibo («mi piace la pasta con i funghi. Il nonno va a funghi e castagne» oppure «mi piace fare colazione, piace anche al nonno»), delle passeggiate in montagna e dello sport, della natura e degli animali, della "libertà di fare" e «stare con gli amici», dei viaggi e delle «vacanze con i nonni». In particolare, soprattutto per i bambini più piccoli - e probabilmente proprio perché, come già detto più sopra, passano molto tempo con i nonni - le attività svolte dai e con i nonni tornano spesso come importanti esempi di benessere (lavorare in campagna, andare in vacanza nella terra di origine della propria famiglia, cucinare, il pasto con loro).

Interessante, tra i temi emersi dai ragazzi, è quello legato alla tecnologia e all'utilizzo degli aspetti digitali che, in contrapposizione a quanto riferito dagli anziani partecipanti, è emerso come un elemento forte di benessere per le nuove generazioni in quanto legato alla socializzazione con gli altri.

4. CONCLUSIONI

La *Self determination theory*/Teoria dell'autodeterminazione: una lettura dei dati attraverso la teoria

La teoria dell'Autodeterminazione, sviluppata nel 1985 da Ryan e Deci⁴, identifica tre bisogni fondamentali, tra loro accomunati dall'essere «*innati, universali e imprescindibili*»⁵: relazione, competenza e autonomia. Quando questi vengono soddisfatti, risultano essere predittori di benessere in tutte le culture⁶.

L'autodeterminazione, favorita dal soddisfacimento dei tre bisogni fondamentali, è «*la percezione di poter scegliere e determinare da sé il proprio agire, sentendosi connessi, competenti e in grado di gestirsi*»⁷. Per competenza si intende che «*gli eventi sociali contestuali (ad esempio, feedback, comunicazioni, ricompense) che portano a sentimenti di competenza durante l'azione possono aumentare la motivazione intrinseca all'azione stessa*»⁸. A questa è legata l'autonomia, intesa come «*un locus of causalità percepito internamente [sostenuto dal] riconoscimento dei sentimenti e le opportunità di autodirezione [che] sono risultati in grado di aumentare la motivazione intrinseca perché permettono alle persone di sentirsi più autonome*»⁹. Infine, similmente a quanto suggerisce la teoria dell'attaccamento dei bambini, secondo la *Self Determination Theory* anche negli adulti «*la motivazione intrinseca è più probabile che fiorisca in contesti caratterizzati da un senso di sicurezza e di relazione*»¹⁰.

Seguirà una lettura dei dati/risultati attraverso questa teoria.

Dal punto di vista della domanda, e quindi della popolazione anziana, il bisogno di **autonomia** risulta strettamente connesso agli aspetti economici, logistici e abitativi.

Nello specifico, emerge che il tenore di vita della popolazione anziana lecchese, generalmente, è sufficientemente dignitoso, il che comporta una maggiore indipendenza rispetto al soddisfacimento dei bisogni primari (es. acquisto di cibo), all'accesso ad alcuni servizi (es. RSA) e ad attività ricreative di loro gradimento. Tuttavia, questa disponibilità si traduce a volte come un supporto alla famiglia dei figli che, a causa della mancanza di servizi per loro accessibili, si appoggia sui nonni per la gestione della prole, il che sottrae energie e tempo all'anziano e incide sull'espressione della propria autonomia e libertà di scegliere

⁴ Deci, E. L., & Ryan, R. M., *The general causality orientations scale: Self-determination in personality. Journal of research in personality*, 1985, 19(2), pp. 109-134

⁵ Ryan, R. M., & Deci, E. L., *Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being*, In *American psychologist*, 2000, 55(1), p. 68

⁶ Ryan, R. M., & Deci, E. L., *Self-determination theory and the role of basic psychological needs in personality and the organization of behavior*, In O. P. John, R. W. Robins, & L. A. Pervin (Eds.), *Handbook of personality: Theory and research*, The Guilford Press, 2008, pp. 654–678

⁷ Ryan, R. M., & Deci, E. L., *Self-determination theory*, 2000, p. 68

⁸ Ryan, R. M., & Deci, E. L., *Self-determination theory*, 2008, p. 70

⁹ Ryan, R. M., & Deci, E. L., *Self-determination theory*, 2008, p. 70

¹⁰ Ryan, R. M., & Deci, E. L., *Self-determination theory*, 2008, p. 71

come impiegarli. Rimane il fatto che, quando la motivazione di stare con i nipoti è intrinseca, e quindi sono loro che scelgono di invitarli, si tratta di una fonte di benessere per i nonni.

