

VITATTIVA NEWSLETTER



In questo numero...

Vivere sicuri 1
Investire nella sicurezza per accrescere il benessere dei cittadini

Il nuovo blog Vitattiva 1
Più innovativo, più interattivo, più vostro

Viste da vicino 3
Le iniziative VitAttiva di Novembre

A dicembre è Festa 3
Tutti gli eventi del Natale VitAttiva

Entra nel mondo VitAttiva

Trovi tutte le informazioni sulla nostra associazione su www.vitattiva.it
www.vitattiva.info

Vivere sicuri

Investire nella sicurezza per accrescere il benessere dei cittadini

La "sicurezza" rappresenta un aspetto fondamentale nella vita di ogni cittadino, tanto che le ultime indagini statistiche la identificano come uno dei fattori principali che contribuiscono ad accrescere il senso di benessere personale. Questo è vero soprattutto se si considera la popolazione anziana per la quale l'aspetto "sicurezza" assume un'importanza centrale nella vita di tutti i giorni, in ragione di un senso di fragilità percepito in modo più o meno accentuato, a seconda dell'età, delle peculiarità caratteriali e della situazione socio-economica personale.

Ma cosa si intende per "sicurezza" e in particolare gli anziani da cosa derivano un senso di sicurezza? Senza dubbio "sicurezza" significa sentirsi protetto da pericoli esterni di varia natura, in

particolare quelli legati alla criminalità. Com'è noto, più che la grande criminalità organizzata, è la microcriminalità a colpire nella quotidianità dei cittadini e i dati in proposito sono eloquenti: ogni anno si verificano nel nostro paese circa 7 milioni tra scippi, rapine, furti, danni alle persone e al patrimonio familiare (19.348 al giorno), di cui un quarto a danno di anziani. Un quinto di scippi e borseggi riguarda gli over '65, mentre se si escludono i furti di oggetti personali, che interessano prevalentemente i giovani, l'incidenza dei reati di cui restano vittime sfiora il 20%.

Più in generale, ogni mille persone anziane ben 13 subiscono un borseggio e più di 4 uno scippo; il 20% circa dei nuclei familiari italiani, di cui il 25% pensionati, resta vittima di furti, truffe e

Il nuovo blog VitAttiva

Più innovativo, più interattivo, più vostro.

Dopo due anni di vita il blog VitAttiva si rinnova. Una grafica innovativa, attenta alle esigenze di accessibilità dei tanti nonni internauti, nuovi contenuti, con ancora più notizie, video e fotografie sui tanti eventi e progetti realizzati dalla nostra associazione per la salute e il benessere della Terza Età. Ma soprattutto sempre più interazione: la vera grande novità sta infatti nelle opportunità di comunicazione che il blog mette a disposizione, non solo dei tantissimi over' 60 che formano il *VitAttiva People*, ma di tutti coloro che hanno voglia di confrontarsi sulle tematiche vicine alla Terza Età.

Gli "anziani" stanno producendo nel nostro Paese una grande rivoluzione demografica, culturale e sociale: una trasformazione che merita grande attenzione da parte di tutti e che deve essere supportata con strumenti nuovi e al passo coi tempi. Questa esigenza si riflette pienamente nel blog VitAttiva che, sono sicuro, diventerà ben presto un importante punto di riferimento del mondo over '60. Buona navigazione a tutti su www.vitattiva.info.



Alfonso Rossi
Presidente VitAttiva

atti di vandalismo.

Secondo un'indagine Confesercenti-Pubblica ReS il 40% degli italiani nel 2007 (ben il 17% in più rispetto al 2006) ha dichiarato di temere di più nei prossimi anni il problema della sicurezza legato alla vivibilità e alla qualità della vita, sempre più minacciato da una criminalità diffusa.

Dello stesso tenore una recente ricerca Istat sulla sicurezza dei cittadini, che ha evidenziato come nel nostro paese il senso di insicurezza della popolazione per la criminalità sia diventato un fenomeno sociale "imponente", che non può essere negato o ignorato. Il 29% degli italiani di età superiore ai quattordici anni dichiara di sentirsi "poco o per niente sicuro" quando cammina da solo nelle ore serali e quasi il 10% della popolazione non esce mai nelle ore serali, anche se non tutti per motivi legati alla paura.

Ancora più significativa appare l'informazione che il 12% delle persone si sente poco o per niente sicuro quando deve stare da solo alla sera all'interno della propria abitazione: quasi il 20% di coloro che vi rientra effettua controlli accurati per verificare l'assenza di intrusi e il 53% compie verifiche accurate a seguito di rumori inusuali.

La stessa ricerca sottolinea come la paura non sia distribuita in maniera uniforme tra la popolazione: le persone anziane, soprattutto di sesso femminile, sono quelle che hanno più paura, poi vengono i giovani e infine gli adulti di mezz'età.

Al di là delle considerazioni legate all'incidenza della criminalità, esistono altri aspetti che pure contribuiscono in modo determinante ad aumentare il senso di sicurezza della persona: sono il mantenimento di un buono stato di salute, la capacità di essere autonomi dal punto di vista fisico nonché la capacità di credere in se stessi. Tutti aspetti che sono di fondamentale rilevanza per la popolazione anziana, in particolar modo per quei cittadini ultra 60enni che devono far fronte a difficoltà maggiori nell'ambito della vita domestica o nei loro rapporti con il prossimo perché vivono soli e senza il sostegno dei familiari.



