

MOVIMENTO AVA EVA

Rapporto d'attività 1.1 – 31.12.2019

1. INTRODUZIONE	2
2. ORGANI DELL'ASSOCIAZIONE	3
2.1 ASSEMBLEA	3
2.2 COMITATO	3
2.3 REVISORE DEI CONTI	4
3. SOCIE	4
4. COORDINAMENTO	5
5. ATTIVITÀ E PROGETTI 2019	5
6. PROGRAMMA 2020	9
6.1 ATTIVITÀ E PROGETTI.....	9
6.2 RICERCA FONDI.....	10
7. RINGRAZIAMENTI	10
8. ALLEGATI	12
8.1 VERBALE ASSEMBLEA GENERALE DEL 21.03.2019	12
8.2 CONSUNTIVO 2019	18
8.3 RAPPORTO DI REVISIONE	19
8.4 PREVENTIVO 2020	19
8.5 ARTICOLO ATTE.....	20
8.6 ARTICOLO ATTE.....	21
8.7 ARTICOLO ATTE.....	23

1. Introduzione

Il 2019 è stato un anno di grandi cambiamenti per l'Associazione AvaEva.

Norma Bargetzi ha deciso infatti di lasciare il suo incarico e a lei è subentrata la nuova coordinatrice Valentina Pallucca Forte. Inoltre, ha avuto luogo un rinnovamento del Comitato con l'arrivo di tre nuove membre: Patrizia Tami Facchini, Regula Matasci-Brüngger, Patrizia Negri.

Questi importanti cambiamenti hanno reso necessario del tempo per poter ristabilire gli equilibri all'interno del Comitato e permettere alle nuove arrivate di prendere confidenza con l'Associazione e con le molteplici attività proposte. Nonostante queste oggettive difficoltà, l'Associazione ha continuato a perseguire i suoi scopi: la creazione di reti di contatto tra le donne della generazione delle nonne, la riflessione e lo scambio tra donne di questa fascia di età, lo sviluppo di contesti in cui le idee, le reti sociopolitiche e i progetti a favore della generazione delle nonne possano consolidarsi.

L'Associazione ha continuato a mantenere viva la comunicazione con le socie attraverso il sito web www.avaeva.ch che è costantemente aggiornato, con la Newsletter e la pagina Facebook.

Anche nel 2019 AvaEva ha cercato di diversificare le sue attività, proponendo i consueti gruppi tematici di discussione (Sora Morte - arte di vivere e arte di morire, Caffè Narrativo, Storia/Storie, Valori Intergenerazionali, Sessualità).

Come per gli anni passati, le destinatarie delle nostre proposte sono state le donne in età da nonne, con o senza nipoti, residenti nella Svizzera italiana.

Abbiamo potuto contare sull'appoggio di enti pubblici e privati che ci hanno garantito l'utilizzo degli spazi per i nostri incontri a titolo gratuito: a loro siamo riconoscenti e apprezziamo molto il loro contributo.

Nel corso del 2019 AvaEva è stata presente sui media in diverse occasioni: questo ha consentito di affrontare con un pubblico più vasto le tematiche care alla nostra Associazione e tante donne hanno conosciuto AvaEva grazie a questa presenza mediatica. Una rivista rivolta al medesimo target di età di AvaEva ci ha concesso uno spazio fisso per poterci raccontare (Rivista dell'ATTE – Associazione ticinese terza età).

Siamo oggi consapevoli che AvaEva sta diventando un punto di riferimento importante, oltre che per le donne di terza e quarta età in Ticino, anche per i programmi radio e tv che vogliono occuparsi del tema dell'invecchiamento delle donne.

2. Organi dell'Associazione

2.1 Assemblea

L'Assemblea Generale di AvaEva si è tenuta il 21 marzo 2019 presso la sala del Tertianum nel Parco Maraini a Lugano ed ha visto la partecipazione di 29 donne (di cui 27 socie). Alla presentazione del rapporto annuale sono seguite la discussione, gli approfondimenti e l'approvazione del consuntivo 2019 e del preventivo 2020.

Ai lavori assembleari è seguita la Tavola Rotonda, alla quale hanno preso parte 38 donne (di cui 28 socie). Quest'anno si è deciso di discutere i seguenti progetti con la partecipazione delle socie, suddivise in tre gruppi di lavoro:

- *Segni e simboli di un antico linguaggio femminile*
- *Sciopero delle donne del 14 giugno: come vogliamo coinvolgerci e partecipare?*
- *Vivere da sole nell'anzianità*

Dopo i lavori di gruppo, le partecipanti si sono incontrate nel plenum per riferire sulla loro discussione. In conclusione, Norma Bargetzi-Horisberger, coordinatrice di AvaEva, ha ringraziato le donne che hanno partecipato, riferendo come questa partecipazione sia la dimostrazione concreta dell'interesse nei confronti di AvaEva.

2.2 Comitato

Durante la Tavola Rotonda 2019 quattro membre di Comitato hanno formalizzato le loro dimissioni. Si tratta di Anita Testa-Mader, Romana Camani-Pedrina, Barbara Stämpfli e Daniela Abruzzi. Queste quattro donne, fra cui due membre storiche del Comitato sin dalla nascita di AvaEva, hanno dato un contributo fondamentale a rendere l'Associazione quello che è oggi. Hanno deciso di lasciare per ragioni personali e familiari.

Raquel Galli Zirpoli ha annunciato con piacere che tre nuove donne sono interessate a diventare membre di Comitato: si tratta di Patrizia Negri, Regula Matasci-Brüngger e Patrizia Tami Facchini.

Lo Statuto prevede un numero di membre del Comitato da 3 a 7 per cui viene accettata la nuova composizione del Comitato come segue:

Raquel Galli Zirpoli
Frieda Lüscher
Patrizia Negri
Regula Matasci-Brüngger
Patrizia Tami Facchini

Per l'anno 2020 il Comitato si impegnerà a trovare nuove donne disposte ad entrare nel Comitato: due donne si sono già mostrate interessate a partecipare alle prossime riunioni per capire se possono dare la loro disponibilità ad entrare in Comitato: si tratta di Monika Pietzko, che in passato ha già preso parte ad alcuni comitati allargati, e Nadia Catelli Matasci.

Proseguono inoltre le ricerche di donne disposte ad entrare nel Comitato allargato, dunque con competenze più settoriali e specifiche.

Durante il corso del 2019 il Comitato si è occupato anche della successione di Norma Bargetzi che ha deciso di dimissionare quale coordinatrice dell'Associazione. La scelta è ricaduta su Valentina Pallucca Forte, che dal 1 giugno 2019 è stata regolarmente assunta con un contratto annuale (in scadenza il 31 maggio 2020), per una percentuale lavorativa del 25%.

Nel corso dell'anno il comitato si è riunito 11 volte e le membre del Comitato hanno prestato circa 770 ore di lavoro a titolo di volontariato.

2.3 Revisore dei conti

Le revisore dei conti sono Silvia Rita Müller e Rita Borsa, già revisora l'anno passato. Silvia Rita Müller ha ricevuto la sua nomina in sede di Tavola Rotonda.

Nella stessa sede, Regula Matasci-Brüngger ha rinunciato al suo mandato di revisore dei conti, in quanto non compatibile con la carica di membro di Comitato.

3. Socie

Nell'anno 2019 le donne che hanno aderito come socie ad AvaEva, pagando quindi il contributo di quota sociale di 40.-, sono state 104.