A livello logistico, si è parlato della necessità di avere, anche nei quartieri più periferici, delle strutture abitative più attrezzate e adeguatamente adibite per chi ha difficoltà di deambulazione. Si enfatizza inoltre l'importanza di garantire anche all'anziano l'autonomia nello spostamento, indispensabile per rispondere al bisogno di fare spesa, procurarsi dei farmaci e partecipare a iniziative ed eventi di diversa natura.

È stato infine menzionato il bisogno di implementare maggiormente l'assistenza domiciliare, il che potrebbe evitare il ricovero di tutti quegli over 65 che, una volta supportati nella situazione in acuto, continuerebbero a vivere nella loro residenza. Le conseguenze sarebbero benefiche sia perché l'autonomia abitativa degli over 65 rimarrebbe rispettata, sia perché si occuperebbero meno posti nelle RSA e in altri servizi socio-sanitari.

Per quanto riguarda l'autonomia, *dal punto di vista dell'offerta*, alcuni enti promuovono opportunità di accesso alla mobilità e agli spostamenti, offrendo, per esempio, passaggi, o servizi di accompagnamento ad attività di vaccinazione di acquisto di prodotti farmaceutici.

Il bisogno di **competenza**, *dal punto di vista della domanda*, emerge principalmente riferito all'acquisizione di abilità specifiche legate alla digitalizzazione, divenute con l'avvento della pandemia indispensabili per l'accesso ad alcuni servizi pubblici (come quelli socio-sanitari, bancari, postali, ecc.), ma anche per il mantenimento di alcuni contatti e relazioni a distanza, altrimenti interrotti (si pensi, ad esempio, alle video chiamate che hanno permesso alle persone anziane di rimanere in contatto con i propri cari in RSA).

D'altra parte, questo bisogno non si traduce solo in apprendimento di nuove competenze. Molti over 65 manifestano l'esigenza di essere riconosciuti come loro stessi produttori di cultura e agenti di quel trasferimento di competenze che spesso li vede come agenti passivi. Infatti, essi si sentono portatori di una narrativa di saperi e tradizioni, accumulati nel corso dell'esperienza del proprio ciclo di vita, che le nuove generazioni potrebbero raccogliere (si veda per esempio l'usanza di autoproduzione di salsa, vino, olio).

Infine, il volontariato, praticato dagli e dedicato agli stessi anziani, rappresenta sia un canale espressivo di competenze che una risorsa a servizio della popolazione over 65.

Dal punto di vista dell'offerta, la risposta al bisogno di competenza si traduce più spesso in proposte di attività di supporto alla digitalizzazione, attività di tipo sportivo (per esempio corsi di yoga), laboratoriale-manuale, arteterapeutiche e di riabilitazione cognitiva.

Tuttavia, si verificano poche occasioni per gli over 65 legate alla loro necessità di trasmettere le loro competenze.

Una bellissima citazione che lega il bisogno di competenza e il bisogno di relazione spiega: «Penso che gli anziani abbiano bisogno della concretezza del fare unito a quello della relazione» (intervista n. 3).

Infine, il bisogno di **relazione**, *dal punto di vista della domanda*, risulta trasversale a tutte le quattro aree indagate dal progetto; esso affiora principalmente in due modi:

- a) Nello “stare in compagnia”, in altre parole, nella ricerca dell’anziano - spesso solo - di un supporto sociale percepito da parte dei familiari, operatori, volontari, amici e anche da animali domestici.
- b) Nel “sentirsi parte di” e quindi, nell’espressione del loro attaccamento al luogo - noto in letteratura come *place attachment*, il legame emotivo che gli individui e i gruppi hanno verso luoghi di varia scala geografica¹¹ -. Da una parte, questo legame si esprime nei confronti del territorio nel quale le persone anziane abitano, con le sue caratteristiche naturalistiche e tradizionali (si pensi al camminare in montagna). Dall’altra emerge una necessità di aumentare il senso di comunità e di appartenenza ad un tessuto sociale vivo, riconosciuto, e che in passato era nutrito e sedimentato in spazi di prossimità e aggregazione informale come i negozi di vicinato, i cortili, i circoli - spazi esistenti che andrebbero rivalorizzati.

Dal punto di vista dell’offerta, non considerando il capitale sociale informale di cui ognuno è provvisto, ci sono poche iniziative volte a promuovere comunità (per esempio i pranzi in baita promossi dagli alpini, i circoli rimasti, i bar e le taverne).

Riassumendo, più gli over 65 sono stimolati e rispettati nei loro bisogni di autonomia, competenza e relazione più si crea un clima di benessere diffuso, sostenibile e generativo per questa fascia di popolazione e per la comunità territoriale a cui loro appartengono.

