

# MOVIMENTO AVA EVA

## Rapporto d'attività 1.1 – 31.12.2021

<b>1. ORGANI DELL'ASSOCIAZIONE</b> .....	<b>3</b>
1.1 ASSEMBLEA ANNUALE ORDINARIA.....	3
1.2 COMITATO.....	3
1.3 REVISORE DEI CONTI.....	4
<b>2. SOCIE</b> .....	<b>4</b>
<b>3. COORDINAMENTO</b> .....	<b>4</b>
<b>4. ATTIVITÀ E PROGETTI 2021</b> .....	<b>4</b>
4.1 I GRUPPI DI AVA EVA.....	5
4.2 ASSEMBLEA E TAVOLA ROTONDA.....	6
4.3 CONVEGNO.....	6
4.4 COLLABORAZIONI ESTERNE.....	7
<b>5. ATTIVITÀ E PROGETTI 2022</b> .....	<b>9</b>
5.1 CICLO DI INCONTRI SULLE SCRITTRICI CHE HANNO UN LEGAME CON IL TICINO.....	9
5.2 MALTRATTAMENTO DELLE PERSONE ANZIANE.....	9
5.3 DIRETTIVE ANTICIPATE .....	10
5.4 MOBILITÀ PEDONALE .....	10
<b>6. RICERCA FONDI</b> .....	<b>11</b>
<b>8. RINGRAZIAMENTI</b> .....	<b>11</b>
<b>9. ALLEGATI</b> .....	<b>12</b>
9.1 ASSEMBLEA ANNUALE ORDINARIA 2021, VERBALE .....	12
9.2 CONSUNTIVO 2021 .....	18
<b>CONTO ECONOMICO</b> .....	<b>18</b>
<b>BILANCIO</b> .....	<b>19</b>
9.3 RAPPORTO DI REVISIONE 2021.....	20
9.4 PREVENTIVO 2022 .....	21
9.5 CONVEGNO 2021, VERBALE .....	22
9.6 LOCANDINA CONVEGNO .....	29
9.7 CAMMINOSTORIA NR.1 "DA NIZZA AL MERCATO DI BELLINZONA".....	31
9.8 CAMMINOSTORIA NR.2 "TUTTE LE STRADE PORTANO A BELLINZONA" .....	33
9.9 ARTICOLO ATTE .....	35
9.10 ARTICOLO ATTE .....	36
9.11 ARTICOLO ATTE .....	37
9.12 ARTICOLO ATTE .....	38

## Introduzione

*Il 2021 ha visto la ripresa di alcune attività in presenza per i progetti di AvaEva. Soprattutto durante la fine del periodo primaverile ed autunnale, i **gruppi** hanno potuto incontrarsi fisicamente e non più attraverso lo schermo, e anche il nostro Convegno tematico annuale ha potuto essere realizzato in presenza. Discorso diverso per la nostra Assemblea annuale, che purtroppo è stata svolta anche quest'anno in forma esclusivamente telematica.*

*Nonostante le difficoltà e le incertezze – organizzare incontri e non essere certe fino all'ultimo momento di poterli realizzare – il Comitato e la coordinatrice hanno cercato di essere presenti con le socie e di far sentire la propria presenza. Questo è stato possibile grazie ad un invio regolare di Newsletter, al sito web aggiornato e a notizie postate con costanza sulla nostra pagina Facebook.*

***La rivista dell'ATTE** – Associazione ticinese terza età - ha rinnovato anche per il 2021 la disponibilità ad offrirci una rubrica fissa e abbiamo approfittato di questo spazio per parlare di progetti e attività di AvaEva.*

*Il **Comitato** si è incontrato regolarmente in varie forme: in presenza nei periodi "buoni" a livello di contagi, via Zoom nei momenti più critici e ha cercato di portare avanti idee e progetti guardando con ottimismo al futuro.*

*Nel 2022 proseguiremo con alcuni progetti (**Mobilità pedonale, direttive anticipate**) e realizzeremo due nuovi progetti che affrontano temi molto sentiti dalle nostre socie. Il primo progetto riguarda il **Maltrattamento** e segue il tema del nostro Convegno annuale tenutosi il 13 ottobre 2021 all'Hotel Unione di Bellinzona. Desideriamo proseguire la discussione sul tema attraverso il lancio di un gruppo di discussione AvaEva.*

*Il secondo progetto vuole celebrare le **scrittrici che hanno legami con il nostro territorio**, organizzando pomeriggi di approfondimento per scoprire più da vicino le loro opere attraverso un ciclo di incontri alternati fra Sopra e Sottoceneri.*

*Ripartirà il gruppo **Camminando insieme**, e siamo felici di annunciarlo perché molte donne ne sentivano la mancanza e crediamo che anche un'attività all'aria aperta possa costituire un importante momento di scambio al femminile. L'attività sarà organizzata di preferenza la domenica, che risulta essere un giorno delicato per le donne che vivono da sole.*

*A **livello finanziario**, abbiamo ricevuto quest'anno un sostegno addizionale da parte del Club Aperello, che si aggiunge al contributo essenziale accordatoci dal Percento culturale Migros, senza il quale non riusciremmo a garantire la sopravvivenza della nostra associazione.*

*Stiamo imparando a convivere con questo virus e vogliamo cercare di offrire alle nostre socie attività interessanti e stimolanti che tocchino i temi legati alle donne della generazione delle nonne. Diamo il massimo e ci impegniamo affinché AvaEva continui ad essere un punto di riferimento per queste donne in Ticino e cercando comunque di "fare rete" con le modalità che attualmente il Covid ci concede.*

## 1. Organi dell'Associazione

### 1.1 Assemblea annuale ordinaria

L'Assemblea Generale di AvaEva ha avuto luogo martedì 20 aprile 2021 via Zoom. Purtroppo anche quest'anno la pandemia ci ha impedito di organizzare un evento in presenza. Hanno partecipato in totale 21 socie: 18 di loro hanno partecipato attivamente collegandosi a Zoom, 3 hanno invece preferito inviare via mail alla coordinatrice i loro voti. Tutte le socie sono state convocate all'Assemblea in data 18 marzo 2021, con la richiesta di confermare la propria partecipazione o inviare il proprio voto entro il 19 aprile 2021.

Durante l'assemblea il Comitato e la coordinatrice hanno aggiornato le socie sulla composizione del Comitato, hanno presentato i conti annuali e i gruppi di discussione attivi. Per il secondo anno consecutivo abbiamo dovuto rinunciare alla Tavola Rotonda che solitamente segue l'assemblea annuale: è un momento conviviale del quale si è sentita la mancanza perché rappresenta l'occasione di incontrarsi personalmente e avere uno scambio dal vivo con altre donne dell'associazione. Speriamo di avere la possibilità di organizzare l'evento in presenza nel 2022.

È possibile leggere il verbale dell'assemblea annuale ordinaria 2021 in allegato (**allegato n. 9.1**).

### 1.2 Comitato

Durante l'Assemblea del 20 aprile 2021 è stato formalizzato l'ingresso in Comitato di Odille Pedroli-Conrad, che già partecipava alle riunioni da alcuni mesi. Nell'anno 2021 non hanno avuto luogo nuovi ingressi in Comitato, e neanche dimissioni.

Come ogni anno, facciamo nuovamente presente in sede di Assemblea la necessità di avere un maggior numero di donne in Comitato per consentire la realizzazione dei progetti di AvaEva e per avere nuovi spunti.

Lo Statuto prevede un numero di membre del Comitato da 3 a 7 per cui l'attuale composizione del Comitato è come segue:

Regula Matasci-Brünger  
Patrizia Negri  
Odille Pedroli-Conrad  
Monika Pietzko

Nel corso dell'anno il Comitato si è riunito 10 volte: le membre del Comitato e le collaboratrici di AvaEva hanno prestato in totale circa 600 ore di lavoro a titolo di volontariato.

## 1.3 Revisore dei conti

Le revise dei conti sono Silvia Riva Müller (già revisora l'anno passato) e Regula Stern-Griesser, al suo primo anno. Le ringraziamo per offrirci il loro prezioso contributo controllando accuratamente la regolarità dei nostri conti. Per maggiori informazioni sull'aspetto finanziario, consultare il **consuntivo 2021 - allegato n.9.2 e relativo rapporto di revisione - allegato n.9.3, oltre al preventivo 2022 – allegato 9.4**).

## 2. Socie

Nell'anno 2021 le donne che hanno aderito come socie ad AvaEva, pagando quindi il contributo di quota sociale di 40.-, sono state **108**, il numero rimane quindi stabile. Crediamo che la difficoltà nell'organizzare eventi in presenza renda difficoltosa l'acquisizione di nuove socie. Nel 2022 abbiamo programmato una serie di eventi e progetti interessanti che speriamo ci consentiranno di attrarre nuove donne e aumentare quindi il numero delle nostre socie.

## 3. Coordinamento

Ricordiamo che AvaEva conta sul lavoro di una coordinatrice assunta al 25%, Valentina Pallucca Forte con i seguenti compiti, che svolge in collaborazione con il Comitato:

- segretariato e amministrazione dell'Associazione
- coordinamento dei diversi progetti
- organizzazione delle riunioni di Comitato
- organizzazione di Convegno, Tavola rotonda e Assemblea generale
- ricerca di collaborazioni esterne con enti pubblici e privati
- ricerca di sponsor e fundraising
- contatto con le socie (scrittura della Newsletter, aggiornamento sito web)
- rappresentanza verso l'esterno e con i media
- scrittura degli articoli per la rivista dell'ATTE<sup>1</sup>

## 4. Attività e progetti 2021

Nonostante il perdurare della complicata situazione sanitaria, nel 2021 siamo riuscite a portare a termine alcuni eventi e progetti di cui parlerò nel dettaglio in questo capitolo. Altri progetti che avevamo programmato sono invece sospesi, come il progetto Yoga (momentaneamente annullato per mancanza di iscritte) e il progetto Osteoporosi (abbiamo deciso di dare priorità ad altri progetti).

Per il 2022, Covid permettendo, vogliamo assolutamente riprendere tutte le nostre attività in presenza.

---

<sup>1</sup> La rivista dell'ATTE – Associazione ticinese terza età, viene pubblicata a cadenza bimestrale. AvaEva ha una rubrica fissa su questa rivista, con la pubblicazione di un articolo di 4000-4500 battute + foto

## 4.1 I gruppi di AvaEva

I **gruppi di discussione** di AvaEva costituiscono il cuore della nostra attività. Anche nel 2021 il Covid ci ha costrette ad una certa flessibilità, per cui gli incontri si sono svolti in parte in presenza e in parte online.

In particolare, nel 2021 i gruppi attivi sono stati i seguenti:

### **Caffè narrativo** - Mendrisio (*Patrizia Negri, Giovanna Poletti-Montesu*)

Il caffè narrativo è un momento di scambio e discussione attorno ad un tema stabilito di volta in volta dalle partecipanti. La condivisione permette di guardare e analizzare gli eventi della propria vita da un punto di vista diverso.

Durante il 2021 il gruppo si è incontrato 3 volte in presenza (gli incontri erano stati sospesi a gennaio 2021 per il peggiorare della situazione dei contagi, poi è seguita la pausa estiva). Gli incontri hanno trattato tematiche molto varie, con uno sguardo importante al vissuto durante i difficili mesi pandemici, ma anche presentazioni di libri, fra cui un testo di Michela Murgia sulla figura femminile.

Da quest'anno il gruppo partecipa alla Rete dei Caffè narrativi e gli incontri vengono pubblicati anche sull'agenda del sito [www.caffenarrativi.ch](http://www.caffenarrativi.ch).

### **Valori intergenerazionali/Educazione di genere** - Lugano (*Anita Testa-Mader, Sonja Crivelli*)

Nel corso del 2021 il gruppo si è riunito 7 volte, in parte in presenza e in parte via Zoom.