Se si considera il processo d'invecchiamento dal punto di vista strettamente fisico, è evidente che il corpo umano è soggetto a profonde modificazioni all'aumentare dell'età.

In primo luogo c'è il tema della malattia, delle patologie invalidanti che finiscono per intaccare uno dei beni più preziosi per gli over '60: l'autonomia e la capacità di prendersi cura di se stessi. Di fatto è proprio la possibilità di essere autonomi ed autosufficienti, che permette agli over '60 di non sentirsi anziani

ne tanto meno "vecchi".

Non a caso la perdita della autosufficienza rappresenta una delle paure principali per gli anziani, e si concentra in misura maggiore nelle classi di età più esposte alla sua insorgenza.

Secondo

un'indagine svolta dal Censis il 74% degli over '65 ha paura della perdita dell'autosufficienza, percentuale che sale all'82,5% nella classe dei 70-74enni e al 76,3% nella classe dei 75-79enni.

Un ultimo aspetto da considerare nel rapporto sicurezza-anziani è quello legato all'abitazione: la casa è stata a lungo sinonimo di sicurezza, autonomia e indipendenza. Negli ultimi anni invece, gli atti di microcriminalità, che molto spesso si realizzano proprio all'interno delle abitazioni, e la frequenza con cui gli over '60 sono vittima di incidenti domestici, hanno fortemente minato il senso di sicurezza che la casa alimentava; dall'altro inoltre la scarsa autonomia determinata da malattie invalidanti e motivazioni psicologiche collegate al senso di insicurezza e alla scarsa autostima l'hanno trasformata in un luogo di emarginazione, in cui l'anziano rimane isolato, o addirittura decide di isolarsi per evitare relazioni sociali di cui ha paura.

Una politica pubblica legata al tema della sicurezza e al rapporto con la popolazione anziana è, oggi, assolutamente necessaria e deve tenere conto di tutti gli aspetti considerati, realizzando interventi mirati a restituire all'anziano il senso di sicurezza in se stesso oltre che verso l'ambiente in cui vive.

L'associazione VitAttiva ha recepito tale priorità e attualmente promuove e realizza due progetti finalizzati ad accrescere la sicurezza degli over '60: *Vivere Sicuri* e *A Casa in Sicurezza anche nella Terza Età*.

Il primo si propone come iniziativa volta a favorire la serenità e la sicurezza della persona anziana, al fine di garantirne la partecipazione attiva alla vita della nostra società. Il progetto prevede un percorso informativo che affronta i temi della salute, intesa come mantenimento di una condizione psico-fisica ottimale, della capacità di essere autonomi e credere in se stessi, della sicurezza dell'ambiente domestico e della capacità di difendersi dalle truffe.

A Casa in Sicurezza Anche nella Terza Età prevede invece una campagna di informazione e prevenzione in tema di sicurezza domestica, con particolare attenzione ai cosiddetti "pericoli trascurati". La realizzazione della campagna avviene mediante una serie di incontri tenuti da esperti di settore, basati sugli studi, le ricerche e le pubblicazioni dell'ISPESL - Istituto Superiore per la Prevenzione e la Sicurezza del Lavoro.



Viste da vicino

Le iniziative VitAttiva di Novembre

A Casa in Sicurezza

Un nuovo progetto per il benessere degli over '60

I giorni 19, 20 e 21 novembre, presso i centri anziani Cinquina, Serpentara e Petroselli, è stato presentato *A casa in sicurezza anche*



nella Terza Età, un nuovo progetto rivolto ai cittadini del IV° Municipio di Roma, che affronta il tema della sicurezza domestica per gli over '60. Il progetto sarà realizzato dall'ISPESL –

Istituto Superiore per la Prevenzione e la Sicurezza del Lavoro in collaborazione con l'associazione VitAttiva,

Insieme ai tanti iscritti dei centri anziani sono intervenuti alla presentazione la dott.ssa Rita Bisegna e la dott.ssa Alba Rosa Bianchi dell'ISPESL, il dott. Alfonso Rossi, presidente dell'associazione VitAttiva, il presidente del C.A. Cinquina Maurizio Merli, il presidente del C.A. Petroselli Francesco Rinaldi ed il presidente del C.A. Serpentara Vincenzo Marino.

Anni in Forma 2008

Una Giornata in Movimento per gli over '55 di Viticuso

Il 26 novembre i cittadini over '55 di Viticuso hanno partecipato ad una *Giornata in Movimento*, iniziativa che rientra nell'ambito del progetto *Anni in Forma*, realizzato dalla Regione Lazio in collaborazione con l'associazione Vitattiva,

Gli over '55 viticusani, accompagnati dal sindaco Edoardo Antonino Fabrizio e dal vicesindaco Carmine Caira, dopo una sosta alla Montagna Spaccata di Gaeta e la visita del Santuario di Santa Maria Goretti, hanno trascorso la giornata nella cittadina di Nettuno, realizzando un percorso finalizzato alla scoperta delle tradizioni storiche, culturali e gastronomiche locali.



A dicembre è Festa

Nella prossima Newsletter il resoconto, i commenti e le fotografie di tutti gli eventi del Natale VitAttiva 2008