Purtroppo bisogna tener conto del fatto che alcune delle socie hanno avuto o hanno problemi di salute, e hanno deciso di non partecipare più attivamente perchè impossibilitate per problemi fisici o di altro tipo. Altre ancora hanno chiesto di mettere in stand – by la loro iscrizione perchè contano di migliorare il loro stato di salute nel futuro, e di conseguenza di poter riprendere le attività con AvaEva.

Inoltre, è doveroso sottolineare che la fase di transizione tra la nuova coordinatrice e la coordinatrice uscente ha richiesto molto tempo ed energia.

Siamo fiduciose di trovare nel futuro altre donne desiderose di partecipare ad AvaEva ed impegnarsi per fare in modo che anche l'età della pensione possa essere vissuta in modo sereno e soddisfacente.

Molte donne si sono mostrate interessate e incuriosite dalle attività dell'Associazione, soprattutto grazie al passaparola con donne già socie.

Per l'anno 2020 abbiamo dichiarato quale obiettivo fondamentale la realizzazione di una campagna di reclutamento socie che speriamo dia i suoi frutti.

4. Coordinamento

Come detto in precedenza, per il coordinamento di AvaEva il 1 giugno 2019 è stata assunta una nuova coordinatrice, Valentina Pallucca Forte, in sostituzione di Norma Bargetzi.

La coordinatrice è stata assunta ad una percentuale lavorativa del 25%.

In collaborazione con le membre del Comitato ha svolto i compiti di:

- segretariato e amministrazione dell'Associazione
- coordinamento dei diversi progetti
- organizzazione delle riunioni di Comitato
- organizzazione del Convegno, della Tavola rotonda e dell'Assemblea generale
- ricerca di collaborazioni esterne con enti pubblici e privati
- ricerca di sponsor e fundraising
- contatto con nuove socie
- rappresentanza verso l'esterno e con i media

La coordinatrice ha provveduto inoltre all'aggiornamento del sito internet, alla stesura della newsletter periodica, alla scrittura (in collaborazione con il Comitato) e impaginazione degli articoli da pubblicare sulla rivista dell'ATTE a cadenza bimestrale. La rivista dell'ATTE, Associazione ticinese terza età, ha concesso ad AvaEva una rubrica fissa con la pubblicazione di un articolo di 4000-4500 battute corredato da foto.

5. Attività e progetti 2019

Anche nell'anno 2019, nonostante il forte impiego di energie richiesto per affrontare i cambiamenti di coordinatrice e di Comitato, AvaEva ha continuato a dar voce alle donne della generazione delle nonne. In Ticino il Movimento AvaEva è sempre più un punto di riferimento importante per le donne in età avanzata che desiderano momenti di riflessione e scambio sulle tematiche che riguardano questa particolare fascia d'età. Pur avendo un target molto specifico, le attività di AvaEva sono concepite per spaziare in vari campi, incontrando così l'interesse di molte donne.

I gruppi di discussione sotto elencati si riuniscono di norma una volta al mese.

In particolare, nel 2019 i progetti attivi sono stati i seguenti:

Arte di vivere e arte di morire "Sora Morte" – Bellinzona

Sono proseguiti gli incontri incentrati sul tema della morte, con particolare riguardo ad alcune questioni di diritto successorio, ai riti di commiato, alle proprie paure. Il gruppo è uno spazio di riflessione e condivisione che consente di affrontare in modo sereno un tema così delicato. Sono previsti ulteriori Caffè di Sora Morte aperti ad un pubblico allargato.

Caffè narrativo – Mendrisio

Nasce per essere uno spazio di discussione: narrare significa ricordare e riesaminare gli eventi della propria vita, focalizzando l'attenzione sui particolari che rendono unica la vita di ognuno e scoprendo la similitudine di emozioni e valori.

Questo momento di scambio avviene attorno a un tema prestabilito, deciso di volta in volta dalle partecipanti. Alcune di loro hanno scritto dei libri e gli ultimi incontri del 2019 sono stati incentrati sulla lettura di questi testi.

Camminare insieme – Varie località

Le gite di AvaEva fanno sì che le donne possano condividere le loro esperienze e il loro vissuto camminando insieme, ritemprando corpo e spirito.

Nel 2019 sono state organizzate cinque uscite: le gite si svolgono sull'arco della giornata, su percorsi senza difficoltà, rispettando il ritmo delle partecipanti.

Il gruppo è attualmente sospeso per problemi di salute della responsabile, che conta però di riprendere le uscite appena possibile.

Valori intergenerazionali – Lugano

Cosa è rimasto alle generazioni attuali dei valori per i quali le donne di AvaEva si sono battute negli anni '70? – Incontri mensili. Anche quest'anno si è proseguito con la realizzazione e trascrizione di interviste qualitative con giovani donne su temi come il lavoro, la famiglia, l'educazione, i valori. Inoltre, nel mese di novembre alcune altre donne interessate hanno proposto un nuovo filone di approfondimento legato al tema "Educazione di genere".

Storia – storie – Bellinzona

L'atelier delle Storie vuole offrire uno spazio di espressione e condivisione per donne anziane incentrato sulla scrittura. Inizialmente le partecipanti perseguivano ognuna un proprio progetto di scrittura, da leggere poi durante gli incontri. Più di recente invece il gruppo è diventato un progetto collettivo: le donne scrivono di proprio pugno storie riguardanti donne che hanno conosciuto personalmente o di cui hanno solo sentito parlare. Attraverso la scrittura della loro storia, si rende omaggio a queste donne alla loro memoria. Alcuni dei testi sono stati presentati nell'ambito della "Maratona di Storie" dal titolo *Le Vecchie Signore*, tenutasi presso la Biblioteca del Gambarogno a San Nazzaro l'11 ottobre 2019. La serata è stata molto apprezzata sia dalle partecipanti che dalla responsabile del Museo, che ha proposto altre collaborazioni future.

Previdenza vecchiaia: Il gruppo si attiva puntualmente qualora diventassero d'attualità nel dibattito politico temi relativi alla previdenza per la vecchiaia.

Sessualità al femminile over 60 – Lugano

Un piccolo gruppo ha terminato un primo approccio al tema attraverso momenti di scambio e riflessione. Ora si vorrebbe allargare la discussione con nuove donne interessate, affrontando attraverso la visione di film, letture, ma soprattutto con lo scambio del proprio vissuto sui temi inerenti la sessualità. Particolare è stato l'incontro con una donna attiva nel teatro comico-sensuale nella forma di "burlesque", che ci ha fatto scoprire nuove dimensioni femminili di leggerezza, sensualità e giocosità.

Oltre ai propri progetti autogestiti e summenzionati, AvaEva collabora attraverso la partecipazione attiva ad altri progetti affini ai nostri scopi sul territorio.

Progetto Lyceum Lugano – Lyceum Club Lugano è un’organizzazione che riunisce donne che si interessano di arte, letteratura, musica, scienze, storia e questioni sociali e che vuole sostenere giovani talenti e favorire la comprensione reciproca e l’amicizia tramite contatti personali. Nel corso dei pomeriggi da loro organizzati volti a far conoscere alle interessate temi ed attività che si svolgono sul territorio della Svizzera italiana e che potrebbero esser d’interesse, hanno invitato AvaEva a far conoscere l’Associazione ad un gruppo di donne della generazione delle nonne membre del Lyceum Club Lugano.

Daniela Abruzzi, membra del Comitato e Norma Bargetzi, coordinatrice, hanno presentato AvaEva ad un pubblico di circa 40 persone. Hanno poi svolto un esercizio di scrittura dal titolo “Un aneddoto o qualcosa che vorresti raccontare a qualcuno di una o più generazioni dopo la tua”. Il pomeriggio è stato molto dinamico e le presenti hanno posto molte domande sull’Associazione e i progetti in corso.