All'inizio dell'anno il gruppo aveva deciso di partecipare alla rassegna sulle prospettive di genere indetta dal Per cento culturale Migros. Con la partecipazione a questo progetto si era deciso di concentrarsi maggiormente sulla trasmissione dell'identità di genere, valorizzandone l'aspetto intergenerazionale. L'idea era quella di organizzare un pomeriggio di approfondimento presentando il lavoro svolto dal gruppo durante gli anni (questionari e interviste sui temi dell'educazione di bambine e bambini, il rapporto di coppia, le differenze tra i valori che erano importanti una volta e i valori di oggi, ecc.)

L'organizzazione della rassegna ha subito uno stop dovuto all'aggravarsi della pandemia, per essere poi rilanciata nel mese di ottobre. Il gruppo si è reso conto che la realizzazione del progetto per la rassegna sulle prospettive di genere richiederebbe uno sforzo notevole, anche in considerazione delle tempistiche molto strette (primavera 2022). A malincuore il gruppo ha deciso quindi di rinunciare alla partecipazione, e privilegiare il bel lavoro di gruppo creatosi durante questi mesi, lavoro che tocca tutti i punti delle interviste e non solo l'area dell'educazione di genere, analizzando in modo più globale tutti i documenti a disposizione. L'obiettivo è la pubblicazione di questo lavoro.

### **Storia – storie** – Bellinzona (*Romana Camani-Pedrina, Virginia Pezzotta-Bühlmann*)

L'atelier delle Storie è uno spazio di scrittura libera.

Le storie condivise possono essere autobiografiche oppure no, racconti con i quali si rende omaggio a qualcuno in particolare, testi con i quali si viene a conoscenza di qualcosa di nuovo su un determinato argomento.

Il tema viene scelto di volta in volta dalle partecipanti, che in occasione dell'incontro successivo preparano un piccolo testo scritto da leggere ad alta voce.

Nel 2021 il gruppo si è incontrato 7 volte, in modalità mista (presenza/Zoom).

Attraverso la scrittura sono stati affrontati temi come i desideri, le speranze, l'evoluzione della moda negli anni e ciò che un particolare capo di abbigliamento può evocare in noi, il tema del risveglio inteso nel suo senso più ampio.

Il gruppo **Camminando insieme** aveva visto lo stop a causa di problemi di salute della responsabile. Siamo felici di annunciare che una donna del Comitato – Monika Lechner-Pietzko ha deciso di prenderne in mano la gestione e il coordinamento. Il gruppo quindi ripartirà dalla primavera 2022. Per facilitare la gestione degli appuntamenti, ogni volta sarà una donna del gruppo a proporre ed organizzare l'uscita.

Dopo oltre 6 anni di attività, **le donne del gruppo Arte di vivere, arte di morire “Sora Morte”** hanno deciso di concludere gli incontri. Nel corso di questi anni hanno potuto organizzare ben 43 incontri, focalizzati su temi differenti: il fine vita, le paure, i desideri, la successione (ricordiamo in particolare un incontro con un'avvocata specializzata in diritto successorio che ha chiarito ciò che la legge prevede). Sul nostro sito è possibile trovare una retrospettiva scritta direttamente dalle responsabili del gruppo – Romana Camani Pedrina e Norma Bargetzi. Vogliamo ringraziarle di cuore per l'impegno profuso in questi anni e per aver avuto il coraggio di affrontare un tema così difficile e complesso, ancora carico di tabù.

Ha avuto luogo a Bellinzona un primo incontro pilota per un nuovo gruppo sul **Maltrattamento**. Si tratta del tema scelto per il Convegno tematico 2021, che ha trovato l'interesse di molte socie. Si è resa evidente la necessità di proseguire la discussione, per questo abbiamo pensato di costituire un vero gruppo di discussione di AvaEva sull'argomento. Il primo incontro, moderato da Raquel Galli Zirpoli, ha visto il favore delle partecipanti. Pianifichiamo quindi incontri regolari per il 2022.

## 4.2 Assemblea e Tavola Rotonda

Purtroppo come per il 2020 la nostra Assemblea annuale ordinaria non ha potuto aver luogo in presenza. Considerata la necessità di svolgere comunque l'assemblea annuale ordinaria, si è deciso di procedere con una versione telematica via Zoom. Le nostre socie hanno ricevuto via e-mail tutti i documenti necessari al voto. Hanno partecipato in totale 21 socie (18 collegandosi via Zoom, 3 inviando via e-mail il proprio voto).

## 4.3 Convegno

Il nostro Convegno tematico si svolge solitamente in autunno ed è l'occasione per riflettere sui temi che riguardano da vicino le donne della generazione delle nonne. È l'occasione per incontrarsi personalmente e avere uno scambio con le socie. Seppur fra non pochi dubbi e indecisioni, vista la situazione Covid favorevole in quel momento e la possibilità di accesso alla vaccinazione, abbiamo deciso di organizzare l'evento in presenza.

Il Convegno 2021 ha avuto luogo il 13 ottobre 2021 presso l'Hotel Unione di Bellinzona. Il tema scelto è stato "Il Maltrattamento delle persone anziane", tema proposto da Raquel Galli Zirpoli. Hanno partecipato in totale 35 persone.

Sono intervenute due relatrici: la **dott.ssa Francesca Ravera** – psicologa e psicoterapeuta del Servizio Promozione e qualità della vita di ProSenectute – e la **Prof.ssa Carla Sargenti** – docente e ricercatrice presso il DEASS della SUPSI da poco in pensione, con un'esperienza quarantennale nel campo della geriatria e della gerontologia.

Al termine sono emerse un numero considerevole di domande da parte del pubblico. Molte delle partecipanti hanno vissuto in prima persona l'esperienza dell'accudimento di un familiare malato o affetto da demenza e hanno voluto condividere con le presenti la propria storia. Ad alcune domande è stato possibile per le relatrici fornire una risposta, per molte altre è purtroppo mancato il tempo, ragion per cui abbiamo deciso di approfondire ulteriormente il tema attraverso un ulteriore incontro che ha avuto luogo il 23 novembre 2021. L'idea è di proporre un gruppo di discussione AvaEva sul tema del maltrattamento per l'anno 2022.

**Importante ricordare che il nostro Convegno ha ricevuto un finanziamento di 2000.- da parte del Consiglio Anziani del Canton Ticino (erogato nel 2020).**

In allegato è possibile leggere il verbale del Convegno, redatto dalla stessa Raquel Galli Zirpoli, oltre alla locandina (**allegati 9.5 e 9.6**).

#### 4.4 Collaborazioni esterne

Durante il 2021 abbiamo proseguito la nostra collaborazione con la Rete Nate il 14 giugno, costituitasi in seguito al grande sciopero femminista del 14 giugno 2019. Abbiamo inoltre avviato alcune nuove collaborazioni con associazioni con le quali condividiamo obiettivi e valori.

**RETE NATE IL 14.6** – Come parte della Rete nate il 14 giugno, AvaEva ha contribuito anche nel 2021 all'organizzazione di alcuni eventi legati alla causa femminile e femminista. In particolare sono stati organizzati i seguenti eventi:

- **Nomen Omen - l'importanza delle parole** (*marzo - maggio 2021*)

Ciclo di incontri dedicato al rispetto e alla parità di genere nell'informazione. La comunicazione mediatica è uno strumento fondamentale per abbattere oppure per rafforzare gli stereotipi nei confronti delle donne. Un utilizzo scorretto della terminologia costituisce esso stesso una violenza di genere (pensiamo ad esempio a quando si tende a giustificare un femminicidio vittimizzando l'assassino, ad esempio scrivendo che la donna l'aveva tradito. Ovviamente un simile fatto non giustifica in alcun modo un omicidio, oltre ad essere un dettaglio assolutamente ininfluenza ai fini dell'articolo, che anzi scredita la vittima).

Nell'ambito di questo ciclo sono stati organizzati tre incontri, ognuno dei quali ha visto protagonisti tre relatori.

1° incontro: LINGUAGGIO E PREGIUDIZIO, 26 marzo 2021

Relatrici: Francesca Mandelli, giornalista e Marina Carobbio Guscetti, Consigliera agli Stati

2° incontro: LA FORZA DELL'IMMAGINAZIONE, 20 aprile 2021

Relatrice: Flavia Brevi, pubblicitaria, fra le fondatrici di Hella Network – il network per la comunicazione inclusiva (<https://hellanetwork.com>)

3° incontro: LA VERITÀ NELLE PAROLE, 7 maggio 2021

Relatrici: prof.ssa Flaminia Saccà e dott.ssa Rosaria Belmonte, progetto STEP (<https://www.progettostep.it>).

• **Manifestazione in Piazza del Sole, Bellinzona (14 giugno 2021)**

Anche nel 2021 ha avuto luogo la ormai consueta manifestazione in occasione dell'anniversario del grande sciopero femminista del 14 giugno 2019 alla quale hanno preso parte sindacati e associazioni diverse. Quest'anno il titolo è stato: "INDIETRO NON TORNIAMO!"

Per la giornata è stato stilato un programma ricco che è possibile consultare a questo [link](#).

• **Giornata internazionale contro la violenza sulle donne (1 dicembre 2021)**

Inizialmente previsto per il 25 novembre, data esatta della Giornata internazionale contro la violenza sulle donne, l'evento è stato posticipato di una settimana per evitare la sovrapposizione con altri numerosi eventi. Il 1° dicembre è stata organizzata una conferenza a Bellinzona alla quale è stato dato il titolo "ALLE FRONTIERE DELLA VIOLENZA". L'obiettivo era dare visibilità alle donne migranti che proprio a causa della loro condizione sono ancora più vulnerabili e a rischio di subire violenza. Sono intervenuti Simona Lanzoni (GREVIO), Yvonne Feri (consigliera nazionale), Corinne Sala (Comundo), Mario Amato (SOS Ticino), Monica Marcionetti (Servizio Mayday), Anne Schmid (piattaforma svizzera contro la tratta degli esseri umani), Rosemarie Weibel (avvocata), Simona Lanzoni (Pangea Onlus).

**PIPA – Prevenzione incidenti persone anziane** – Si tratta di un'associazione mantello che raggruppa diverse altre istituzioni ed associazioni operanti al servizio della persona anziana (fra cui ATTE, ProSenectute e altri: maggiori info su PIPA a questo [link](#)).

PIPA ha contribuito al finanziamento delle due Camminostorie organizzate nel corso del 2021 da AvaEva. Siamo in contatto anche per un progetto che intendiamo sviluppare in riferimento alla perdita della patente di guida a casa dell'avanzare dell'età.

## **CAMMINOSTORIE**

Le Camminostorie sono "passeggiate alla scoperta del passato del nostro vivere quotidiano". Con la guida della storica Giulia Pedrazzi, ideatrice delle Camminostorie, abbiamo scoperto alcuni luoghi poco noti del nostro territorio, ascoltando aneddoti curiosi e storie interessanti, anche attraverso le fotografie dell'epoca, con le quali abbiamo potuto constatare i cambiamenti avvenuti negli anni.

Nel corso del 2021 abbiamo organizzato due Camminostorie:



- “Da Nizza al mercato di Bellinzona” – 8 maggio 2021 (locandina allegato 8.4)
- “Tutte le strade portano a Bellinzona” – 25 ottobre 2021 (locandina allegato 8.5).

Contiamo nel 2022 di organizzare con Giulia Pedrazzi e PIPA altre nuove Camminostorie. Le Camminostorie hanno una pagina Facebook sulla quale reperire maggiori informazioni.