¹¹ Steg, L., & de Groot, J. I. M. (Eds.) (2019). *Environmental psychology: An introduction*, 2nd Edition. (2nd ed.) (BPS Textbooks in Psychology). Wiley.

Appendice 1. Traccia dell'intervista

1. Presentazione del progetto + consenso informato
2. Rievoca un'immagine che rappresenta il tuo ruolo nell'organizzazione e una che simboleggia la mission della tua organizzazione
 - a. *Perché le hai scelte?*
 - b. *Parlami un po' di voi. Ad esempio, da quanto tempo state svolgendo attività a Lecco? A chi vi rivolgete?*
3. Secondo te quali sono i bisogni delle persone anziane a Lecco?
4. Pensando al tuo ente/associazione/servizio, fate qualcosa per rispondere ai bisogni che hai elencato? Se sì cosa?
 - a. *(in caso nessun bisogno sia emerso) e pensando che le persone hanno bisogni di sentirsi competenti, autonome e di fare parte di relazioni, pensando al target degli anziani svolgete delle attività utili a rispondere a questi bisogni?*
5. Come parte del progetto C4C siamo interessati a esplorare i bisogni degli anziani su quattro aree (cibo, movimento, cultura, sociosanitario): la tua organizzazione si occupa di uno o più di questi ambiti? Come?
 - a. *nello specifico, quali attività svolgete in merito?*
 - b. *se si è toccato solo un settore, ripetere gli altri*
[Esempi per il sistema cibo: orti urbani, mercati locali, scuole, ristorazione collettiva e pubblica, distribuzione, ecc.
Esempi per il sistema movimento/benessere fisico: palestre, associazioni sportive, associazioni escursionistiche, gruppi di promozione della fruizione urbana e territoriale (cultura, natura, salute, ecc.), servizi comunali, ecc.
Esempi per il sistema culturale: associazioni culturali e artistiche, scuole, politiche pubbliche dedicate a quartieri e generazioni, ecc.
Esempi per il sistema sanitario e socio sanitario: MMG, Farmacisti, Area Sociale/Enti Comunali, CRI/Trasporti Sanitari, Ospedali, Ambulatori, Enti Privati Accreditati, ecc.]
6. Pensando ai quartieri del Terzo Paradiso, quali sono secondo te le realtà frequentate da gruppi di anziani particolarmente attivi?
7. Vogliamo ora chiederti un aiuto nell'individuazione degli altri attori coinvolti nel rispondere ai bisogni degli anziani per quanto riguarda le presentate tramite lo strumento del sociogramma. Pensa al target della popolazione over 65 che frequenta i Quartieri del Terzo Paradiso di Lecco: quali sono gli enti o gruppi informali che mostrano un interesse verso questo target di età?
8. Spiegare gli sviluppi successivi del progetto e del laboratorio di *photovoice* e chiedere un riscontro rispetto a una possibile collaborazione/possibili contatti utili.



scatti di benessere

Metti a fuoco la salute!

SE HAI TRA I 12 E I 18 ANNI

Quali sono **secondo TE** le attività che fanno stare bene le persone over 65 anni che abitano a Lecco?
Vorresti partecipare attivamente ad un team di giovani **ideatori** di iniziative
per la salute della popolazione anziana?

ECCO COSA DEVI FARE...

1

Coinvolgi un nonno, una nonna o una persona over65 che conosci e chiedi se puoi scattargli una foto mentre risponde a queste domande
Cosa fai che ti fa stare bene?
Cosa vorresti fare per stare meglio?

2

Mostraci i tuoi scatti **ENTRO SABATO 18 GIUGNO 2022**
Puoi inviarli per mail a scattidibenessere@gmail.com oppure portarli direttamente al **CRAMS**, via ai Poggi, 14 - Lecco

3

Vieni al **Circolo ARCI Promessi Sposi** in viale Lombardia 7 - Lecco, assieme ad una nonna/nonno
SABATO 25 giugno 2022
alle ore 15:00
Imparerai come gestire un laboratorio fotografico e come organizzare una mostra in cui i tuoi cari saranno i protagonisti degli **scatti di benessere**

Per informazioni puoi chiamare o scrivere su WhatsApp al numero **3472824190**

"Scatti di Benessere" è un'iniziativa di ATS Brianza, partner del progetto City for Care - C4C - nell'ambito del programma Interreg Italia-Svizzera, Asse 4 (ID 1510020), finanziato dall'Unione europea (FESR), con l'obiettivo di stimolare il dialogo e la consapevolezza nella popolazione giovane ed anziana sui comportamenti e le abitudini che permettono di migliorare la qualità e il benessere dello stato di salute. Le immagini saranno utilizzate con il consenso del titolare delle stesse al fine della realizzazione del progetto.



scatti di benessere

Metti a fuoco la salute!