Guardando insieme – Rassegna cinematografica intergenerazionale della durata di 4 giorni che si realizza a Bellinzona.

Le nuove famiglie – Condivisione e dibattito tra diversi enti ed associazioni in merito ai cambiamenti della famiglia.

Sciopero delle donne 2019 – Condivisione tra diverse associazioni femminili per una partecipazione attiva allo sciopero del 14.6.2019. AvaEva ha aderito alla Rete “Nate il 14 giugno” e partecipa alle riunioni per definire le attività successive allo sciopero femminista. Le prossime attività della Rete concernono la giornata dell’8 marzo 2020.

Cooperativa Baobab – spazio di accoglienza che promuove le relazioni tra persone. L’obiettivo è integrare nei loro progetti la presenza delle donne di AvaEva, che con le loro competenze potrebbero dare un’ importante contributo alle attività organizzate dalle educatrici della cooperativa Baobab.

GAM, Generazioni al Museo - Nell’ottica di una collaborazione con altre associazioni abbiamo preso contatto con il GAM (Generazioni al Museo).

Infatti è in programma per l’anno 2020 un progetto di collaborazione con loro, coordinato da Patrizia Tami Facchini, membra di Comitato di AvaEva. L’idea è quella di organizzare delle visite *ad hoc* per nonni e nipotini.

Il progetto GAM, che promuove gli incontri al Museo, si integra con il progetto AvaEva nell’ottica di un Museo inteso come luogo di scambio sociale.

Movimento per lo sciopero per il Clima – alcune donne di AvaEva hanno aderito a “Grands-parents pour le climat”, prendendo parte alla manifestazione per il clima del 2 maggio 2019. Una prossima manifestazione è prevista nel mese di maggio 2020.

Tavola rotonda e Convegno

La Tavola rotonda, è stata incentrata sulla discussione di tre progetti, che sono stati discussi in altrettanti gruppi di lavoro:

1. segni e simboli di un antico linguaggio femminile

L'animatrice ha raccontato, con l'uso di immagini, come si sono svolti i loro incontri. Inizialmente l'obiettivo del gruppo era la realizzazione di un grande *mandala*. In seguito, sono stati proposti lavori di ornamento di sassi, intrecci tessili, creazione di cesti, manipolazione di creta. Le decorazioni sono state ispirate a quelle dei vasi antichi o delle uova e soprattutto ai segni e simboli trovati negli scavi effettuati nell'antica Europa da Marojija Gimbutas, archeologa lituana.

Questo gruppo ha concluso il suo percorso e attualmente non sono previsti ulteriori incontri.

2. sciopero delle donne del 14 giugno: come vogliamo coinvolgerci e partecipare?

In vista dello sciopero, il gruppo ha discusso alcuni punti del Manifesto per lo sciopero, riflettendo sul significato della parola sciopero, e sui sentimenti che questa parola evoca nelle partecipanti. Si è discusso anche dell'organizzazione logistica dello sciopero per le donne di AvaEva.

3. Vivere da sole nell'anzianità

Si è discusso sulla sottile ma fondamentale distinzione tra *Vivere da soli* e *Vivere in solitudine*. Lo scopo del gruppo non vuole essere colmare il vuoto e la solitudine esistenti, quanto essere una sorta di gruppo-motore, per attivarsi cioè a trovare soluzioni che consentano di imparare anche a vivere da sole ed essere responsabili di se stesse.

Il **Convegno**, svoltosi a Lugano il 21 ottobre 2019, ha contato 39 partecipanti.

Il tema scelto quest'anno è stato: *Autodeterminazione e dipendenza*.

Il Convegno è un'occasione per scoprire e approfondire tutti quei temi legati al processo di invecchiamento delle donne, come ci si immagina la propria vecchiaia, quali sono i requisiti per vivere al meglio anche questa fase della vita. Il tema scelto quest'anno è molto sentito poiché si vive sempre più a lungo e il rischio di perdere o veder limitata la propria autodeterminazione è purtroppo concreto.

Con il Convegno si è cercato di capire in che modo si possono far rispettare i propri desideri anche quando l'autodeterminazione viene meno, vale a dire in situazioni di dipendenza.

E' intervenuta la Prof.ssa Maria Grazia Bedin, dell'Istituto e Alta scuola della Salute "La Source" di Losanna, con una presentazione dal titolo "Autodeterminazione e dipendenza". Al termine della presentazione, le partecipanti hanno potuto porre le loro domande alla relatrice.

La seconda presentazione del pomeriggio, basata sul testo di E.Barben e M.L. Ryter, è stata curata da Norma Bargetzi (che è stata coordinatrice di AvaEva) e Romana Camani-Pedrina (che è stata membro di Comitato). Titolo: "Autodeterminazione e dipendenza: aspettative delle donne riguardo all'età avanzata".

Nel pomeriggio, le partecipanti si sono suddivise in 3 gruppi di lavoro, ognuno dei quali ha lavorato su 3 possibili scenari in cui si verifica una perdita di indipendenza.

E' stato un momento molto arricchente, durante il quale ogni donna ha espresso il proprio parere e le proprie riflessioni su un tema così difficile.

Al termine dei lavori, una portavoce per ogni gruppo ha riferito nel plenum un riassunto della discussione.

Il Convegno 2019 si è concluso con un bel momento musicale gentilmente offerto dal Coro dell'ATTE (Associazione ticinese terza età) di Collina d'oro, diretto dal Sig. Franco Masci.

Sul sito www.avaeva.ch è possibile visionare la presentazione della relatrice Maria Grazia Bedin, le slides di supporto di Bargetzi e Camani-Pedrina, la galleria fotografica e leggere un riassunto della giornata.

Sciopero del 14 giugno 2019

Il 14 giugno 2019 sarà ricordato come una giornata storica: dopo 28 anni le donne sono scese di nuovo in piazza per protestare contro una società ancora troppo maschilista e discriminatoria. Un fiume viola si è riversato nelle strade e nelle piazze di tutta la Svizzera per chiedere parità di diritti e una società più giusta. C'eravamo anche noi di AvaEva, a Lugano, Locarno, Mendrisio e in una casa anziani di Cevio per poi incontrarci a Bellinzona e partecipare con entusiasmo al grande corteo. Abbiamo stampato delle magliette con il nostro logo e preparato dei manichini ai quali le abbiamo fatte indossare, e molte persone sono state incuriosite da questi strani personaggi chiedendo informazioni su AvaEva. Alcune donne di AvaEva hanno preso parola e spiegato a gran voce i motivi della nostra adesione allo sciopero.

*...parole e sorrisi viola
avanzano lenti,
braccia sorreggono bastoni
con magliette e un'idea,
cuori di nonne, bimbe, donne
insieme nella speranza
del cambiamento...*

Anna, AvaEva

6. Programma 2020

6.1 Attività e progetti

Per quanto concerne i progetti si prevede la continuazione di quanto fatto l'anno scorso, ma anche mantenendo l'apertura verso nuove attività e progetti.