**MOBILITÀ PEDONALE SVIZZERA** – AvaEva è stata contattata da Jordi Riegg, responsabile in Ticino di Mobilità pedonale svizzera, per lavorare insieme a un progetto relativo al momento di transizione determinato dall’abbandono della patente, soprattutto per quanto concerne la popolazione anziana. Questo momento costituisce un grande cambiamento per la vita quotidiana e vorremmo cercare di renderlo il meno traumatico possibile. A questo scopo abbiamo preparato un questionario da sottoporre alle nostre socie (ma non solo) per avere una fotografia preliminare della situazione attuale. Sulla base dei dati che riceveremo, decideremo come procedere (se con una pubblicazione, un pomeriggio di approfondimento o altro). Collabora con noi a questo progetto anche PIPA.

## 5. Attività e progetti 2022

Siamo ormai consapevoli che dovremo convivere ancora un po' di tempo con questa situazione di pandemia. Anche se con molte restrizioni e precauzioni, nel 2021 abbiamo cercato di riprendere le nostre attività e gli incontri dei nostri gruppi di discussione. Abbiamo anche riflettuto su nuovi progetti da proporre nel 2022: qui una panoramica.

### 5.1 Ciclo di incontri sulle scrittrici che hanno un legame con il Ticino

Abbiamo ideato un nuovo progetto che prenderà il via nel mese di febbraio. Si tratta di un ciclo di incontri alla scoperta di scrittrici che per qualche ragione hanno legami con il nostro cantone: perché vi hanno svolto la loro attività, perché vi sono nate oppure vi hanno vissuto per una parte della loro esistenza.

L’idea è organizzare un incontro al mese approfondendo la conoscenza di alcune di queste scrittrici, iniziando il 20 febbraio con la famosa autrice di bestsellers Patricia Highsmith e proseguendo una volta al mese alternando appuntamento nel Sopraceneri e nel Sottoceneri.

Per l’incontro su Patricia Highsmith abbiamo pianificato un incontro di due ore presso la sala multiuso del Patriziato di Aurigeno in Vallemaggia, con una piccola merenda offerta. Interverrà a presentare la scrittrice Vivien De Bernardi, sua grande amica ed esecutrice testamentaria.

Per il finanziamento di questo progetto abbiamo ricevuto un contributo di chf 2'000.- dal Club Aperello.

### 5.2 Maltrattamento delle persone anziane

Come già accennato nelle pagine precedenti, durante il Convegno 2021 abbiamo appurato un grande interesse in riferimento a questo tema. La questione che probabilmente tocca in modo maggiore le donne di AvaEva è che molte di loro sono in prima persona *caregiver* e

si trovano a volte in situazioni complesse, situazioni di estrema stanchezza durante le quali possono capitare, anche se involontariamente, episodi che sfiorano il maltrattamento. Durante il Convegno abbiamo riflettuto sul fatto che eventi apparentemente innocui, ad esempio il dar da mangiare alla persona che stiamo curando senza rivolgergli parola, oppure occuparci di lei in modo meccanico, toglie dignità a questa persona e rientra a tutti gli effetti negli episodi di maltrattamento. Abbiamo scoperto che tutti possono diventare maltrattanti: per questo motivo riteniamo importante trovare gli strumenti per evitare di oltrepassare quel confine. Alla luce di queste riflessioni e grazie agli spunti delle due relatrici del Convegno, abbiamo pensato a questo nuovo progetto, da realizzare come gruppo di discussione regolare di AvaEva. Un primo incontro preliminare ha avuto luogo il 23 novembre e pianifichiamo incontri regolari (ogni 6 settimane circa) per il 2022. Raquel Galli Zirpoli e Odille Pedroli-Conrad sono disponibili a gestire insieme il gruppo.

### 5.3 Direttive anticipate

Come anticipato lo scorso anno, anche nel 2021 è proseguita la ricerca su questo tema da parte della nostra socia ed ex membra di Comitato Frieda Lüscher. Frieda ha voluto indagare su una questione importante che tocca soprattutto le donne che vivono da sole: il deposito delle direttive anticipate del paziente. Queste direttive indicano i trattamenti medici che si è disposti ad accettare nel caso subentrasse uno stato di incoscienza e di incapacità di decidere. Durante la sua ricerca Frieda ha rilevato che non è assolutamente chiaro dove/come depositare queste direttive, e nemmeno in che modo comunicarne l'ubicazione in caso di bisogno. Frieda ha scoperto che, almeno per quanto riguarda il Ticino, una possibilità è costituita dalla Federazione Cantonale Ticinese Servizi Autoambulanza (FCTSA). In caso di intervento dell'ambulanza infatti, c'è la possibilità di segnalare l'esistenza e il luogo di deposito delle direttive anticipate del paziente. In seguito questi trasmettono i dati alla centrale di soccorso 144 della propria regione (il Ticino per chiarire è suddiviso in 6 regioni), e queste appariranno automaticamente nel loro sistema in caso di intervento di un'ambulanza, basterà inserire il nome della persona soccorsa. Questo utile servizio entra in funzione solo nel caso si abbia necessità di un'ambulanza, e solo in Ticino, per questo motivo siamo certe che sarebbe importante avviare un progetto che possa creare un servizio centralizzato a livello svizzero. Durante il 2022 cercheremo di dare concretezza alle informazioni raccolte da Frieda.

### 5.4 Mobilità pedonale

Il progetto sul quale stiamo lavorando deriva da uno studio della Supsi che ha sottolineato l'importanza di una fase di transizione durante la quale l'anziano possa prepararsi a questo delicato momento. Dobbiamo pensare che molto spesso l'abbandono della patente avviene senza alcuna preparazione e può rivelarsi uno *shock* per la persona anziana. Inoltre, una persona che ha sempre guidato potrebbe avere grosse difficoltà a spostarsi con i mezzi pubblici, o potrebbe non aver l'abitudine di muoversi a piedi.

Abbiamo preparato un questionario e siamo in procinto di inviarlo alle nostre socie.

L'obiettivo è chiedere finanziamenti a livello cantonale dal programma di promozione «Strade sicure» (<https://www4.ti.ch/di/strade-sicure/home/>) e a livello nazionale dal Fondo

della Sicurezza Stradale (<https://www.fvs.ch/fr/>), per organizzare dei momenti di sensibilizzazione oppure una pubblicazione.

## 6. Ricerca fondi

Il Percento culturale Migros rimane anche quest'anno il nostro principale promotore, con un sostegno di 20.000.-. Nel corso del 2021 abbiamo inoltrato diverse richieste di fondi e siamo felici di annunciare che l'Associazione Aperello ci ha accordato un sostegno di chf 2'000.-. Con questi fondi intendiamo finanziare il nostro progetto sulle scrittrici ticinesi, che inizierà a febbraio 2022. Ricordiamo che purtroppo le quote sociali annuali non sono sufficienti a coprire i nostri costi, per cui è vitale per AvaEva trovare altre fonti di sostegno. Il Percento Culturale Migros ha confermato che ci sosterrà anche nel 2022 con il finanziamento di 20'000.

## 7. Presenza mediatica

Anche nel 2021 la **rivista dell'ATTE** – Associazione ticinese terza età ci ha garantito una rubrica fissa, concedendoci uno spazio per un articolo di circa 4500 battute con foto. Nel 2021 abbiamo pubblicato 5 articoli (**allegati n. 9.9, 9.10, 9.11, 9.12, 9.13**). Il 25 gennaio 2021 sono stata intervistata insieme a Patrizia Negri dalla **RadioAttiva** del BarAtto, progetto di ProSenectute. [Qui](#) l'intervista integrale. Il nostro Convegno 2021 è stato citato da [La Regione](#) in data 4 ottobre 2021.

## 8. Ringraziamenti

Anche per il 2021 un grazie di cuore va **a tutte le donne** che hanno prestato gratuitamente ore di lavoro e di impegno per AvaEva. In particolare, le donne del Comitato e le animatrici dei gruppi di discussione hanno dedicato molto tempo ed energia per la riuscita dei progetti di AvaEva e per cercare di far proseguire le attività nonostante le incertezze del periodo storico che purtroppo, ancora dopo quasi due anni, stiamo vivendo. Siamo grate anche quest'anno di aver potuto contare sul finanziamento del **Percento culturale Migros**, che è stato confermato anche per il 2022. Grazie!

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)  
Libreria dei Ragazzi, Mendrisio (Caffè narrativo)  
Municipio di Sorengo, Sala CIC (Valori intergenerazionali)

**Grazie a tutte le socie** che continuano a sostenerci nonostante le difficoltà.

Valentina Pallucca Forte, Sorengo, gennaio 2022

## 9. Allegati

### 9.1 Assemblea annuale ordinaria 2021, verbale

Assemblea generale dell'Associazione Movimento AvaEva  
Martedì, 20 aprile 2021 – via Zoom

1. Saluto e nomina della Presidente del Giorno + Approvazione OdG
2. Verbale Assemblea ordinaria 20 agosto 2020
3. Rapporto attività 2020
4. Presentazione conti annuali 2020 (consuntivo)
5. Rapporto delle revisore
6. Membri del Comitato: conferme, nomine, dimissioni
7. Revisore dei conti: conferme, nomine, dimissioni
8. Programma 2021
9. Preventivo 2021
10. Varie ed eventuali

**Partecipanti:** 18 socie + 3 voti pervenuti via e-mail  
(lista di presenza agli atti)

#### Verbale

##### 1. Saluto e nomina della PdG + Approvazione OdG

A causa della pandemia da Coronavirus, l'Assemblea si tiene ancora quest'anno in forma telematica, attraverso la piattaforma Zoom.

La coordinatrice **Valentina Pallucca Forte** ha inviato a tutte le socie la convocazione il 18.03.2021, chiedendo alle interessate di iscriversi entro il 19 aprile 2021. È stata anche data la possibilità di inoltrare il proprio voto via e-mail senza partecipare all'assemblea via Zoom. Con questa seconda modalità sono pervenuti 3 voti.

Considerati i cambiamenti all'interno del Comitato, si inizia con una breve presentazione delle 4 donne che ora lo compongono. **PN** legge poi le competenze dell'Assemblea. 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

Il presente verbale viene redatto dalla stessa coordinatrice **Valentina Pallucca Forte**, in seguito **VPF**.

Si propone anche per quest'anno di conferire la carica di Presidente del Giorno a **Sonja Crivelli**, che accetta. Le partecipanti sono d'accordo.

## **2. Verbale Assemblea ordinaria del 20 agosto 2020**

La versione integrale del verbale è pubblicata sul sito di AvaEva. La **PdG** chiede se ci sono eventuali osservazioni o domande. Non ce ne sono, dunque **il verbale viene approvato all'unanimità**.

## **3. Rapporto attività 2020**

Il rapporto attività è pubblicato integralmente sul sito di AvaEva.

**VPF** spiega che il 2020 è stato pesantemente condizionato dal Covid. Le attività di AvaEva sono state ridotte a pochi incontri dei gruppi di discussione, nonostante questo non ci siamo scoraggiate e abbiamo iniziato a pianificare molti nuovi progetti per il 2021. Il numero delle socie è leggermente aumentato rispetto all'anno precedente (110 socie nel 2020, 104 socie nel 2019) e questo, considerata la situazione di difficoltà, crediamo sia un bel traguardo. AvaEva ha continuato a perseguire i suoi scopi e a realizzare progetti in favore delle donne della generazione delle nonne.

Nel 2020 abbiamo collaborato ancora con la **Rete Nate il 14 Giugno** contribuendo all'organizzazione di eventi e conferenze, oltre ad aver proseguito la nostra collaborazione con la rivista dell'**ATTE**, che ci concede ogni uno spazio su ogni numero.