SE HAI PIÙ DI 65 ANNI

Quali sono **secondo TE** le attività che fanno stare bene le persone over 65 anni che abitano a Lecco?
Ti piacerebbe mostrare alcune immagini che mostrano come sei quando "stai bene"?
Vorresti partecipare attivamente ad un team di 'special over65' per condividere iniziative utili alla salute della popolazione della tua età?

ECCO COSA DEVI FARE...

1

Prendi alcune tue foto o scattane due/tre che rispondono a queste domande:
Cosa faccio che mi fa stare bene?
Cosa vorrei fare per stare meglio?

2

Mostraci i tuoi scatti **ENTRO SABATO 18 GIUGNO 2022**
Puoi inviarli per mail a scattidibenessere@gmail.com oppure portarli direttamente al **CRAMS**, via ai Poggi, 14 - Lecco

3

Vieni al Circolo ARCI Promessi Sposi, in viale Lombardia 7 - Lecco
SABATO 25 giugno 2022 alle ore 15:00
Discuteremo insieme delle foto che hai portato e ci aiuterai ad allestire una mostra fotografica in cui potrai essere un protagonista degli scatti di benessere

Per informazioni puoi chiamare o scrivere su WhatsApp al numero **3472824190**



Appendice 3. Mappatura. Enti e/o gruppi informali che intercettano gruppi di over 65 dei Quartieri del Terzo Paradiso e/o offrono loro dei servizi

Legenda

Prima colonna: R= rappresentante, V = volontario, O=operatore, N= nessuna intervista condotta. Seconda Colonna: viene riportato il numero di volte in cui l'ente/gruppo è stato menzionato nel corso di altre interviste

NOME E INTERVISTATI	N.	BREVE DESCRIZIONE E SERVIZI OFFERTI / ATTIVITÀ IMPLEMENTATE E AREA GEOGRAFICA DI RIFERIMENTO
---------------------	----	--

ENTI O GRUPPI CHE MOSTRANO UN INTERESSE SIGNIFICATIVO NEI CONFRONTI DEL TARGET DELLA TERZA ETÀ

PARROCCHIE (1R, 1V)	12	<p>Sociosanitario. Importanti luoghi di ritrovo e di socializzazione per gli anziani. Raccolta fondi per supportare le persone in difficoltà economica (ad es. per il pagamento di bollette e generi alimentari). Centro di ascolto "Il Sicomoro" a Belledo.</p> <p>Cultura. Vi sono i cosiddetti "gruppi dell'età d'oro", ad esempio un gruppo di circa 10 persone over 60 della parrocchia di Germanedo che si occupa di piccoli lavori di manutenzione, oppure alcune donne che si trovano per piccoli lavori di sartoria che poi vendono per raccogliere fondi. Incontri di catechesi.</p> <p>Movimento. Gruppi di pellegrinaggio e accompagnamento delle persone disabili ai pellegrinaggi.</p> <p><u>Area:</u> la comunità pastorale della Madonna alla Rovinata comprende le parrocchie di Germanedo, Belledo e Caleotto. La comunità pastorale Beata Vergine di Lourdes comprende le parrocchie di Bonacina, Olate e Acquate.</p>
---------------------	----	---

IL GIGLIO (1R, 1O)	10	<p>Spazio della comunità che promuove e sviluppa incontri, idee e progetti con gli over 60 della città. Organizzato dal Comune di Lecco, si occupa di persone anziane in un'ottica di prevenzione e invecchiamento attivo, con particolare attenzione ai temi dello scambio intergenerazionale, della legalità e del lavoro di rete.</p> <p>Cultura. Corsi e attività culturali, ad esempio corsi di inglese, su come usare il computer o il cellulare, giornata sul tema della legalità, accompagnamento degli utenti a teatro, al cinema, a mostre.</p> <p>Cibo. Organizzati pranzi a libero accesso come momento di socializzazione. In passato, corsi sull'alimentazione in collaborazione con ATS.</p> <p>Movimento. Organizzato ad esempio un corso di yoga; in collaborazione con ATS sono stati proposti cicli informativi sulla prevenzione delle cadute.</p> <p>Sociosanitario. Supporto nell'accesso ai medici di base</p> <p><u>Area:</u> la sede è a Pescarenico ma le attività sono a volte in diversi quartieri e lo spazio è molto conosciuto anche nei Quartieri del Terzo Paradiso</p>
--------------------	----	--