- Nell'ambito del progetto **Storia-storie**, visto il successo della Maratona di Storie dell'11 marzo 2019, si continua la scrittura di storie e si discute la possibilità di una nuova narrazione in pubblico per la primavera del 2020
- E' in fase di preparazione un progetto sul tema del *Maltrattamento delle donne anziane*

- E' in fase di realizzazione un progetto con il GAM, Generazioni al museo, in cui si effettueranno delle visite al museo a tema "Nonni e nipoti"
- Partecipazione alle attività della Rete "Nate il 14 giugno"
- Partecipazione al Movimento Sciopero per il Clima (prossimo incontro previsto il 15 maggio 2020)
- Contiamo nel corso del 2020 di riattivare alcuni dei gruppi che sono temporaneamente sospesi: Biodiversità e Camminare Insieme

Anche nel 2020 avrà luogo a Tavola Rotonda di AvaEva, che quest'anno affronterà il tema della *povertà delle donne in AVS*.

La Tavola Rotonda permette di creare un momento di incontro tra le socie dove approfondire una tematica attuale e capire l'interesse delle partecipanti nei confronti dei progetti di AvaEva.

Attraverso i lavori di gruppo, la Tavola Rotonda vuole essere un momento di riflessione, volto anche alla creazione di nuovi progetti. Anche quest'anno sarà concomitante con l'Assemblea generale.

L'appuntamento è per il 9 aprile presso il Centro diurno di Rivera.

In autunno 2020 si svolgerà come di consueto il Convegno annuale su un tema di interesse generale per le donne della generazione delle nonne.

6.2 Ricerca fondi

Nel 2019 il finanziamento principale è giunto dal Percento Culturale Migros. Le quote sociali annuali non sono purtroppo sufficienti a coprire il costo delle attività di AvaEva e di una coordinatrice salariata. Anche quest'anno abbiamo avuto grosse difficoltà nel reperire fondi, e la nostra campagna di fundraising non ha dato esito. Abbiamo in mente diversi nuovi progetti per il 2020 e speriamo quindi di ottenere dei fondi che ci consentano di finanziarli. Purtroppo se il prossimo anno non otterremo alcun finanziamento, le attività dell'Associazione rimarranno solo su base volontaria e per forza di cose diminuiranno o cesseranno.

7. Ringraziamenti

Anche nel 2019 è stato fondamentale l'apporto del lavoro volontario.

Le animatrici dei gruppi e le donne del Comitato hanno dedicato il loro tempo e la loro energia per la riuscita dei progetti di AvaEva.

Come scritto sopra, le membre di Comitato hanno prestato 770 ore di lavoro non remunerato alle attività di AvaEva. Queste ore si sommano al lavoro delle altre collaboratrici, che hanno prestato circa 500 ore gratuitamente. Dunque, in totale parliamo di oltre 1200 ore di lavoro. Il Percento Culturale Migros, con il suo generoso contributo finanziario, ha fatto sì che questi progetti potessero essere realizzati nel concreto: ci si riferisce in particolar modo al Convegno e alla Tavola Rotonda. Questo sostegno economico ha consentito pure di

assumere una coordinatrice salariata, figura volta a sostenere l'Associazione per la gestione delle attività e i rapporti con le socie e con l'esterno.

Per la messa a disposizione gratuita di locali dove svolgere incontri e riunioni ringraziamo:

ABAD Associazione aiuto e cure a domicilio del Bellinzonese (riunioni Comitato)

Albergo Elvezia, Rivera (Vivere sole nell'anzianità)

Bar History Bellinzona (Storia-storie)

GenerazioniPiù anziani OCST (Segni e simboli, Valori, riunioni Comitato)

Ristorante Corona, Bellinzona (Sora Morte)

Libreria dei Ragazzi, Mendrisio (Caffè narrativo)

Ringraziamo anche Jolanda Negroni per averci offerto il suo lavoro di documentazione fotografica all'Assemblea e la Tavola rotonda, e Francesca Lamantia per aver messo a disposizione al Convegno le sue capacità di fotografa. Ringraziamo nuovamente Gaby Fluck per le vignette delle nostre locandine.

La nostra gratitudine va inoltre a tutte le socie che con la loro adesione e la loro partecipazione hanno sostenuto AvaEva.

Sorengo, gennaio 2020

8. Allegati

8.1 Verbale Assemblea generale del 21.03.2019

Assemblea generale dell'Associazione Movimento AvaEva Giovedì, 21 marzo 2019, Lugano, Tertianum Parco Maraini, ore 10.45

Ordine del giorno:

1. Saluto e nomina della Presidente del giorno
2. Nomina delle scrutatrici
3. Accettazione del verbale dell'Assemblea ordinaria del 26.4.2018
4. Presentazione del Rapporto d'attività 2018
5. Consuntivo 2018, rapporto delle revisore e scarico del Comitato
6. Preventivo 2019
7. Nomina delle membre del Comitato
8. Nomina delle revisore
9. Diversi: nuove idee nuove forze, altro

Presenti: 29 di cui 27 socie
(lista di presenza agli atti)

Verbale (ad uso esterno)

1. Saluto e nomina Presidente del giorno

La coordinatrice **Norma Bargetzi-Horisberger** dà il benvenuto alle presenti oggi, primo giorno di primavera, con un'immagine simbolica di una rondine. Bellissimo simbolo che evoca transizioni, passaggi, viaggi, nostalgia, parole consoni all'attività di AvaEva.

L'Assemblea ha le seguenti competenze (art. 5.1 dello Statuto)

- a) accetta il rapporto annuale del Comitato
- b) approva i conti annuali ed il rapporto delle revisore dei conti
- c) vota il bilancio preventivo e stabilisce il contributo sociale annuale delle socie
- d) delibera in merito a proposte del comitato o delle socie che figurano all'ordine del giorno
- e) nomina e/ revoca le membre del Comitato e le revisore dei conti
- f) adotta e modifica lo Statuto dell'Associazione
- g) decide in merito al proprio scioglimento ed alla liquidazione del patrimonio.

Quale presidente del giorno propone all'assemblea **Sonya Crivelli** che ringrazia per essersi messa a disposizione anche quest'anno. Per il verbale propone **Marlis Gianferrari** che ha già redatto gli stessi in due precedenti occasioni. Le due proposte vengono accettate per acclamazione.

La socia **AN** non ritiene necessaria la stesura dei verbali in modo così preciso, basta menzionare le decisioni. La presidente del giorno (in seguito **PdG**) le risponde che questa questione sarà trattata più tardi dall'assemblea.

La **PdG** ringrazia per la fiducia e ricorda quali sono i compiti dell'Assemblea. Nella giornata odierna si procederà anche a nuove nomine in sostituzione di membre del Comitato che si ritirano. Ricorda che i verbali saranno redatti in due versioni. Una versione ad uso interno con i nomi e cognomi delle presenti e delle relatrici, un'altra ad uso esterno con le sole iniziali per le socie o partecipanti e i nomi per intero per chi ha funzioni in seno al Comitato o all'Assemblea.

2. Nomina scrutatrici

Quali scrutatrici vengono proposte e nominate: **Virginia Pezzotta e Annamaria Nava.**

3. Accettazione verbale dell'Assemblea ordinaria del 26.4.2018

La PdG chiede se ci sono osservazioni al verbale. Una sua sintesi è stata pubblicata nel sito, mentre la versione integrale cartacea era disponibile a richiesta. Non ce ne sono e si passa alla sua approvazione. **Il verbale viene accettato all'unanimità.**

4. Presentazione del Rapporto d'attività 2018

Romana Camani-Pedrina fa una sintesi del Rapporto d'attività (**Allegato Nr 1**). Anche quest'anno il lavoro è stato impegnativo. Con immensa soddisfazione comunica che le adesioni hanno raggiunto le 128 socie, 28 in più dello scorso anno. Il Comitato non credeva che dopo la separazione dell'Associazione dal progetto GrossmütterRevolution del Per cento culturale Migros si sarebbe arrivate a questo numero, e ciò è molto incoraggiante per continuare. La ricerca di ulteriori fondi imposta dal Per cento culturale si è rivelata estremamente difficile e ha comportato un lavoro immane per la coordinatrice. Alla fine anche il Per cento culturale ha capito che ci sono più difficoltà che nel passato nella raccolta di fondi.