La ricerca di finanziamenti ha portato quest'anno due importanti risultati: il **Consiglio Anziani** ha deciso di finanziare il nostro progetto sul **Maltrattamento** (che sarà il tema del Convegno del 13.10.2021) con 2'000.-. Inoltre, il **Club Aperello** ha scelto AvaEva quale associazione cui destinare il proprio ricavato dell'anno 2021, alla fine di quest'anno sapremo a quanto ammonterà l'importo a noi destinato.

Ecco i gruppi attivi in AvaEva nel 2020:

### **Caffè Narrativo**

**VPF** dà la parola a **PN**, responsabile del gruppo. Il gruppo vuole essere uno spazio di discussione aperto su un tema stabilito di volta in volta. A causa della pandemia, il gruppo ha potuto organizzare solo 4 incontri in presenza. Le partecipanti si sono rese conto che alcune di loro hanno scritto dei testi, per cui alcuni di questi sono stati presentati durante alcuni incontri. In un altro incontro si è invece parlato degli effetti della pandemia. Si spera prima dell'estate di poter organizzare un incontro in presenza.

### **Valori intergenerazionali/Educazione**

**ATM** prende la parola per spiegare che nel 2020 il gruppo ha svolto 5 incontri in presenza, per poi organizzarsi attraverso incontri su Zoom. Il gruppo si sviluppa ora in due filoni: Valori intergenerazionali/Educazione di genere (responsabile **SC**). Un grande impegno è stato richiesto dalla trascrizione delle interviste intergenerazionali svolte dalle partecipanti (17),

del questionario “Partire da sé” (9) e delle interviste sul significato del femminismo (12). Viene segnalata inoltre la partecipazione di AvaEva al bando di concorso del Percento culturale Migros “Prospettive di genere”, di cui si saprà di più nel corso dei prossimi mesi.

#### **Arte di vivere e arte di morire: Sora Morte.**

**VPF** passa la parola a **RCP**, responsabile del gruppo (**VP** si occupa di organizzare gli incontri, invitare socie gestire la riunione Zoom). Il gruppo risponde ad un bisogno molto sentito. Nonostante la pandemia ci si è organizzati con Zoom per un totale di 5 incontri. Nel 2020 ha avuto un luogo un incontro con l’Avv. Ghiringhelli sul tema della successione e del testamento. Il virus ha fatto sì che la morte non fosse percepita come qualcosa di lontano, e grazie agli incontri è stato possibile condividere le paure e le ansie di ognuna.

#### **Storia – storie**

**RCP** racconta che anche per questo gruppo si sono organizzati gli incontri via Zoom (totale 6 incontri). A fine 2010 si era svolta presso la Biblioteca del Gambarogno una Maratona di storie dal titolo “Le vecchie signore”. Questa esperienza ha portato le partecipanti a darsi ogni volta un tema comune: si è così scoperto che un’unica cosa può essere vissuta in tanti modi diversi, con tanti sguardi diversi, (ad esempio: la polvere, i confini, un ricordo). In programma c’è una collaborazione con Veronica Carmine di Tandem al Museo e la Biblioteca interculturale Baobab. Inoltre, sulla scia della positiva esperienza della Maratona di Storie, si vorrebbe organizzare una serata pubblica, possibilmente nel Mendrisiotto.

**Non ci sono ulteriori interventi, per cui la Pdg chiede di procedere con l’approvazione del rapporto attività 2020. Il rapporto viene approvato all’unanimità.**

#### **4. Presentazione conti annuali 2020**

**VPF** spiega che quest’anno il conto si è chiuso con un attivo, causato dall’impossibilità di organizzare eventi in presenza per la pandemia. Per il 2021 ci sono molti progetti in cantiere, per i quali contiamo di “spendere” ciò che è stato risparmiato nel corso del 2020. Per quanto riguarda il bilancio, salta all’occhio a cifra relativa alle spese di coordinamento. **VPF** spiega che questo è dovuto al fatto che tutte le spese della coordinatrice sono state inserite in questa voce (ad esempio spese di cancelleria, spese di stampa per cartoline e flyer, spese di invii postali). Dal 2021 **VPF** separerà in modo più dettagliato le spese di coordinamento. Purtroppo dal bilancio si evince come a causa della pandemia i progetti sono stati praticamente azzerati, ad eccezione dei gruppi di discussione. Anche nel 2020 sono stati ricevuti 20'000.- dal Percento Migros oltre a 2'000.- dal Consiglio Anziani del Canton Ticino. Non ci sono domande, quindi la **PdG** passa la parola alle revise dei conti per il consuntivo 2020.

#### **5. Rapporto delle revise dei conti**

Il rapporto di revisione è stato stilato da **Rita Borsa** e **Silvia Riva Müller**, che ringraziamo per il loro lavoro e la loro disponibilità.

**Il rapporto di revisione viene approvato dalle socie all’unanimità.** Con questa approvazione si dà scarico al Comitato uscente.

#### **6. Membri del Comitato: conferme, nomine, dimissioni**

Nel 2020 il Comitato di AvaEva si presentava così:

**Regula Matasci-Brüngger**

**Patrizia Negri**

**Monika Lechner-Pietzko**  
**Odille Pedroli-Conrad**

**Il comitato viene approvato all'unanimità con un applauso.**

#### **7. Revisore dei conti: conferme, nomine, dimissioni**

La signora **Rita Borsa** ha deciso di lasciare l'incarico di revisora a partire dal 2021. Al suo posto subentrerà la signora **Regula Stern-Griesser**, non presente oggi. **VPF** approfitta per ringraziare a nome del CO la signora **RB** per il lavoro prestato in questi anni. La signora **Silvia Riva-Müller** conferma l'incarico anche per il 2021.

**La nomina delle due revisore viene approvata all'unanimità.**

#### **8. Programma 2021**

La **PdG** passa la parola a **VPF**. Ci sono molti progetti in previsione per il biennio 2021/2022. Alcuni progetti inizialmente previsti per il 2021 (ad esempio la conferenza a tema Osteoporosi) sono stati spostati al 2022 a causa dell'impossibilità attuale di organizzare eventi al chiuso.

È invece confermato il Convegno annuale 2021 a tema "Maltrattamento e abuso". Il Convegno si terrà il 13 ottobre 2021 alla Casa del Popolo a Bellinzona. Le due relatrici saranno la prof.ssa della SUPSI – Centro di competenza anziani Carla Sargenti e Francesca Ravera, psicoterapeuta di ProSenectute.

Sono state organizzate 2 **Camminostorie**, "passeggiate alla scoperta del passato del nostro vivere quotidiano": accompagnate dalla storica Giulia Pedrazzi, ripercorriamo il modo in cui il cibo veniva prodotto, conservato e poi venduto al mercato: tutto questo dall'ottica di una contadina dell'800. L'itinerario a piedi si snoda da Giubiasco fino al mercato di Bellinzona.

Il gruppo di AvaEva **Valori intergenerazionali/Educazione** partecipa alla rassegna organizzata dal Percento culturale Migros "Prospettive di genere". **VPF** passa la parola a **ATM**. Il gruppo ha sottoposto al Percento culturale Migros un progetto intitolato "Educazione e identità di genere: confronti intergenerazionali". Siamo in attesa di sapere se il progetto verrà approvato per la partecipazione. La rassegna, inizialmente prevista per settembre 2021, sarà probabilmente posticipata.

Il progetto **Osteoporosi**, come detto in precedenza, avrà luogo probabilmente nel 2022. Prevede una conferenza e una serie di incontri di ginnastica. **MLP**, proponente del progetto e fisioterapista, chiede alle presenti di fare avere a **VPF** eventuali domande sul tema, in modo da preparare al meglio l'incontro.

**Direttive anticipate: FL**, che è stata membra di CO, sta facendo delle ricerche molto approfondite su questo tema, in particolare per quanto riguarda le persone che vivono da sole. FL afferma di aver scoperto un vero e proprio vaso di Pandora: le informazioni sono moltissime, a volte errate, a volte in contrasto fra loro. Nessuno ha idee chiare su dove e come depositare queste direttive. A breve proporrà ad AvaEva un progetto su questo tema.

Riguardo **Mobilità pedonale Svizzera**, AvaEva è ora in contatto con questa associazione, che ha proposto un progetto congiunto su un tema specifico: analizzare il momento di transizione costituito dall'abbandono della patente di guida nella popolazione anziana.

AvaEva sta ora lavorando ad un questionario con una serie di domande volte ad analizzare questo particolare momento. Prossimamente il questionario verrà inviato alle socie.

**Camminando insieme:** il gruppo sarà riattivato quest'anno. **RMB**, responsabile del gruppo insieme a **RF** e **VS** prende la parola. Sono pronte a ripartire nonostante sia presente ancora un certo timore. **RMB** e **VS** propongono di lanciare delle camminate facili sulle tracce di scrittrici ticinesi, o donne che hanno vissuto in Ticino.

Riguardo il progetto **Yoga**, avevamo organizzato una serie di incontri con una maestra di Yoga sul prato davanti Castel Grande a Bellinzona. La maestra di Yoga è una suonatrice di arpa e vorrebbe accompagnare gli incontri di yoga con la musica di questo strumento. Purtroppo non abbiamo ottenuto l'autorizzazione a causa del Covid, dunque anche questo progetto sarà posticipato al 2022.

Non ci sono commenti al programma 2021. La signora **PVS** chiede la parola per parlare di un problema attualmente molto sentito. In particolare, la signora auspica che le donne, e le nonne, condividessero le loro esperienze con il Covid, di come le loro vite sono state cambiate dal Covid. Molte donne hanno sofferto molto la lontananza dai nipoti e hanno vissuto una modifica, si spera temporanea, nel rapporto nonni/nipoti e intergenerazionale più in generale, dovuta proprio alla mancanza della vicinanza fisica. La signora auspica che questo momento e le difficoltà ad esso legate possano essere testimoniate per il futuro attraverso degli scritti.

Molte delle partecipanti si trovano d'accordo con **PVS**: la **PdG** suggerisce di lanciare questo messaggio nella prossima Newsletter di AvaEva.

## 9. Preventivo 2021

**VPF** spiega come per il 2021 la voce del preventivo che salta all'occhio è la quota destinata ai progetti, vale a dire 5'000.-. Come visto in precedenza, questo è giustificato dal fatto che ci sono molto progetti in previsione, speriamo di poterli realizzare.

**Non ci sono domande sul preventivo quindi si considera approvato.**

## 10. Varie ed eventuali

La **PdG** passa la parola a **NB** che informa le partecipanti riguardo l'Associazione *Anziane per il Clima*. L'associazione, nata nel 2016 e sostenuta da Greenpeace Svizzera, vuole far pressione al Consiglio Federale per attuare maggiori programmi di salvaguardia per il clima. Le donne anziane in particolare sono la categoria maggiormente lesa negli ultimi anni dai cambiamenti climatici (soprattutto dal surriscaldamento globale). Con il supporto di giuristi, avvocati e di Greenpeace hanno inoltrato questa causa al Tribunale Federale e al Tribunale Amministrativo: purtroppo è sempre stata respinta. La causa è stata in seguito inviata anche alla CEDU – Corte Europea dei Diritti dell'Uomo. A Strasburgo è stata accettata l'entrata in materia, passo molto importante a dimostrazione che qualcosa si sta muovendo. **NB** e **VS** sono entrate nel Comitato dell'Associazione "Anziane per il clima" per sensibilizzare maggiormente la popolazione della Svizzera italiana sul tema. Il prossimo evento si terrà il 21 maggio con lo "Strike for future", sciopero per il futuro, in collaborazione probabilmente con il Gruppo Pensionati del sindacato VPOD. **NB** propone inoltre a **RMB**, responsabile del gruppo AvaEva Biodiversità, di organizzare qualcosa assieme.

**RCP** ricorda a **MLP** della possibilità di lanciare l'appello per le domande sull'osteoporosi all'interno della Newsletter di AvaEva.