NOME E INTERVISTATI	N.	BREVE DESCRIZIONE E SERVIZI OFFERTI / ATTIVITÀ IMPLEMENTATE E AREA GEOGRAFICA DI RIFERIMENTO
AUSER (1R)	9	<p>Sociosanitario. Trasporto ai luoghi di cura (es. per visite mediche) e telefonia sociale. Produzione di video pillole sulla sanità e la prevenzione. Progetti di accompagnamento al digitale (es. cartella sanitaria, SPID). Momenti di socializzazione, es. tombolata.</p> <p>Cultura. Cicli di incontri su temi culturali.</p> <p><u>Area:</u> Lecco e provincia</p>
CIRCOLO ARCI PROMESSI SPOSI (3R)	9	<p>Circolo ricreativo-culturale, punto di aggregazione e socializzazione frequentato prevalentemente da persone anziane.</p> <p>Cultura. Ad esempio tornei di scacchi, corso di inglese, attività di lettura.</p> <p>Movimento. Associazione di freccette, corsi di danza e di ginnastica dolce.</p> <p>Cibo. Collaborazione con il Comune di Lecco nella distribuzione di pasti e buoni spesa per generi alimentari di prima necessità.</p> <p>Sociosanitario. Durante la pandemia, sportello per facilitazione la prenotazione dei vaccini e attività di compagnia telefonica.</p> <p><u>Area:</u> Germanedo</p>
CRAMS (N, INFORMAZIONI RACCOLTE NEL CORSO DI RIUNIONI DI PROGETTO)	7	<p>Centro Ricerca Arte Musica Spettacolo.</p> <p>Cultura. Corsi di strumento, laboratori musicali, baite filosofiche, teatro, laboratori creativi, festival musicali.</p> <p>Movimento. Corsi di tango ed escursioni</p> <p>Sociosanitario. Campo estivo (KOKO camp)</p> <p>Più sistemi. Molte delle attività proposte da CRAMS, in particolar modo quelle collegate ai progetti City 4 Care e BRAINART, coinvolgono contemporaneamente più aree di interesse, ad esempio:</p> <ul style="list-style-type: none"> - il servizio di supporto psicologico, che comprende 7 incontri con una psicologa e 7 incontri di supporto tramite l'utilizzo di arti performative (musica, movimento e/o canto) - il festival "cinema e cibo", in cui i cittadini sono stati invitati a portare al cinema all'aperto delle pietanze da condividere - l'utilizzo di tecnologia e arte ai fini della riabilitazione cognitiva delle persone affette da demenza <p><u>Area:</u> Acquate</p>

NOME E INTERVISTATI	N.	BREVE DESCRIZIONE E SERVIZI OFFERTI / ATTIVITÀ IMPLEMENTATE E AREA GEOGRAFICA DI RIFERIMENTO
ALPINI (1 R, BELLEDO)	7	<p>Sociosanitario e cibo. Vengono organizzati momenti di ritrovo che favoriscono la socializzazione, come ad esempio un pranzo ogni giovedì in baita. Una volta al mese ritrovi nelle altre baite. In modo più sporadico si organizzano altri eventi come ad esempio la castagnata o la distribuzione del panettone agli anziani.</p> <p>Movimento. Passeggiate a piedi per raggiungere la baita.</p> <p><u>Area:</u> oltre al gruppo degli alpini di Belledo vi sono altre sezioni, ad esempio a Bonacina e ad Acquate.</p>
ANTEAS (N)	5	<p>Sociosanitario. Servizi di trasporto, ad esempio per l'accesso alle visite sanitarie, e telefonia sociale.</p> <p><u>Area:</u> Lecco e provincia</p>
ISTITUTI RIUNITI AIROLDI E MUZZI (1 R + 1 R SINERESI)	4	<p>Airoldi e Muzzi è una RSA; il bar "La Gerla d'Oro" si trova in prossimità, è gestito dalla cooperativa Sineresi e organizza attività di animazione per gli utenti di Airoldi e Muzzi.</p> <p>Cultura. Attività musicali. Presso il bar "La Gerla d'Oro", aperto a tutti gli ospiti della RSA, vengono svolti laboratori creativi e di stimolazione cognitiva, in collaborazione con le attività svolte dall'Istituto; viene inoltre redatto un giornalino sulle attività educative dell'Istituto che offre anche uno spazio ai suoi ospiti per raccontarsi. Vengono organizzati "viaggi digitali" in collaborazione con l'azienda "Miravilius" (i luoghi vengono visitati in diretta in collegamento con un esperto del posto).</p> <p>Movimento. Attività di ginnastica e corsi di yoga. Collegamenti video con altre case di riposo come parte del progetto "CIAO" in collaborazione con Amplifon, ad esempio per i corsi di yoga. Durante il lockdown sono state realizzate attività di danza. Supporto di fisioterapia in caso di bisogno.</p> <p>Cibo. Previsto una volta a settimana un laboratorio di cucina. Presso il bar "La Gerla d'oro" durante i "viaggi digitali" offerti agli utenti viene offerto un rinfresco tipico del luogo che viene visitato.</p> <p>Sociosanitario. Prestazioni medico-specialistiche-riabilitative tipiche delle RSA. Vengono organizzate attività di socializzazione in chiave intergenerazionale, in collaborazione con le scuole. .</p> <p><u>Area:</u> Germanedo</p>