Il Comitato e in particolare la coordinatrice è stata impegnata nella presentazione del Movimento AvaEva ad altre associazioni ed enti, e anche la presenza mediatica ha richiesto molto impegno. Per tutto questo Norma viene ringraziata con un caloroso applauso. In seguito, anche con interventi dalla sala, vengono passati in rassegna i vari atelier e progetti.

Il gruppo del **Caffè narrativo di Ascona**, condotto in tedesco da **Regula Stern-Griesser** ed **Eleni Stäheli** è in pausa dall'estate. Ha però preso avvio con successo il **Caffè narrativo di Mendrisio**, condotto in italiano e coordinato da **Patrizia Negri** e **Giovanna Poletti-Montesu**.

Il gruppo **Camminare insieme** condotto da **Renata Ferrari** ha svolto diverse escursioni nella natura.

Anche il gruppo **Segni e simboli di un antico linguaggio femminile** ha avuto modo di incontrarsi regolarmente. Ora il percorso si è concluso e **Daniela Panzeri-Recalcati**, la sua animatrice, ne parlerà oggi nella Tavola rotonda.

Il nuovo gruppo **Sessualità femminile over 60** sta lavorando con discrezione vista la difficoltà di affrontare questo tema nella nostra società.

Arte di vivere e arte di morire "Sora Morte": il gruppo attivo dal 2014 procede regolarmente e ha organizzato in particolare un seminario di 2 giorni su "I lutti della vita" condotto dalla psicologa Caterina Wolf che è stato molto apprezzato.

Verena Singeisen e **Romana Camani-Pedrina** si occupano del gruppo **Storia-Storie** nel quale ognuna condivide i testi che ha scritto. La gamma dei temi scelti è ampia. Nel

pomeriggio **Verena** riferirà del progetto collettivo attuale: una raccolta di testimonianze e storie su “donne anziane”: storie per le quali è prevista una presentazione pubblica in autunno.

Nel gruppo **Valori intergenerazionali**, con **Anita Testa-Mader**, sono passate dalla riflessione sui propri valori di donne cresciute negli anni del femminismo a una ricerca sul modo in cui essi influenzano le nuove generazioni. Si è parlato di stereotipi del maschile e del femminile, si sono raccolte testimonianze sul significato del femminismo nei percorsi di vita e si è creata una traccia per le interviste con le giovani sui temi: lavoro, famiglia, educazione, valori.

Nel corso dell'anno **Frieda Lüscher** ha passato il testimone del gruppo **Vivere sole nell'anzianità** a **Dina Moretti**. Il gruppo continua la ricerca sui temi delle donne sole, affrontando i problemi legati alla solitudine, le assicurazioni sociali, la fiscalità e la vita quotidiana.

Il gruppo **Nonni e nipoti**, voleva chinarsi in particolare sui **diritti** in un contesto di crescenti conflittualità famigliari. L'animatrice **Raquel Galli Zirpoli** ha tentato di organizzare un dibattito, ma son mancate le relatrici. Al momento l'attività è sospesa.

Previdenza vecchiaia è un progetto di AvaEva che si attiva quando il tema diventa attuale nel dibattito politico.

La socia **SC** ha da tempo un sogno nel cassetto in merito all'educazione di genere nell'ambito scolastico, in specie nei libri di testo.

Regula Stern-Griesser, a proposito di temi che scottano, dice che nel **Caffè narrativo** di cui è coanimatrice hanno proposto la pianificazione familiare: c'erano donne che non ne volevano parlare e altre che ne volevano parlare. Per finire è stato un pomeriggio che ha permesso di “sciogliersi” e anche ridere.

Romana Camani-Pedrina conclude la sua relazione con i ringraziamenti che vanno soprattutto al Percento culturale Migros, perché senza questo importante contributo il Movimento non potrebbe esistere, e agli esercenti o gestori di sale che non fanno pagare l'occupazione degli spazi. Un grazie a Gaby Fluck per le vignette, a Jolanda Negrone per le foto, alla coordinatrice per il suo prezioso lavoro e alle membre del Comitato per il loro impegno.

Aggiunge che a fine anno, ma con i conti 2018 già chiusi, c'è stata una bella sorpresa: da Swissloss arriverà un contributo di fr 5'000.-. Se ne parlerà nella relazione finanziaria.

La **PdG** chiede se ci sono domande in merito al Programma d'attività 2018.

Il programma viene accettato con un applauso.

5. Consuntivo 2018

La coordinatrice prende la parola per spiegare brevemente alcune voci dei conti 2018 (Vedi **Allegato Nr 1, pagina 17**). Inizia dai Costi e informa che nel corso del 2018 è stato elaborato un regolamento per il rimborso spese del comitato per cui nei conti 2018 quest'ultime sono registrate separatamente da quelle del coordinamento. L'affitto sale e degli spazi era preventivato in fr. 1'000.-, ma nel 2018 non c'è stato alcun costo effettivo perché sono loro stati offerti spazi gratuitamente (elenca, ringraziando, varie associazioni e gerenti). Ricorda che le aule della Scuola Migros dal 2017 sono aumentate di prezzo, e anche se per AvaEva sarebbe stato praticato un prezzo di favore, sommando le diverse riunioni dei diversi gruppi il costo sarebbe stato comunque eccessivo. Per i Progetti e le attività si prevedeva la cifra

di fr. 10'000.-e sono le spese per l'organizzazione della tavola rotonda, del convegno e dei diversi progetti. Nel totale di fr. 8'825.60 di questa posta è compresa la cifra di fr. 4'000.- che è stata accantonata in previsione del minore contributo di fr. 5'000.- da parte del Percento culturale Migros per il 2019. Le spese per le traduzioni preventivate in fr 1'000.- non ci sono state perché hanno la fortuna di avere delle socie (R e F) che traducono gratuitamente.

Nei Ricavi figura la cifra di fr. 25'000.- versata dal Percento culturale Migros e i Contributi sociali annuali (fr. 4'880.-) sono le quote incassate. Alla voce Autofinanziamento si specifica che sono gli introiti incassati in occasione del convegno da parte delle partecipanti (di solito viene chiesto un contributo di fr. 50.-/60.-).

Nella voce Sostegni istituzionali non risulta nessuna cifra perché quanto ricevuto da Swissloss non è stato conteggiato. La richiesta era stata inoltrata in giugno e la risposta è arrivata quando i conti 2018 erano già chiusi, ma siccome saranno versati retroattivamente si vedrà come contabilizzarli. Le Donazioni private di fr. 750.- sono la somma degli importi che superano i fr. 40.- della quota sociale.

Passa poi alla lettura del Bilancio. Nei Ricavi è registrata una liquidità di fr. 7'682.70 (conto bancario). Nei Passivi, come accennato in precedenza, sono stati accantonati fr. 4'000.-. L'utile riportato dal 2017 è di fr. 2'792.70. Quindi alla chiusura dei conti 1.1.2018-31.12.2018 si riscontra un utile di fr. 800.- e un relativo aumento della sostanza che si assesta a fr. 3'592.70.

Rapporto revisore dei conti

Rita Borsa, anche a nome anche di **Regula Matasci-Brüngger** (assente), legge il Rapporto di revisione (**Allegato Nr 2**). Riferisce che l'importo ricevuto da Swissloss per il 2018 sarà contabilizzato nei conti 2019, ma riferito al 2018.