Non ci sono altri interventi.



**La PdG chiude l'assemblea.** Ringrazia tutte le partecipanti per la partecipazione, nonostante la difficoltà oggettiva data dalla modalità telematica, e augura a tutte di godere dei mesi estivi e poter realizzare i propri progetti. Augura anche a tutte le donne di AvaEva di trovare energie e nuovi progetti per far crescere sempre di più AvaEva, perché possa diventare sempre di più un punto di riferimento nel contesto sociale. Ringrazia inoltre la coordinatrice per il lavoro svolto, e conclude augurando tanta salute a tutte.

Sorengo, 20 aprile 2021

**La verbalista**

**Valentina Pallucca Forte**

**la Presidente del Giorno**

**Sonja Crivelli**

## 9.2 Consuntivo 2021

### Conto economico

<b>COSTI</b>	<b>Consuntivo 1.1-31- 12.2021</b>	<b>Preventivo 1.1- 31.12.2022</b>
Coordinamento (salario lordo + oneri sociali AVS/LAINF)	18'848.55	18'000.00
Spese coordinamento (trasferte)	579.50	1000,00
Ufficio e materiale di cancelleria	52.20	100.00
Abbonamenti e licenze (Zoom)	168.90	200.00
Stampati e materiale pubblicitario	2'128.65	2'500.00
Sito internet e webmaster	1'271.35	1'300.00
Spese postali (porti)	459.00	500.00
Logistica (spazi) per gli incontri dei gruppi e le riunioni di Comitato	0.00	500.00
Attività/Progetti/Gruppi	2'102.65	1'000.00
Convegno 2021	1'430.25	1'500.00
Rimborso spese (CO)	1'644.60	2'000.00
Assemblea e Tavola Rotonda	0.00	1'500.00
Traduzioni	0.00	0.00
Libri, riviste e pubblicazioni	0.00	200.00
Imprevisti	0.00	200.00
Spese bancarie	56.40	100.00
<b>Utile o debito da trapassare a capitale</b>	<b>-662.05</b>	<b>1'000.00</b>
<b>TOTALE COSTI</b>	<b>28'080.00</b>	<b>31'600.00</b>

<b>RICAVI</b>	<b>Consuntivo 1.1- 31.12.2021</b>	<b>Preventivo 1.1- 31.12.2022</b>
Percento culturale Migros	20'000.00	20'000.00
Contributi sociali annuali	4'320.00	4'500.00
Autofinanziamento (quote partecipanti Convegno o altro)	0.00	3'000.00
Sostegni istituzionali	2'150.00	3'000.00
Donazioni private	60.00	100.00
Altri ricavi	1'550.00	1000.00
<b>TOTALE RICAVI</b>	<b>28'080.00</b>	<b>31'600.00</b>

## Bilancio

<b>ATTIVI</b>	2021
Liquidità Banca Raiffeisen Agno	28'620.82
Transitori attivi	0.00
<b>Attivo circolante</b>	28'620.82
<b>TOTALE ATTIVI</b>	<b>28'620.82</b>

<b>PASSIVI</b>	2021
Transitori passivi	20'040.00
Capitale sociale	8'580.82
<b>TOTALE PASSIVI</b>	<b>28'620.82</b>

a) **Donazioni non contabilizzate:** abbiamo ricevuto 80.- dalla vendita delle magliette durante il Convegno. Ho tenuto queste donazioni come fondo cassa per poter dare il resto alla prossima Tavola Rotonda, per l'acquisto di francobolli e così via.

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 riceve un contributo forfettario mensile di CHF 1'250 lordi.

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 oltre **600** ore a titolo di volontariato.

d) **Costi di coordinamento:** da specificare che i costi includono le spese di trasferta. Lo scorso anno l'importo era maggiore perché era stato fatto un unico conteggio includendo le spese di cancelleria, gli invii postali, l'acquisto di francobolli, le stampe di materiale informativo e l'acquisto di eventuale altro materiale per l'ufficio, il programma di contabilità Banana.

e) **Attività/progetti/gruppi:** la cifra risulta così alta perché sono incluse anche le quote ricevute dalla rete Nate il 14 giugno per il pagamento delle fatture degli eventi. Le varie associazioni hanno versato sul nostro conto i contributi per gli eventi e AvaEva ha pagato le fatture. In particolare, della quota totale 1'550.00 sono da attribuire a questa operazione bancaria.

f) **Altri ricavi:** vedere punto e.

## 9.3 Rapporto di revisione 2021

I conti sono stati approvati in data 7 marzo e 11 aprile 2022 dalle revisore Silvia Riva-Müller e Regula Stern-Griesser e saranno sottoposti alla prossima Assemblea ordinaria annuale che si terrà il 21 maggio 2022 al centro diurno di Rivera.

### All'attenzione dell'assemblea (21.5.2022) dell' Associazione movimento AvaEva

Quali revisori dei conti abbiamo provveduto alla revisione dei conti al  
7.3.22/11.4.2022 (periodo contabile dal 1.1. al 31.12.2021) dell'associazione  
movimento AvaEva

#### Abbiamo constatato che:

- Il **saldo** sul conto Raiffeisen al 1.1.2021 era di **CHF 11'723.32**
- La contabilità è stata tenuta correttamente e tutti i **documenti giustificativi** ci sono stati messi **a disposizione** da parte della cassiera.
- I saldi della Banca Raiffeisen corrispondono agli estratti bancari al 31.12.2021
- Costatiamo che risultano per il 2021 **CHF 28'080.00 di entrate** e **CHF 28'742.05 di uscite**.
- L'associazione chiude i conti con una **maggioruscita di CHF 662.05**
- I conti chiudono con un **nuovo saldo** al 31.12.21 sul **conto Banca Raiffeisen di CHF 28'620.82**

Abbiamo provveduto a controlli "a campione". La cassiera ci ha messo a disposizione la contabilità completa. Sulla base di quanto sopra, invitiamo l'assemblea di approvare i conti e di dare il relativo scarico alla cassiera e al comitato.

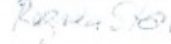
Ringraziamo il grande impegno del comitato per il bene del movimento AvaEva durante il – pure - difficile 2021. Perciò un caloroso GRAZIE alla cassiera e al comitato AvaEva.

In fede, i due revisori:

Silvia Riva Müller



Regula Stern-Griesser



7. marzo e 11 aprile 2022/ys

## 9.4 Preventivo 2022

<b>COSTI</b>	<b>Preventivo 1.1 – 31.12.2022</b>	<b>Consuntivo 1.1 – 31.12.2021</b>	<b>Preventivo 1.1 – 31.12.2021</b>
Coordinamento	18'000.00	18'848.55	18'000.00
Spese coordinamento (trasferte)	1'000.00	579.50	1'700.00
Abbonamenti e licenze (ZOOM)	200.00	168.90	-
Ufficio / cancelleria / PTT /spese ammin.	100.00	52.20	-
Logistica (spazi)	500.00	0.00	0.00
Spese postali (porti)	500.00	459.00	-
Attività /Progetti	1'000.00	2'102.65	5'000.00
Comunicazione	1'300.00	1'271.35	1'150.00
Spese Comitato	2'000.00	1'644.60	2'000.00
Convegno	1'500.00	1'430.25	-
Assemblea	1'500.00	0.00	-
Libri, riviste e pubblicazioni	200.00	0.00	100.00
Traduzioni	0.00	0.00	200.00
Stampati e materiali pubblicitari	2'500.00	2'128.65	-
Imprevisti	200.00	0.00	200.00
Spese bancarie	100.00	56.40	150.00
Utile da trapassare a capitale	1'000.00	-662.05	3'500.00-
<b>TOTALE COSTI</b>	<b>31'600.00</b>	<b>28'080.00</b>	<b>32'000.00</b>

<b>RICAVI</b>	<b>Preventivo 1.1 – 31.12.2022</b>	<b>Consuntivo 1.1 – 31.12.2021</b>	<b>Preventivo 1.1 – 31.12.2021</b>
Percento culturale Migros	20'000.00	20'000.00	20'000.00
Contributi sociali annuali	4'500.00	4'320.00	5'000.00
Autofinanziamento (quote Convegno e altro)	3'000.00	0.00	3'000.00
Sostegni istituzionali / sponsorizzazioni	3'000.00	2'150.00	3'500.00
Donazioni private	100.00	60.00	500.00
Altri ricavi	1000.00	1'550.00	0.00
<b>TOTALE RICAVI</b>	<b>31'600.00</b>	<b>28'080.00</b>	<b>32'000.00</b>

**Costi di coordinamento:** da specificare che i costi di coordinamento nel 2020 includevano le spese di trasferta, le spese di cancelleria, gli invii postali, l'acquisto di francobolli, le stampe di materiale informativo e l'acquisto di eventuale ulteriore materiale da ufficio, compreso il programma di contabilità Banana. Nel 2021 questi costi sono stati suddivisi per categoria.

**Progetti:** anche le spese di Convegno e assemblea annuale nel 2020 erano compresi in questa voce.

**Altri ricavi:** sotto questa voce sono compresi i versamenti fatti dalle associazioni della Rete Nate il 14 giugno per il pagamento delle fatture dei vari eventi, di cui si è occupata AvaEva.

## 9.5 Convegno 2021, verbale

Convegno e giornata d'incontro

### **MALTRATTAMENTO E ABUSO**

***Bellinzona 13 ottobre 2021***

La coordinatrice di AvaEva Valentina Pallucca dà il benvenuto alle numerose partecipanti e ringrazia chi ha sostenuto l'Associazione nella realizzazione di questo convegno, in particolar modo fa riferimento al Percento culturale Migros e al Consiglio degli anziani del Canton Ticino.

In seguito presenta le AveEve che formano l'attuale Comitato; Patrizia Negri, Regula Matasci-Brüngger, Monika Lechner-Pietzko e Odille Pedroli-Conrad. Ciascuna saluta le partecipanti e onde favorire la loro conoscenza trasmette una breve sua presentazione personale.

Pallucca informa che di seguito darà la parola alla Signora Chiara Orelli Vassere da poco nominata coordinatrice Istituzionale in ambito di violenza domestica, presso la Direzione della Divisione della giustizia.

La relatrice trasmette i saluti anche a nome delle autorità Cantonali ed esprime molta soddisfazione nell'apprendere dell'interessamento di AvaEva di voler riflettere ed approfondire una tematica che ritiene purtroppo molto attuale, necessaria ed in crescita. Sottolinea che la violenza domestica sia fisica, economica, rivolta a giovani, donne o no, ritiene assolutamente necessario individuare quali possano ritenersi le migliori strategie d'adozione per poter prevenirla. Sottolinea che questo sarà il prossimo compito che l'attende.

Riprende la parola Pallucca per avvertire che per favorire un migliore approccio alla tematica del maltrattamento, interverrà prima la Dott.ssa Ravera e successivamente la Prof.ssa Sargenti.

La **Dott.ssa Francesca Ravera** è psicologa e psicoterapeuta, opera da qualche anno nel Servizio di Promozione e Qualità di Vita di ProSenectute. Le sue esperienze professionali in riferimento alla tematica oggetto di studio, hanno origine nei momenti in cui in qualità di psicoterapeuta operava in una Casa anziani in Italia ma anche all'attività svolta allo sportello di ProSenectute aperto proprio a chi ne ha bisogno di sostegno in merito a modalità che potrebbero collocarsi in casi di abuso anche se lievi.