NOME E INTERVISTATI	N.	BREVE DESCRIZIONE E SERVIZI OFFERTI / ATTIVITÀ IMPLEMENTATE E AREA GEOGRAFICA DI RIFERIMENTO
SERVIZIO FAMIGLIA E TERRITORIO (IR)	4	<p>Servizi Sociali comunali.</p> <p>Cultura. Organizza attività di incontro di tipo ricreativo, culturale, formativo e aggregativo rivolte agli over 60.</p> <p>Sociosanitario. Orientamento e informazioni ai cittadini, accesso al Servizio di Assistenza Domiciliare (SAD), interventi a sostegno di situazioni che presentano difficoltà nelle relazioni sociali, proposte per favorire l'integrazione sociale.</p> <p><u>Area:</u> Lecco. La sede territoriale di via dell'Eremo è rivolta ai residenti di Germanedo, Caleotto, Bonacina, Olate, Acquate.</p>
TAVERNA AI POGGI (N)	4	<p>Cibo. Ristorante e osteria.</p> <p>Cultura. Centro di aggregazione culturale e artistico, ospita rassegne musicali, festival, musica e cultura dal mondo, serate di degustazione e a tema culturali, incontri e dibattiti.</p> <p><u>Area:</u> Acquate</p>
OSPEDALE DI LECCO (N)	3	<p>Sociosanitario. Ospedale. Hall e bar sono stati descritti come un luogo di ritrovo per gli anziani.</p> <p><u>Area:</u> Germanedo</p>
TRATTORIA GIOVANNELLA (N)	3	<p>Cibo. Trattoria</p> <p>Sociosanitario. Citata in quanto «<i>al pomeriggio sono tutti anziani che giocano a carte</i>» (intervista n. 18)</p> <p>Movimento. La trattoria si trova ai piedi del Resegone.</p> <p><u>Area:</u> Acquate</p>

NOME E INTERVISTATI	N.	BREVE DESCRIZIONE E SERVIZI OFFERTI / ATTIVITÀ IMPLEMENTATE E AREA GEOGRAFICA DI RIFERIMENTO
CGIL - SPI (2R)	3	<p>Sindacato dei Pensionati della provincia di Lecco</p> <p>Cultura. "Giochi di libera età", che comprendono anche oltre alle partite di scopa, tennis, gare di pesca e un concorso di fotografia, poesia, scrittura. Organizza gite di tipo culturale.</p> <p>Movimento. Attività di ballo all'interno delle gite organizzate.</p> <p>Cibo. In passato, interventi di educazione nutrizionale in collaborazione con ATS e ASST. Collaborazioni su progetti sullo spreco alimentare.</p> <p>Sociosanitario. Corsi sulle tecniche che facilitano la memorizzazione (in collaborazione con Auser). Sensibilizzazione ai Comuni rispetto al tema dell'accessibilità alle strutture sociosanitarie. Sportello SPID e corsi su utilizzo dei personal computer e smartphone (al momento sospesi causa Covid) con gli studenti in un'ottica di scambio intergenerazionale.</p> <p><u>Area:</u> Lecco e provincia</p>
CISL - FNP (FEDERAZIONE NAZIONALE PENSIONATI) (1R)	3	<p>Sindacato.</p> <p>Sociosanitario. Patronato e supporto burocratico e informatico. Offre tutela sindacale e servizi di "segretariato sociale". Attività di rappresentanza con comuni e enti locali.</p> <p>Cultura. Collaborazione con un'agenzia turistica che offre sconti agli iscritti sulle proprie escursioni.</p> <p><u>Area:</u> Lecco e provincia</p>
UIL (2R)	2	<p>Sindacato; tra le aree di interesse vi è quella della categoria dei pensionati.</p> <p>Cibo. Collaborazioni con le associazioni dei consumatori per insegnare le persone a leggere le etichette dei beni alimentari.</p> <p>Movimento. All'interno del sindacato ADA (Associazione per i Diritti degli Anziani) organizza gruppi di cammino.</p> <p>Sociosanitario. Servizi di consulenza fiscale e assistenza previdenziale e segretariato sociale. Collaborazione con associazioni che tutelano diritti dei consumatori (ADOC - Associazione per la Difesa e l'Orientamento dei Consumatori) e degli inquilini. Formazioni sul GAP in collaborazione con ATS. Attività di rappresentanza con comuni e enti locali. Servizi di consulenza informatica, es. sportello SPID e corso sulla digitalizzazione.</p> <p><u>Area:</u> Lecco e provincia</p>