La **PdG** ringrazia le revisore. Chiede se ci sono delle domande su questo oggetto e si complimenta per la buona e oculata gestione finanziaria.

Le presenti approvano il Consuntivo 2018 con un applauso.

Con questa approvazione si dà scarico al Comitato uscente.

6. Preventivo 2019

La coordinatrice informa che è stato steso sulla base del Preventivo 2018 (**pagina 18, Allegato Nr 1**) prima della notizia del contributo Swissloss. I Preventivi e il Rapporto d'attività annuale devono essere spediti al Percento culturale Migros entro i primi giorni di gennaio, per questo viene preparato con anticipo già in dicembre.

Non ci sono domande dalla sala e il **Preventivo 2019 viene approvato con un applauso.**

7. Nomine delle membre del Comitato

La **PdG** accenna ai prossimi ritiri di AvaEve dal Comitato. Donne da tempo presenti che lasciano il Comitato per impegni familiari o altro, ma che proseguiranno il loro impegno nel movimento e porge loro i ringraziamenti per il lavoro fatto. Dovrà essere sostituita anche la coordinatrice **Norma Bargetzi-Horisberger** che ha chiesto di ritirarsi. La nomina della sua sostituta avverrà in seno al Comitato.

Raquel Galli Zirpoli prende la parola per annunciare con rincrescimento che quattro membre del Comitato lasciano. Due di loro sono attive dalla nascita del Movimento AvaEva

e tutte hanno portato un contributo determinante, soprattutto al momento del cambiamento da movimento ad associazione. Lasciano per motivi personali e famigliari e non per contrasti nel Comitato. Sono **Anita Testa-Mader, Romana Camani-Pedrina, Barbara Stämpfli e Daniela Abruzzi.**

La coordinatrice regala loro un libro da leggere nel loro futuro tempo libero...! Ringraziandole per la bella e creativa collaborazione.

Continuando, **Raquel** dice che la loro non è una facile sostituzione, ma fortunatamente può annunciare che entreranno a far parte del Comitato **Patrizia Negri**, che in AvaEva conduce il Caffé narrativo di Mendrisio, e **Regula Matasci-Brüngger**, oggi assente, molto interessata alle tematiche femminili e ambientali e che in AvaEva anima il gruppo Biodiversità.

Raquel ricorda che le riunioni del Comitato nel 2018 sono state 7 e si sono tenute presso l'ABAD di Bellinzona, cercando di fissare le date e gli orari tenendo conto degli impegni di ognuna. Le riunioni sono aperte e invita a partecipare, così da capire se questo impegno potrebbe interessare. La **PdG** ricorda che il Comitato è composto da un minimo di tre a un massimo di sette membre e che le spese sostenute sono rimborsabili (vedi art.6 dello statuto).

Patrizia Tami Facchini di Giubiasco è disposta a far parte del Comitato.

Ringraziandola la **PdG** annuncia quindi la composizione del nuovo Comitato: **Raquel Galli Zirpoli, Frieda Lüscher, Regula Matasci-Brüngger, Patrizia Negri, Patrizia Tami Facchini.**

Le presenti approvano con un applauso la composizione del nuovo Comitato.

A tutte viene regalato un vasetto di semenze benaugurante!

8. Nomina delle revisore

Viene rinnovato l'incarico a **Rita Borsa** che si è messa di nuovo a disposizione, mentre Regula Matasci-Brüngger, che entrando nel Comitato non può più essere revisora, viene sostituita da **Silvia Riva-Müller.**

9. Diversi. Nuove idee nuove forze

La socia **TMM** propone che l'Associazione AvaEva aderisca a "Grands-parents pour le climat", associazione che esiste da 5 anni. Ci sono diversi gruppi locali. Il momento è particolarmente positivo da quando i giovani si stanno mobilitando per l'ambiente. Invita le donne di AvaEva a partecipare venerdì 24 maggio 2019 alla manifestazione mondiale che si terrà anche in Ticino e si mette a disposizione per coordinarne la partecipazione.

La socia **VS** si propone quale rappresentante del gruppo AvaEva nel gruppo "Grands-parents pour le climat".

Viene suggerito da parte della socia **ML** di occuparsi dei maltrattamenti subiti dalle donne e riferisce di uno sportello "Punto ascolto" aperto nel comune Monteceneri che può essere utile ad ogni cittadino-a quale supporto per gestire esigenze o problematiche personali, famigliari, scolastiche o professionali.

La socia **RS** informa che sta preparando un articolo in tedesco su un tema che le sta molto a cuore, quello dei lasciti delle donne. Ne aveva già pubblicato uno 5-6 anni fa. L'Archivio delle donne, che raccoglie testimonianze del mondo femminile, è una bella cosa, ma c'è l'importante lavoro di molte altre donne impegnate nella politica, nel volontariato che, non avendo lasciato testimonianze scritte, sono rimaste anonime e non hanno lasciato il segno, ma andrebbero valorizzate.

Romana Camani-Pedrina riferisce sulle discussioni in merito al logo che non si ritiene più adatto. Durante l'Assemblea 2017 la coordinatrice aveva spiegato che il claim "Le nonne impegnate" va inteso come "le donne della generazione delle nonne" e non vuole escludere nessuna. Tuttavia le donne single faticano a identificarsi. Perciò il tema è riemerso all'Assemblea 2018 e si sono raccolte proposte di modifica. La discussione è continuata nel Comitato ma non hanno trovato unanimità su una nuova frase e sono arrivate alla decisione di semplicemente cancellarlo. Infatti già nella stampa delle magliette non è più stato usato. E' stato chiesto il parere ad un'avvocata: la decisione di questo cambiamento non deve essere sottoposta all'Assemblea perché gli statuti non parlano di logo.

La socia **TMM** chiede di dare indicazioni più precise sui luoghi delle riunioni e di come raggiungerli soprattutto con i mezzi pubblici.

La sua osservazione viene accolta.

La **PdG Sonya Crivelli** chiude l'Assemblea sollecitando un applauso per il grande lavoro svolto dall'Associazione AvaEva.

La presidente del giorno:

La verbalista:

Sonya Crivelli

Marlis Gianferrari

Bellinzona, 11 aprile 2019

8.2 Consuntivo 2019

Conto economico

COSTI	Consuntivo 1.1-31.12.-2019	Preventivo 1.1-31.12.2019
Coordinamento (spese incl.)	18'102.58	18'000.00
Spese coordinamento	1'999.85	1'700.00
Ufficio / cancelleria / PTT /spese amministrative	780.25	1'500.00
Logistica (spazi)	0,00	0.00
Attività /Progetti	5'325.05	9'000.00
Comunicazione	1'138.95	1'100.00
Rimborso spese (CO)	3'275.20	1'500.00
Traduzioni	0.00	500.00
Libri, riviste e pubblicazioni	36.00	100.00
Stampati e materiali pubblicitari	1'401.45	2'000.00
Imprevisti	0.00	300.00
TOTALE COSTI	32'059.33	35'700.00

RICAVI	Consuntivo 1.1-31.12.2019	Preventivo 1.1-31.12.2019
Percento culturale Migros	20'000.00	20'000.00
Contributi sociali annuali	4'090.00	4'500.00
Sostegni logistici (PCM Ticino)	0.00	0.00
Autofinanziamento (quote partecipanti)	2'250.00	3'000.00
Sostegni istituzionali	0.00	3'500.00
Donazioni private	976.50	700.00
Altri ricavi	4'636.02	4'000.00
TOTALE ricavi	31'952.52	35'700.00