Ravera prende la parola ed inizia presentando il servizio di ProSenectute in cui opera e accenna alle esperienze professionali attuali e precedenti in casa anziani ed in un consultorio familiare, per meglio collocare la sua esperienza. Ribadisce che il lavorare con le famiglie ma anche con solo gli anziani, abbia arricchito notevolmente le sue esperienze in particolar modo nel campo difficile e delicato dei maltrattamenti. Chiede alle partecipanti di intervenire quando lo ritengano necessario. Il risultato è stato quello di poter assistere ad

una vera e propria interazione, molto dinamica fra lei e le presenti che arricchisce ulteriormente la presentazione di Ravera ma anche la partecipazione.

Oltre alle esperienze sul campo, la relatrice accenna a un libro "Persone Care" di Vera Giaconi Edizioni Sur, che in dieci racconti trasmette il legame fra le *persone care*.

Sottolinea che proprio le persone care son quelle che ci impegnano di più nella vita; lo stare vicino ed occuparsene delle persone care può diventare un impegno insostenibile.

Pone il quesito alle partecipanti "che cos'è il maltrattamento?".

Una partecipante si riferisce al rallentamento di suo marito durante l'invecchiamento che a lei creava impazienza e sostiene che se non era attenta e controllata, l'avrebbe trattato male. Il fatto della difficoltà che pone l'anziano con i cambiamenti temporali e non solo richiede pazienza e autocontrollo. Inoltre dover ricordare all'anziano costantemente molte regole del comportamento, come agli adolescenti, può anche fare innervosire il familiare che lo assiste.

A tale proposito Ravera affronta subito le modalità relazionali fra l'anziano e chi l'accudisce accennando a quanto in modo ricorrente l'anziano viene trattato come un bambino oppure un adolescente, perdendo completamente di vista che l'anziano non è sprovvisto di esperienze, quindi non è all'inizio della vita. Inoltre l'uso di vezzeggiativi e coccole fuori luogo o altre forzature, vengono purtroppo talvolta usati quotidianamente.

Riprendendo i cambiamenti rispetto al fattore tempo, va detto che da giovani non si vede l'ora di poter rallentare; il non dover correre sempre, si vede come qualcosa che porta alla libertà, eppure quando l'anziano rallenta per gli altri è uno shock. Bisognerebbe accorgersi della necessità di accompagnare questo rallentamento che potrebbe porci di fronte alla fragilizzazione dello stesso anziano.

In questa direzione si potrebbe sostenere che "perdere la pazienza" o comportamenti simili, denotano scarsa accettazione dei cambiamenti che l'anziano in quanto tale sta attraversando.

A questo punto proviamo a definire il maltrattamento degli anziani e ci domandiamo se è un atto, un gesto o un atteggiamento e per analizzarlo è anche necessario interrogarsi sul rapporto che c'è tra chi mette in atto un atteggiamento maltrattante e chi lo riceve. Sarebbe necessario inoltre riflettere sull'entità stessa dell'atto maltrattante e sulla gravità o meno .

Possiamo affermare che «Il maltrattamento degli anziani è un insieme di comportamenti o di atteggiamenti, singoli o ripetuti che riguardano la persona anziana all'interno di un contesto di confidenza o di dipendenza che può causare l'esaurimento o delle ferite a queste persone.

Il maltrattamento può essere di tipo fisico, morale, finanziario, sessuale o più semplicemente negligenza.»

A questo punto però è necessario distinguere la violenza dal maltrattamento ordinario.

Nella **violenza** assistiamo ad una intenzionalità negativa dove l'aggressività attiva del maltrattante, procura un grave danno psicofisico all'anziano. In questo caso i mass media

danno grande enfasi al problema, dichiarano apertamente forte indignazione e tolleranza zero e ribadiscono gli estremi per l'intervento a livello legale.

Il **maltrattamento ordinario** invece è involontario e non intenzionale, quindi l'aggressività del maltrattante è passiva. Il danno che procura è psicologico quindi invisibile ed è riscontrabile sia in ambito istituzionale o nel contesto domiciliare. Si tratta di un fenomeno che viene ignorato dai media e dall'opinione pubblica, in cui gli estremi per un intervento legale non emergono.

A questo punto possiamo affermare che il rischio zero di maltrattare non esiste, ed i fattori che possono determinarlo sono svariati.

Assistiamo ad esempio a differenti percezioni rispetto a ciò che riteniamo maltrattante o a cosa non lo è. Queste differenze dipendono da noi e dai nostri valori, capacità, modi d'intendere, ma anche dalla conoscenza che abbiamo dell'anziano che abbiamo di fronte.

Risulta innegabile la difficoltà che genera l'occuparsi di soggetti con problematiche cognitive, ed il riconoscimento della frustrazione che talvolta la pratica professionale con questi soggetti genera, non sempre è a portata di tutti.

Uno stesso gesto, atto, atteggiamento potrebbe avere conseguenze diverse in contesti diversi e con persone diverse.

Esistono però alcuni fattori di rischio nel familiare curante, che potrebbero mettere a repentaglio una "sana relazione" con l'anziano.

Ad esempio la sensazione d'impotenza, il sovraccarico di impegni, lo stress, l'esaurimento, possono ridurre la capacità cognitiva del caregiver. Se a ciò aggiungiamo la mancanza di gratificazione per il lavoro svolto, le eventuali difficoltà economiche e sociali, la dipendenza economica dalla persona anziana, la non conoscenza e accettazione della malattia del proprio caro, è facile avvicinarsi al rischio di maltrattare.

Per quanto detto riteniamo un grosso rischio il dover essere unico caregiver; la convivenza in ambiente ristretto, l'isolamento sociale e l'assenza di sostegno e aiuto esterno, favoriscono le difficoltà relazionali con il soggetto da accudire.

Pur consapevoli che ogni anziano è una persona unica e diversa dalle altre attorno alla quale gravitano molteplici dinamiche familiari e istituzionali, abbiamo riscontrato alcune caratteristiche comuni agli anziani dipendenti che di seguito elenchiamo.

Generalmente ci si riferisce ad un paziente complesso, con un forte bisogno di cure sia tecniche che emotive e relazionali, (alta dipendenza da terze persone come caregiver, badante, spitex, figli), che presenta disturbi cognitivi, disturbi della comunicazione con difficoltà di espressione e comprensione, disturbi comportamentali e/o di aggressività con pochi contatti sociali.

Onde completare questa riflessione ci sembra opportuno identificare alcune delle cause che potrebbero generare il maltrattamento.

Fra le cause relazionali troviamo alla base il rapporto anziano/caregiver, caratteristiche del familiare, dell'ospite, dell'operatore, ed i bisogni di ciascuno di questi.

Per quanto riguardano le cause situazionali/ambientali troviamo i fattori contestuali, le condizioni di lavoro, le questioni organizzative.



Fra le cause sociali risulta determinante l'immagine che si ha delle case per anziani, e contemporaneamente l'immagine e la rappresentazione che la società ha degli stessi anziani.

Infine sono determinanti anche le eventuali cause personali e cioè i disturbi psichici dei curanti, il probabile disagio emotivo, la motivazione al lavoro, lo stress, l'insoddisfazione.

Da quanto enunciato fino ad ora ci permettiamo di ribadire alcuni elementi essenziali che potrebbero garantire ai professionisti una miglior presa a carico dell'anziano.

Riteniamo fondamentale la conoscenza delle patologie cognitive, psichiatriche, dipendenze e delle loro manifestazioni e correlazioni e la conoscenza della biografia dell'anziano e/o dell'anamnesi clinica del paziente.

Infatti solo con una solida formazione, in presenza di competenze tecniche e relazionali, e basandosi in una solida conoscenza di sé, dei propri limiti e risorse, è possibile affrontare una relazione professionale solida e predisposta a mettersi in discussione e riflettere sul proprio agire professionale.

**Carla Sargenti** è stata docente e ricercatrice al DEASS della SUPSI e da poco in pensione, da quaranta anni si occupa professionalmente di geriatria e gerontologia.

La riflessione che porta è frutto di esperienze maturate in questi ultimi 20 anni, in effetti a fine anni '90 lavorava già su questo tema a Ginevra. La sua attività di formazione alla Supsi, la collaborazione con PIPA a partire dal 2000 le hanno permesso di arricchire l'esperienza professionale. La ricerca nelle Case per Anziani attuata dal Centro Competenza Anziani della SUPSI per conto del Cantone ha aggiunto un tassello importanti al suo bagaglio professionale; è proprio di questa indagine che parlerà.

Sargenti specifica che parlerà di Maltraitance Ordinaire (in seguito MO) chiamata anche maltrattamento passivo o istituzionale e di Bientraitance (in seguito Bi). Fa presente che il 70% dei maltrattamenti avviene nelle mura domestiche mentre il rimanente 30% in istituzione.

La MO è quel tipo di maltrattamento che si insinua in modo impercettibile nei gesti di vita quotidiana, è molto rischiosa e tende ad essere banalizzata perché apparentemente invisibile e dunque, viene quasi accettata passivamente. È insidiosa perché non si manifesta attraverso gesti clamorosi e chiaramente definiti, ma attraverso «piccole» negligenze e disattenzioni quotidiane.

Alcuni esempi sono fare una toilette velocemente, imboccare senza prestare attenzione alla persona, non rispondere a richieste di vicinanza ed ascolto, l'utilizzo di un linguaggio non conforme e poco rispettoso, i rumori, ecc...

La MO si annida nei piccoli gesti quotidiani ed è la banalizzazione di queste stesse azioni da parte dell'anziano ma anche da chi se ne occupa di lui, a renderla pericolosa. Non procura ematomi ma vere e proprie lesioni psicologiche.

Talvolta le norme, le prassi istituzionali, le regole organizzative che l'anziano non gradisce (orari di cena o di lasciar la camera) oppure l'eccessiva stimolazione a partecipare a differenti attività possono far parte della MO.

Ma nella maggior parte delle situazioni di MO, non vi è necessariamente intenzionalità, o coscienza di nuocere, ma piuttosto domina prioritariamente l'assenza di coscienza, di pensiero, d'intenzione, di empatia ... In definitiva, prevale l'assenza dell'Altro.

Sargenti affronta di seguito il tema della *bienveillance* (Bi) e individua l'approccio che la caratterizza come il cammino che le organizzazioni e i professionisti devono compiere per sviluppare quella cultura comune che pone realmente al centro il rispetto incondizionato della persona, rendendola a pieno titolo co-autrice del suo percorso (partecipazione del residente e dei familiari alle decisioni e al suo progetto di vita), rispondendo così ai principi enunciati nella Carta della *bienveillance* e all'evoluzione legislativa in materia di tutela dei diritti umani.

La Bi si traduce in una cultura condivisa che ispira le azioni individuali e le relazioni collettive all'interno di un servizio, a partire da visione e valori istituzionali declinati nell'agire e interagire quotidiano.

Si caratterizza nella ricerca permanente e continua di personalizzazione della prestazione e richiede uno scambio continuo tra tutti gli attori coinvolti.

Valorizza il ragionamento critico che porta a una costante riflessione etica collettiva sulle pratiche professionali, permettendo quella dinamica di circolarità di pensiero e azioni richiesta dalla complessità.

A livello operativo la Bi promuove il rispetto incondizionato della persona anziana, dei suoi diritti e delle sue volontà, della sua storia, della sua dignità e della sua individualità; rendendola a pieno titolo co-autrice del suo percorso.

Incoraggia quindi il saper essere, un saper agire, un saper ascoltare e un saper dire, attento all'altro, reattivo ai bisogni e alle richieste dell'anziano e rispettoso delle scelte e ancora di più dei rifiuti.

Perciò dà impulso ad un'attitudine di attenzione e di adeguamento permanente all'evoluzione dei bisogni e alle situazioni specifiche delle persone anziane.

Per quanto detto il modello della Bi ci porta ad aderire a tutti i suoi principi e a condividere tutti i valori dichiarati a livello teorico; a livello pratico però è più difficile renderli praticabili nella quotidianità professionale di tutti i giorni.