NOME E INTERVISTATI	N.	BREVE DESCRIZIONE E SERVIZI OFFERTI / ATTIVITÀ IMPLEMENTATE E AREA GEOGRAFICA DI RIFERIMENTO
COOPERATIVA ARCOBALENO (2 R, IV)	2	<p>La cooperativa si fonda su tre macro-aree: anziani, salute mentale, area sociale.</p> <p>Cibo. Nei centri diurni si svolgono anche attività legate alla cura di orti e giardini e laboratori di cucina.</p> <p>Movimento. Centri diurni: attività di ginnastica e cammino, gite.</p> <p>Sociosanitario. Gestione dei Servizi Integrati per la domiciliarità del comune di Lecco. Gestisce sei centri diurni, tra cui LASER nel quartiere di Germanedo.</p> <p><u>Area:</u> Lecco e Monza Brianza. Il centro diurno LASER è a Germanedo.</p>
CAI - GRUPPO GEO (GRUPPO ETÀ D'ORO) (3R)	2	<p>Il CAI è diviso in più sezioni, tra cui Strada Storta ad Acquate. Il gruppo GEO (Gruppo Età d'Oro) ha 150 iscritti.</p> <p>Movimento. Camminate organizzate ma anche escursioni che durano qualche giorno o una settimana, come ad esempio la settimana bianca. Le camminate sono pensate per offrire la scelta tra livelli di difficoltà diverse.</p> <p>Cibo. In passato, collaborazioni con un medico che forniva indicazioni su una dieta sana durante le passeggiate.</p> <p>Sociosanitario. Vengono talvolta organizzati eventi come tombolate e attività di beneficenza. Gli organizzatori hanno di recente partecipato a un corso di formazione per la gestione di emorragie e ferite.</p> <p>Cultura. Vengono talvolta organizzate escursioni di tipo culturale (musei, mostre...).</p> <p><u>Area:</u> Lecco e provincia</p>
FARMACIE (2R - FARMACIA MONTEGRAPPA E DEL CORSO)	2	<p>Sociosanitario. Attività di farmacia.</p> <p><u>Area:</u> Le farmacie presenti nei Quartieri del Terzo Paradiso sono la farmacia Montegrappa e la Farmacia Belledo. Vicina al confine dei Quartieri del Terzo Paradiso si trova anche la farmacia del Corso. La farmacia più vicina per chi abita a Bonacina è quella di San Giovanni.</p>

NOME E INTERVISTATI	N.	BREVE DESCRIZIONE E SERVIZI OFFERTI / ATTIVITÀ IMPLEMENTATE E AREA GEOGRAFICA DI RIFERIMENTO
CROCE ROSSA (IR)	2	<p>Cibo. Distribuzione di generi alimentari.</p> <p>Sociosanitario. Distribuzione di farmaci. Durante il lockdown servizio di raccolta e ritiro di indumenti per gli utenti ricoverati in ospedale.</p> <p>Accompagnamento degli anziani a fare la spesa, anche con l'obiettivo di fornire loro supporto sociale. Attività di supporto logistico per la RSA Airoidi e Muzzi, tra cui, durante i lockdown, triage Covid (misurazione temperatura, controllo green pass..) dei parenti degli utenti della RSA. quattro giorni a settimana, supporto nel trasportare gli utenti della RSA nei luoghi dove si svolgono le attività o a messa.</p> <p><u>Area:</u> Lecco e provincia</p>
ASSOCIAZIONE VOLONTARI PENSIONATI LECCHESI (N)	2	<p>Con sede presso Il Giglio</p> <p>Cultura e movimento. Organizza escursioni in natura e di tipo culturale</p> <p><u>Area:</u> la sede si trova a Pescarenico, ma vengono intercettate diverse persone over 65 da tutta Lecco e dintorni.</p>
UNIVERSITÀ DI LECCO PER ADULTI E TERZA ETÀ (N)	2	<p>Cultura. Corsi su vari argomenti (astronomia, storia, letteratura, scienze.), escursioni culturali</p> <p>Cibo. In passato è stato organizzato un corso di pasticceria.</p> <p>Sociosanitario. Corsi di medicina e/o psicologia</p> <p><u>Area:</u> Lecco</p>
BAR VITALI (N)	2	<p>Bar di quartiere, frequentato anche da molti over 65.</p> <p><u>Area:</u> Acquate</p>
SID - SERVIZI INTEGRATI PER LA DOMICILIARITÀ (IR)	1	<p>Servizio del Comune di Lecco dedicato ad accogliere e trattare le problematiche di cittadini e famiglie derivanti da condizioni di fragilità connesse all'invecchiamento. Il servizio si occupa prevalentemente di assistenza domiciliare.</p> <p>Sociosanitario e cibo. Assistenza domiciliare (igiene, cura della persona, pasti, supporto burocratico, consegna spesa).</p> <p><u>Area:</u> Lecco</p>