Bilancio

ATTIVI	2019
Liquidità Banca Raiffeisen Agno	5'477.02
Ratei e risconti attivi	51.08
Attivo circolante	5'528.10
TOTALE ATTIVI	5'528.10

PASSIVI	2019
Ratei e risconti passivi	1'519.55
Debiti verso istituti di previdenza	522.66
Capitale di terzi a breve termine	2'042.21
Utile o perdita riportata	3'592.70
Perdita	-106.81
Capitale proprio	3'485.89
TOTALE PASSIVI	5'528.10

a) Donazioni non contabilizzate: AvaEva non dispone di spazi propri per riunioni e incontri di lavoro dei vari progetti. L'affitto delle sale è contabilizzato nei costi di progetti/eventi. Spesso vengono messi a disposizione gratuitamente degli spazi da parte di associazioni, enti e ristoranti. Per il 2019 questo corrisponderebbe ad un importo di ca. CHF 2'200.-.

b) Indennizzo dei membri dirigenti: Le membre del comitato direttivo non ricevono alcun indennizzo per il loro impegno ad eccezione del rimborso spese, come dal regolamento del 20.11.18. La coordinatrice che riceve un contributo forfettario mensile di CHF 1'250.

c) Prestazioni di volontariato: durante l'anno l'Associazione ha beneficiato di prestazioni di volontariato da parte delle membre di comitato e da altre socie coinvolte nella gestione dei progetti. Queste donne hanno prestato un totale di 1200 ore a titolo di volontariato.

8.3 Rapporto di revisione

I conti sono stati approvati in data 31.01.2020 dalle revisore Rita Borsa e Silvia Riva-Müller e saranno sottoposti all'Assemblea che si terrà il 09.04.2020.

8.4 Preventivo 2020

COSTI	Preventivo 1.1 – 31.12.2020	Consuntivo 1.1 – 31.12.2019	Preventivo 1.1 – 31.12.2019
Coordinamento	18'200.00	18'102.58	18'000.00
Spese coordinamento	2'000.00	1'999.85	1'700.00
Ufficio / cancelleria / PTT /spese ammin.	800.00	780'25	1'500.00
Logistica (spazi)	0.00	0,00	0.00
Attività /Progetti	6'000.00	5'325.05	9'000.00
Comunicazione	1'200.00	1'138.95	1'100.00
Spese Comitato	3'300.00	3'275.20	1'500.00
Traduzioni	0.00	0.00	500.00
Libri, riviste e pubblicazioni	50.00	36.00	100.00
Stampati e materiali pubblicitari	1'500.00	1'401.45	2'000.00
Imprevisti	100.00	0.00	300.00
TOTALE COSTI	33'150.00	32'059.33	35'700.00

RICAVI	Preventivo 1.1 – 31.12.2020	Consuntivo 1.1 – 31.12.2019	Preventivo 1.1 – 31.12.2019
Percento culturale Migros	20'000.00	20'000.00	20'000.00
Contributi sociali annuali	4'100.00	4'090.00	4'500.00
Autofinanziamento (quote partecipanti)	2'500.00	2'250.00	3'000.00
Sostegni istituzionali / sponsorizzazioni	3'500.00	0.00	3'500.00
Donazioni private	1'000.00	976.50	700.00
Altri ricavi	4'700.00	4'636.02	4'000.00
TOTALE RICAVI	35'800.00	31'952.52	35'700.00

8.5 Articolo ATTE

Art. Rivista ATTE, giugno 2019

ASSOCIAZIONE MOVIMENTO AVAEVA

di Valentina Pallucca Forte

Il Movimento AvaEva è nato in Svizzera italiana nel 2013 su iniziativa di Norma Bargetzi. Inizialmente costituiva un ramo del progetto GrossmütterRevolution, ideato e realizzato dal Percento Culturale Migros in Svizzera tedesca già nel 2009 a favore delle donne della generazione più anziana. Nel giugno 2019 Valentina Pallucca Forte ha assunto il ruolo di coordinatrice subentrando a Norma Bargetzi.

AvaEva si rivolge alle donne della generazione delle nonne, svizzere o straniere, residenti nella Svizzera italiana: donne single, sposate, divorziate, vedove, con o senza figli, con o senza nipoti biologici. AvaEva vuole essere uno spazio di incontro, riflessione e condivisione per le donne che cercano un altro modo di invecchiare, donne che vogliono mantenere e migliorare la propria qualità della vita anche in età avanzata. Le donne anziane di oggi sono molto diverse da quelle degli anni passati. L'immagine tipica della "nonna" di oggi non è più attuale e va rivoluzionata: oggi le donne dai 60 anni in su sono donne attive socialmente e spesso anche professionalmente, si occupano in molti casi dei loro nipoti oppure accudiscono i loro genitori ormai anziani. I progetti di AvaEva mirano alla creazione di reti di contatto volte a favorire lo sviluppo di contesti in cui le idee, le reti socio-politiche e i progetti a favore della generazione delle nonne possano consolidarsi. Unendosi e rafforzando le loro competenze le donne di AvaEva realizzano progetti diversificati e autogestiti, sviluppando anche contributi per chi verrà dopo di loro in un'ottica di scambio intergenerazionale.

Il 21 ottobre 2019 si terrà il Convegno annuale a tema "Autodeterminazione e dipendenza". Il Convegno sarà l'occasione per le donne della generazione delle nonne di approfondire, con l'aiuto di specialiste, uno o più temi che le riguardano. I successivi *ateliers* permetteranno poi alle partecipanti di ritrovarsi per riflettere e scambiare idee ed esperienze inerenti i temi proposti. Un momento artistico e conviviale chiuderà la giornata in un'atmosfera gioiosa.

Sul sito www.avaeva.ch potete trovare maggiori informazioni sulle attività dell'Associazione.

8.6 Articolo ATTE

Art. Rivista ATTE, settembre 2019

MOVIMENTO AVAEVA – ATELIER

di Patrizia Negri, Romana Camani-Pedrina, Valentina Pallucca Forte

Caffè Narrativo di AvaEva

Narrare significa ricordare e riesaminare gli eventi più o meno importanti della propria vita e consente di focalizzare l'attenzione sui particolari che rendono unica la vita di ognuno, ma anche di scoprire la similitudine di emozioni e di valori.

Ci incontriamo mensilmente per 2 ore in una bella e luminosa sala al primo piano che la Libreria dei Ragazzi di Mendrisio ci mette a disposizione gratuitamente. Attorno a un tavolo con altre donne, la moderatrice illustra il tema del giorno con le parole oppure attraverso oggetti disseminati sul tavolo. Tutto questo evoca in ognuna delle presenti ricordi remoti o anche situazioni vissute recentemente: qualcuno inizia a raccontare, le altre ascoltano. Inizia così un vero e proprio scambio, attraverso i racconti, di realtà vissute che tornano alla mente, piacevoli da ricordare e che suscitano interesse e curiosità in chi ascolta.

Raccontare fa bene, ascoltare emoziona e stimola i ricordi. Al Caffè Narrativo chi vuole semplicemente ascoltare troverà sicuramente chi ama raccontare. **Il nostro Caffè Narrativo si potrebbe definire come un luogo e un tempo privilegiato offerto alle donne per raccontare le proprie storie e ascoltare quelle degli altri.**

Ogni appuntamento è scandito da vari momenti: un momento preliminare dove si accolgono le partecipanti, una veloce presentazione, una breve pausa con merenda, e un congedo dove si decide il tema e la data per l'incontro successivo.