Sovente l'operatore deve sapersi confrontare con i rifiuti (di cura, di assistenza, anche personali) ... accettarli senza scoraggiarsi non sempre è facile. Possiamo affermare che quando le situazioni sono semplici, tutto va bene, ma che di fronte a reazioni inattese, dilemmi esistenziali, rifiuti, scelte difficilmente condivisibili o quando la sua scelta è diametralmente opposta a ciò che avrei fatto io, le soluzioni non sono mai scontate!

Pensiamo poi a quando so che questo atteggiamento è nocivo alla sua salute, è contrario al principio di salute o di igiene ... ma è una sua scelta e denota l'autodeterminazione!? Quanto tempo è necessario per decidere il da farsi e quanta riflessione risulta necessaria prima di arrivare a stabilire la scelta finale?

Poi, è da tenere presente che individualmente possiamo essere tutti attenti, rispettosi, ma a livello di gruppo, di équipe, di settore, è possibile sempre osservare tutto quello che la Bi consiglia?

Sargenti dopo questa necessaria e ricca premessa, ritiene complementare affrontare anche se non in modo approfondito, gli elementi fondamentali della ricerca del 2013-15 diventata progetto a partire del 2016 sul tema «Prevenzione del maltrattamento e promozione della *bienveillance*» .

La DASF (divisione dell’Azione Sociale e delle Famiglie) come si accennava all’inizio, decide di approfondire il fenomeno del maltrattamento nelle Case per Anziani, propone il mandato al team SUPSI-Centro Competenze Anziani che imposta il percorso basandosi su un approccio aperto, qualitativo.

Gli obiettivi individuati erano acquisire elementi di comprensione della complessità del lavoro in Casa per Anziani (competenze, comportamenti, *formae mentis*, ...), valorizzare l’impegno degli operatori e identificare fattori di rischio e protezione rispetto alla *maltraitance ordinaire/bienveillance* delle persone residenti.

I valori che hanno guidato il progetto e la ricerca sono i seguenti.

Il rispetto della persona, della sua dignità ed intimità, della riservatezza e della privacy.

Il rispetto dell’AUTODETERMINAZIONE della sicurezza e della libertà.

Il riconoscimento dell’identità della persona e del suo progetto di vita, nonché la garanzia di continuità nei diversi processi (accoglienza, accompagnamento,...)

La partecipazione alla ricerca era su base volontaria; è stato creato un campione rappresentativo composto da 17 case. Oltre a queste e alla fine della ricerca altre case hanno sollecitato per poter aderire al progetto arrivando ad una trentina d’istituti partecipanti.

In ognuna delle case del campione, è stata effettuata un’osservazione strutturata, è stata somministrata una scheda ai collaboratori, è stata analizzata la documentazione interna (protocolli, struttura, strumenti di cura, ecc). E’ stato creato un focus group con i quadri istituzionali per approfondire gli elementi emersi e raccogliere ulteriori informazioni.

Al termine sono stati restituiti i risultati sensibilizzando i collaboratori sulla situazione riscontrata ed è stato redatto un rapporto conclusivo.

Alcune tendenze emerse e su cui riflettere.

Da questa esperienza emerge che nelle strutture per anziani del Cantone vi è grande impegno, molta motivazione e una vasta apertura, ma forse bisogna soffermarsi e meglio riflettere sulla scarsa consapevolezza di situazioni di Bi (rispetto ai valori di riferimento).

E’ emersa infatti la difficoltà a cogliere la ricchezza e la raffinatezza sviluppata in queste circostanze, dunque la difficoltà a far divenire queste prassi un esplicito modello di riferimento che quindi potrebbero costituire situazioni riproducibili!

E’ affiorato un certo stupore di fronte a situazioni di MO, già identificate dall’organizzazione ma che si ripresentano (rumore assordante durante i pasti, parlare della persona in terza persona, scarsa attenzione all’intimità, ...)

E’ apparsa una diversificazione evidente, specialmente negli stili relazionali e nelle sensibilità rispetto ai comportamenti. (rappresentazioni, percezioni individuali, e/o una probabile non solida conoscenza gerontologica-geriatrica).

E’ rilevata la presenza di troppi progetti in corso, con eccessiva pressione sui collaboratori (stanchezza e potenziale inefficacia).

La sensibilizzazione ha consentito agli operatori di interrogarsi su prassi consolidate, su “stili comunicativi” e “modus operandi” non omogenei. È stato loro possibile quindi di scoprire e valorizzare buone prassi ed eccellenti modalità d’interazione e riconoscimento dell’altro, e di acquisire maggior consapevolezza e condivisione, ma anche di rinforzare la posizione delle direzioni e dei quadri intermedi rispetto a tematiche scottanti.

Nel processo di promozione della Bi assumono particolare importanza la dimensione manageriale e organizzativa al fine di permettere lo sviluppo di una cultura condivisa a partire da visioni e valori istituzionali declinandoli nell’agire e interagire quotidiano!

Potenziare e sostenere concretamente nella quotidianità momenti condivisi di discussione di situazioni/casi clinici complessi attraverso i quali interrogarsi tanto a livello di buone cure, che di funzionamento del gruppo, diventano fondamentali.

Individuare, monitorare e condividere i diversi rischi di deriva (MO) in un’ottica di co-costruzione (statuto dell’errore).

Promuovere la corresponsabilità collettiva; tutti «responsabili» dell’agire del gruppo.

In quest’ottica diventa fondamentale avere un quadro istituzionale stabile, trasparente, con regole conosciute, e una posizione chiara rispetto al fenomeno dei maltrattamenti.

E’ determinante poter definire ed esplicitare ciò che si riesce e non si riesce ad offrire !

E’ molto importante verificare fin dall’ingaggio, poi monitorare alcuni aspetti legati alle rappresentazioni, alla definizione dei percorsi formativi in modo chiaro e consequenziali, per garantir il consolidamento della trasposizione nella pratica.

A questo punto e per riassumere Sargenti sostiene che la bientraitance NON è solo assenza di maltrattamento e NON è solo prevenzione del maltrattamento, ma è da considerarsi un processo dinamico di cambiamento culturale, un orizzonte verso cui tendere, mai definitivamente acquisito, richiede una mobilitazione di tutta la struttura (compresi residenti e famiglie) in un progetto collettivo e trasversale.

Considera quindi la Bi una costante rimessa in questione delle pratiche professionali e delle modalità di accompagnamento e una predisposizione all’interrogativo accogliente piuttosto che alla risposta preconfezionata e statica.

Infine vengono ribaditi alcuni messaggi da portarsi a casa alla fine di questo pomeriggio quali ad esempio:

Ognuno, nel proprio ambito e ruolo, deve sentirsi responsabile, di promuovere attitudini bientraitantes, ponendo l’attenzione ai diversi rischi di deriva ...

«per il suo bene», «l’ha detto il dottore», «abbiamo sempre fatto così», «io farei così», banalizzare, ecc. ...

Chi compie un gesto non adeguato, ha un’attitudine poco rispettosa dell’altro, NON lo fa (generalmente) per nuocere!

Siamo tutti a rischio d’incorrere in attitudini di MO.

### È importante

- Conoscere il fenomeno e interrogarsi sulle infinite aree grigie!
- Condividere e parlarne in un clima di fiducia.
- Interrogarsi costantemente e non dare niente per scontato.
- CURARE CHI CURA

## 9.6 Locandina Convegno

**Il Movimento AvaEva è un'associazione che promuove reti di contatto per le donne della generazione delle nonne e dà una voce ai temi che le concernono.**

AvaEva tende verso il consolidamento e il rafforzamento della generazione delle nonne nella società rispetto:

- ✓ alla valorizzazione delle sue competenze ed esperienze a favore della collettività
- ✓ alla presa in conto di esigenze specifiche di questa generazione di donne della terza e quarta età
- ✓ allo sviluppo di una società basata sulla solidarietà tra le generazioni e proficui scambi intergenerazionali

Il Movimento AvaEva promuove e sostiene progetti diversificati autogestiti da gruppi di donne della generazione delle nonne. Unendosi e rafforzando le loro competenze le donne di AvaEva riflettono su un'altra vecchiaia, elaborando idee su come mantenere e migliorare la qualità di vita in età avanzata e sviluppando contributi per chi verrà dopo di loro.

### Desideri aderire?

Il contributo sociale annuale di fr. 40 ti consente di partecipare alle decisioni dell'Associazione oltre a beneficiare di agevolazioni sul costo degli eventi.

Contatta la coordinatrice:  
Valentina Pallucca Forte  
Movimento AvaEva  
Via al Moretto 4 - 6924 Sorengo  
+4176 679 0778 - info@avaeva.ch

**MOVIMENTO AVA EVA**

## MOVIMENTO AVA EVA

**8° Convegno e giornata d'incontro**

**13 ottobre 2021**

**Hotel Unione - Via Henri Guisan 1, Bellinzona**

**Tema della giornata: Maltrattamento e abuso**



Con il sostegno del



## Maltrattamento e abuso

L'accudimento di un familiare anziano, malato, con problemi di demenza può diventare un peso importante da sostenere per il *caregiver*. Il sovraccarico, la sensazione di impotenza e di non farcela possono portare purtroppo a volte a reazioni delle quali in seguito ci si pente, azioni che possono sfociare nel maltrattamento – verbale, psicologico, fisico.

La pandemia ha fatto sì che ci ritrovassimo improvvisamente confinati in casa, cancellando di colpo tutti i nostri rapporti sociali. Questo ha significato, per alcuni, l'impossibilità di allontanarsi da situazioni di disagio o maltrattamento. Inoltre, ha probabilmente reso ancor più difficoltosa la segnalazione dei casi di maltrattamento (il portale Vecchiaia senza violenza ha registrato nel 2020 circa 200 casi di violenza ai danni degli anziani in Svizzera). Non possiamo escludere che i numeri siano più alti di quelli delle statistiche e che una certa fetta di casi rimanga purtroppo sommersa. Auspichiamo che una maggior consapevolezza del problema a livello sociale possa incentivare la ricerca di soluzioni e soprattutto promuovere la prevenzione, facendo in modo che anche i familiari curanti possano avere un supporto per accudire al meglio i propri familiari.

Relatrici del nostro Convegno 2021 sono due esperte del settore, la Prof.ssa **Carla Sargenti** e la Dott.ssa **Francesca Ravera**: con loro analizzeremo il fenomeno del maltrattamento approcciando il tema da due differenti punti di vista per comprenderne le varie sfaccettature.

L'evento è gratuito. Per l'organizzazione di questo Convegno abbiamo ricevuto un generoso supporto finanziario da parte del Consiglio Anziani del Canton Ticino, che ringraziamo di cuore.



iscrizioni entro il 07.10  
con la cartolina o via e-mail  
info@avaeva.ch

**MOVIMENTO AVA EVA**

## Giornata d'incontro e di approfondimento

La giornata è destinata a tutte le donne della terza e quarta età, aperta anche ad altre persone interessate. È un'occasione per scoprire, condividere e approfondire i temi legati al percorso di noi donne della generazione delle nonne (con o senza nipoti), le nostre difficoltà, le nostre risorse e le nostre visioni.