NOME E INTERVISTATI	N.	BREVE DESCRIZIONE E SERVIZI OFFERTI / ATTIVITÀ IMPLEMENTATE E AREA GEOGRAFICA DI RIFERIMENTO
CASAMICA ONLUS (1R)	1	<p>Associazione di volontariato nata per fornire accoglienza ai malati e ai loro familiari in difficoltà provenienti da tutta Italia e a Lecco per curarsi negli ospedali della città. Oggi, come impresa sociale, si occupa di housing sociale, anche per gli anziani.</p> <p>Sociosanitario. Attività di housing sociale per anziani che necessitano di un supporto ma che hanno ancora dei buoni livelli di autonomia. Supporto agli ospiti nella rilevazione dei parametri vitali.</p> <p>Cibo. Collaborazione con Croce Rossa per la distribuzione di pacchi alimentari.</p> <p>Cultura. Presenza di una biblioteca interna.</p> <p>Movimento. Accompagnamenti in auto in caso di necessità di spostamento, per garantire l'accesso ai servizi; collaborazione con Auser per bisogni di mobilità continuativi.</p> <p><u>Area:</u> Lecco e altri luoghi sul territorio italiano. La sede si trova a Germanedo.</p>
GRUPPO SANTUARIO ROVINATA (N)	1	<p>Volontari che mantengono il santuario della Rovinata</p> <p><u>Area:</u> Germanedo</p>
ENTI O GRUPPI CHE MOSTRANO UN INTERESSE SIGNIFICATIVO NEI CONFRONTI DEL TARGET DELLA TERZA ETÀ		
TEATRO INVITO (N)	4	<p>Cultura. Spettacoli teatrali</p> <p><u>Area:</u> Acquate</p>
CENTRO CIVICO SANDRO PERTINI (N)	3	<p>Spazio comunale che comprende una sala riunioni e una palestra.</p> <p>Movimento. Il centro è stato menzionato dagli intervistati in quanto è stato utilizzato per corsi di ginnastica dolce.</p> <p><u>Area:</u> Germanedo</p>
ORTI URBANI (N)	3	<p>Cibo. Orti comunali; il Comune mette a disposizione dei terreni dove coltivare</p> <p><u>Area:</u> Lecco. L'orto nell'area di via Cabagaglio si trova ad Acquate.</p>

NOME E INTERVISTATI	N.	BREVE DESCRIZIONE E SERVIZI OFFERTI / ATTIVITÀ IMPLEMENTATE E AREA GEOGRAFICA DI RIFERIMENTO
CARITAS (IR, IV)	1	<p>Cibo. Distribuzione di pacchi a domicilio Sociosanitario. Servizi per persone senza fissa dimora <u>Area:</u> Lecco</p>
POLISPORTIVA ROVINATA (IR)	1	<p>Movimento. Attività sportive, principalmente rivolte a ragazzi; disponibili per future collaborazioni su target della terza età. <u>Area:</u> Germanedo. Altre polisportive nei Quartieri del Terzo Paradiso sono Futura e Sant'Egidio.</p>
SCUOLA AMICA (IR)	0	<p>Associazione che raggruppa tutti gli Istituti Scolastici di Lecco 3. Organizzano eventi di fundraising e forniscono supporto alle scuole, sia di tipo didattico sia a livello di materiali. Cultura. Concerti a cui partecipano famiglie, nonni inclusi. Attività organizzate da Scuola Amica apprezzate dalla fascia di età della terza età sono la castagnata, la lotteria - e prima della pandemia il torneo di burraco. <u>Area:</u> Lecco</p>
LABORATORIO "IL TEMPO DELL'ARTE" (IR)	0	<p>Cultura. Corsi di arte e percorsi arteterapeutici per ragazzi e adulti. Frequentati anche da un gruppetto di persone over 65, per la maggior parte di genere femminile. <u>Area:</u> Belleo</p>