Finalità principali:

- Favorisce la conoscenza reciproca
- Valorizza le identità che differenziano ogni individuo
- Risponde al bisogno di essere ascoltate
- Favorisce l'apprezzamento reciproco
- Favorisce l'ascolto empatico ognuno è accolto con le sue fragilità senza essere giudicato

Come moderatrice di questo gruppo sono rimasta profondamente colpita dalle persone e dalle loro storie. Abbiamo parlato della scuola di ieri e di oggi, delle festività natalizie, dei carnevali di un tempo, abbiamo raccontato di maghi di streghe e di fate.

Quello che ho imparato in questi pomeriggi è che nella frenesia del nostro tempo troppo spesso si trascura il dialogo tra le persone.

Vi aspettiamo ogni ultimo martedì del mese c/o la Libreria dei ragazzi a Mendrisio.

Atelier delle storie

L'atelier delle storie di AvaEva vuole offrire uno spazio di espressione e condivisione per donne anziane incentrato sulla scrittura.

Tutte noi abbiamo fatto prima o poi incontri particolari, vissuto momenti indimenticabili, scoperto qualcosa che ci ha lasciate piene di stupore e meraviglia. Perché dunque non

trattenere questi attimi sulla carta o dentro un file, talvolta solo per noi stesse, ma qui soprattutto da condividere nel gruppo, discuterne, trarne degli spunti capaci di rendere il nostro testo più espressivo e pregnante.

Inizialmente le partecipanti perseguivano ognuna un proprio progetto di scrittura, cosicché i lavori spaziavano dalla creazione di un ricettario di famiglia, all'albo con collages e fotografie per la nipotina, una poesia, uno scambio di corrispondenza scritta con penna e pennino scolastici, una storia di cui il nipotino era l'eroe, brevi testimonianze della propria infanzia in un contesto radicalmente diverso da quello odierno. La lettura dei testi nel gruppo non ha mai mancato di suscitare vivaci discussioni. Inoltre ha permesso di rievocare ricordi, condividere esperienze, e ha fornito spunti per arricchire la scrittura.

Più di recente il gruppo si è invece dedicato a un progetto collettivo: redigere una breve testimonianza o un ritratto compiuto di donne anziane conosciute personalmente o di cui si è sentito parlare. Condividere la storia di queste vecchie è stato un modo di coltivarne la memoria, rendere loro omaggio, e rendere omaggio alle loro capacità, alla loro voglia di libertà e al loro coraggio, ma anche di coltivare la trasmissione intergenerazionale di esperienze e ricordi. Questi testi sono infatti stati presentati a un pubblico più vasto nell'ambito della maratona di storie "Le vecchie signore", che si è tenuta presso la Biblioteca del Gambarogno a San Nazzaro lo scorso ottobre.

L'atelier delle storie di AvaEva è organizzato mensilmente da Verena Singeisen e Romana Camani a Bellinzona. È aperto a tutte le donne.

8.7 Articolo ATTE

Art. Rivista ATTE, dicembre 2019

MOVIMENTO AVAEVA – Il Convegno 2019 “Autodeterminazione e dipendenza”

di Valentina Pallucca Forte

Il 21 ottobre 2019 si è svolto il 7° Convegno annuale dell'Associazione Movimento AvaEva dal titolo “**Autodeterminazione e dipendenza**”. La scelta è ricaduta su questa delicata tematica **perché assistiamo ad un sempre maggiore** prolungamento dell'età della vita (soprattutto al femminile), e si presenta quindi un rischio concreto di vedere compromessa la propria autodeterminazione. Nella terza e quarta età si possono presentare fragilità che richiedono cure e maggior assistenza.

La giornata ha voluto generare una riflessione sul tema, auspicando di poter dare alle partecipanti maggiori elementi per capire il limite tra l'autodeterminazione e la dipendenza in situazioni in cui questa autodeterminazione viene meno.

Al mattino hanno avuto luogo due interventi. Per prima è intervenuta la Professoressa Maria Grazia Bedin dell'Istituto e Alta Scuola della Salute La Source di Losanna, affrontando la tematica oggetto della giornata e rispondendo alla fine ai quesiti posti dalle partecipanti.

Nel secondo intervento, Norma Bargetzi (che è stata coordinatrice del Movimento AvaEva) e Romana Camani-Pedrina (che è stata membra di Comitato di AvaEva) hanno riferito su quanto emerso dalla ricerca di Elisabeth Ryter e Marie Louise Barben dal titolo “Autodeterminazione e dipendenza – aspettative delle donne riguardo all'età avanzata”.

Nel pomeriggio le presenti si sono riunite in tre gruppi per discutere sul tema con particolare riguardo a tre ambiti fondamentali del problema: l'abitazione, l'assistenza e la cura, la capacità di decidere.

L'abitazione

Abbiamo lasciato correre la fantasia di ognuna sulla domanda: “dove vorresti vivere?” Le risposte non si son fatte attendere e sono state le più disparate: da tutti i gruppi è emerso però un sentimento di angoscia al pensiero di dover abbandonare la propria casa e i propri oggetti per cercare una sistemazione più piccola e facile da gestire. Si è parlato anche delle case per anziani, strutture temute dalla maggior parte delle partecipanti, seppur con qualche voce fuori dal coro - per alcune costituirebbero un modo per evitare l'isolamento. Sicuramente le case anziani “ghetto” andrebbero abolite in favore di soluzioni intergenerazionali progettate in modo sicuro: da questo punto di vista il Ticino è purtroppo indietro, è necessario che qualcosa si muova in questa direzione.

L'assistenza e la cura

Nell'affrontare questi temi erano tutte d'accordo che di certo bisognerà prepararsi all'inevitabile cambiamento e imparare a chiedere aiuto quando necessario. La maggior parte delle partecipanti si mostrava piuttosto restia a chiedere aiuto ai famigliari e preferirebbe piuttosto far capo ai servizi disponibili sul territorio. Un'altra risorsa importante potrebbero essere gli amici: con loro si potrebbe parlare di reciprocità e non di dipendenza.

Risulta difficile comunque trovare soluzioni generalizzate. Si è così concluso che si accetterà il cambiamento cercando di mantenere l'individualità e la creatività di ognuna, andando incontro al futuro con fiducia.

Capacità di decidere

Il terzo tema che suscita terrore è la perdita delle proprie facoltà mentali: le demenze ci impediscono di decidere autonomamente e più tardi anche di capire ciò che succede intorno a noi. Si tratta di un tema molto delicato e sarebbe opportuno, quando ancora si è in piena facoltà, designare attraverso un mandato precauzionale qualcuno di fiducia che possa decidere per noi (potrebbero essere i figli o qualcun'altro). Si è parlato inoltre del difficile tema della morte assistita.

Su un punto però eran tutte concordi: bisogna parlarne, dare fiducia agli altri e dichiarare le nostre volontà. Alla fine, malgrado i temi molto impegnativi, c'è stato un proficuo scambio di idee ricco di emozioni.

Conclusioni

La giornata si è conclusa in allegria con un momento musicale gentilmente offerto dal coro dell'ATTE di Collina d'oro, diretto dal Signor Franco Masci.

Il Convegno ha offerto tanti spunti di discussione e ha permesso di affrontare dei temi difficili con uno spirito di convivialità. Ogni anno l'Associazione AvaEva propone un Convegno con un tema di interesse per le donne di terza e quarta età in Ticino: chi volesse maggiori informazioni ed essere aggiornato sulle nostre attività può visitare il sito www.avaeva.ch, oppure scrivere all'indirizzo e-mail info@avaeva.ch.