**Data** Mercoledì 13 ottobre 2021 dalle 13.30 alle 17.30

**Luogo** Hotel Unione - Via Henri Guisan 1  
6500 Bellinzona

**Conduzione** Valentina Pallucca Forte, coordinatrice di  
AvaEva con le donne del Comitato

**Costo** Evento gratuito

### Programma

13.30 – 14.00 Accoglienza e registrazioni

14.00 – 14.30 Saluto e introduzione al tema

14.30 – 15.30 **Intervento della Prof.ssa Carla Sargenti**  
Docente ricercatrice *DEASS-SUPSI*  
già responsabile del percorso Advanced Studies in  
Gerontologia e Geriatria, *SUPSI*

15.30 – 16.00 Pausa Caffè

16.00 – 17.00 **Intervento della Dott.ssa Francesca Ravera**  
Psicologa e psicoterapeuta  
Servizio Promozione Qualità di Vita, ProSenectute

17.00 – 17.30 I prossimi passi di AvaEva, prospettive future e  
conclusioni

## 9.7 Camminostoria nr.1 “Da Nizza al mercato di Bellinzona”

# MOVIMENTO AVAEVA



### LE CAMMINOSTORIE

#### Passeggiate nel passato dei luoghi del nostro vivere quotidiano

Le Camminostorie sono dei percorsi tematici, ideati con l'obiettivo di salvaguardare e valorizzare il patrimonio storico locale ed educare al territorio. In una società sempre più frenetica, esse si propongono, attraverso il ritmo lento di una camminata a piedi, di guardare ai luoghi della nostra quotidianità con occhio diverso: più attento, magari curioso e forse a volte anche critico. Accompagnati da una guida e con l'aiuto di immagini d'epoca, ogni Camminostoria invita i partecipanti a riscoprire il passato e riflettere sul presente dell'ambiente circostante, percorrendo volutamente rotte poco battute e soffermandosi su edifici meno noti.

Lungo il percorso intitolato “Da Nizza al mercato di Bellinzona” ci accompagnerà alla scoperta di questi luoghi **Giulia Pedrazzi**, storica e ideatrice del progetto.



Associazione PIPA  
Prevenzione  
Incidenti  
Persone  
Anziane

Sostegno

**MIGROS**  
percento culturale

## Le Camminostorie

Passeggiate nel passato dei luoghi del nostro vivere quotidiano



### DA NIZZA AL MERCATO DI BELLINZONA

Passeggiata a piedi da Giubiasco al mercato del sabato a Bellinzona. Idealmente guidato da una contadina vissuta a cavallo tra Otto e Novecento, l'itinerario ripercorre l'evoluzione della filiera alimentare, passando dai luoghi di produzione e conservazione degli alimenti fino alla vendita degli stessi sui banchi del mercato.

Visita guidata di **1h30** con partenza da Giubiasco – fermata del bus Bivio Pedevilla, linea 3 e arrivo in Piazza Nosetto a Bellinzona (2,5 Km)

#### QUANDO:

**mercoledì 28 aprile 2021, ore 9.45 – 11.15 ca.**

**sabato 8 maggio 2021, ore 9.45 – 11.15 ca.**

#### Tassa di partecipazione:

15 fr. intero/ 10 fr. ridotto (ragazzi/e sotto i 16 anni, studenti, AVS) / 5 fr. Socie di AvaEva

#### Informazioni generali (In caso di cattivo tempo la visita sarà posticipata)

Minimo 10 partecipanti, massimo 15 secondo le disposizioni vigenti

Lingua italiana

Si consigliano scarpe comode!

**Per informazioni e iscrizioni:** Valentina Pallucca Forte, coordinatrice dell'associazione AvaEva

[v.pallucca@avaeva.ch](mailto:v.pallucca@avaeva.ch); 076/6790778



## 9.8 Camminostoria nr.2 “Tutte le strade portano a Bellinzona”



Le Camminostorie sono dei percorsi tematici, ideati con l'obiettivo di salvaguardare e valorizzare il patrimonio storico locale ed educare al territorio. In una società sempre più frenetica, esse si propongono, attraverso il ritmo lento di una camminata a piedi, di guardare ai luoghi della nostra quotidianità con occhio diverso: più attento, magari curioso e forse a volte anche critico. Accompagnati da una guida e con l'aiuto di immagini d'epoca, ogni Camminostoria invita i partecipanti a riscoprire il passato e riflettere sul presente dell'ambiente circostante, percorrendo volutamente rotte poco battute e soffermandosi su edifici meno noti.

Lungo il percorso intitolato “**Tutte le strade portano a Bellinzona**” ci accompagnerà alla scoperta di questi luoghi **Giulia Pedrazzi**, storica e ideatrice del progetto.

Questa Camminostoria è organizzata congiuntamente dall'Associazione AvaEva e da PIPA - Prevenzione incidenti persone anziane.

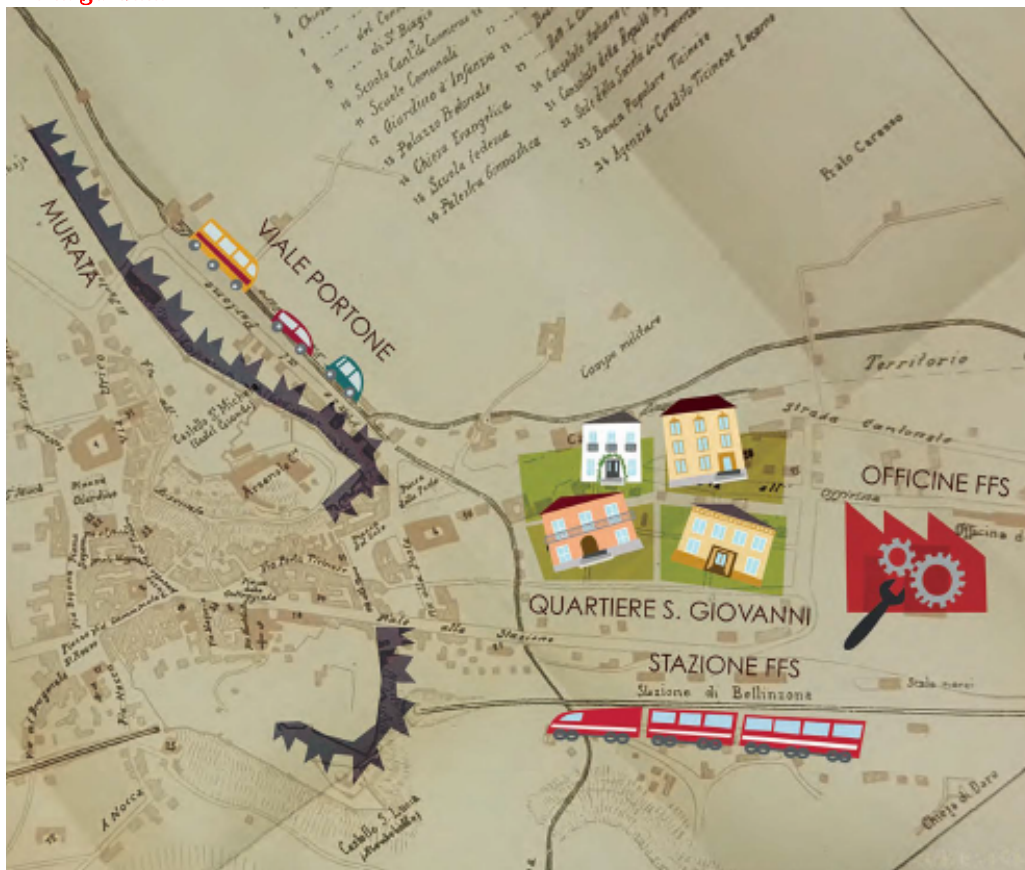
**MOVIMENTO AVAEVA**



**Associazione PIPA**  
**Prevenzione**  
**Incidenti**  
**Persone**  
**Anziane**

## TUTTE LE STRADE PORTANO A BELLINZONA

### Visita guidata



Passeggiata a piedi nei dintorni della stazione di Bellinzona, con partenza e arrivo al buffet della stazione. Idealmente guidato dall'ingegnere che contribuì a ridisegnare la città dopo l'arrivo del primo treno nel 1874, l'itinerario mostra i primi sviluppi della città fuori dalle mura medievali anche e soprattutto in relazione alle vie di comunicazione e ai vari mezzi di trasporto.

Visita guidata di 1h30, con partenza e arrivo presso la stazione FFS di Bellinzona (1,5 Km).

**Lunedì 25 ottobre 2021, ore 10.00 - 11.30**

**Tassa di partecipazione:** 15 fr. intero/ 10 fr. ridotto (socio AvaEva, studenti, AVS)

**Informazioni generali:** solo con bel tempo - min. 12 partecipanti - si consigliano scarpe comode!

**Per informazioni e iscrizioni:** Valentina Pallucca Forte, [info@avaeva.ch](mailto:info@avaeva.ch); 076/6790778

Sostegno

**MIGROS**  
per cento culturale

## Anziane per il clima

Vogliamo parlarvi oggi di un'associazione con la quale condividiamo ideali e iniziative. Si tratta dell'associazione KlimaSeniorinnen – Anziane per il Clima, nata in Svizzera nel 2016. L'associazione KlimaSeniorinnen fa del suo impegno principale la protezione del clima in Svizzera. Fra le sue fila conta oggi 1800 anziane: donne in età da pensione – l'età media è 73 anni – che chiedono a gran voce un inasprimento degli obiettivi climatici basando la loro richiesta sul diritto alla vita e alla salute. Sostenute da Greenpeace Svizzera, si impegnano pubblicamente per rendere noto che in età avanzata sono maggiori gli effetti del riscaldamento globale sulla salute, ed è proprio questo il punto cardine delle loro rivendicazioni. Dai 75 anni in avanti si soffrono di più le conseguenze del riscaldamento climatico e si è maggiormente esposti ad un rischio concreto di subire danni alla salute e anche di morire. L'azione delle Anziane per il Clima è iniziata nel 2016 con un'istanza al Consiglio Federale con la quale si richiedeva alla Svizzera un maggior impegno nelle questioni climatiche, in particolare una riduzione dell'emissione di gas serra di almeno il 50% entro il 2030 e un maggiore impegno per raggiungere l'obiettivo ben al di sotto dei 2 gradi stabilito nel 2015 in occasione della Conferenza sul Clima di Parigi. Cosa significa questa espressione? Con gli accordi siglati nella capitale francese i paesi si impegnavano a ridurre le emissioni dei gas serra per far sì che il riscaldamento globale si assestasse, appunto, ben al di sotto dei 2 gradi celsius rispetto al periodo preindustriale. Questa prima istanza è stata respinta per motivi formali poiché la richiesta era giudicata non accettabile



con la motivazione che queste donne chiedevano un cambiamento a livello troppo ampio, qualcosa che va affrontato a livello globale e non solo a livello locale. Le Anziane per il Clima hanno presentato ricorso contro questa decisione al Tribunale Amministrativo Federale, ma anche in questo caso la richiesta è stata respinta, stavolta con una motivazione diversa: le Anziane per il Clima *non rappresenterebbero un gruppo di popolazione particolarmente interessato*, vale a dire che queste donne non sono le uniche toccate dal problema, che invece colpisce in ugual misura tutta la popolazione. Ancora una volta, queste donne combattive non si sono lasciate scoraggiare e, determinate a raggiungere il risultato, hanno insistito con le loro rivendicazioni. Nel gennaio 2019 si sono rivolte al Tribunale Federale, ancora una volta però con esito negativo. Il Tribunale Federale puntualizzava questa volta che il diritto alla vita ed alla salute invocato dalle ricorrenti attualmente non è sufficientemente lesa, dunque il diritto alla vita e alla salute non può essere invocato in questo caso. Inoltre, secondo il Tribunale Federale, nessuno – che sia il gruppo Anziane per il Clima o privati cittadini – può invocare il diritto alla vita e alla salute in relazione ai cambiamenti climatici.

Nel maggio 2020 una decisione rivoluzionaria: le KlimaSeniorinnen hanno deciso di rivolgersi alla CEDU – Corte Europea dei Diritti dell'Uomo a Strasburgo. Si tratta di una decisione che potrebbe fare da apripista nell'ambito del diritto climatico, per la prima volta infatti la CEDU dovrà pronunciarsi in merito ad una possibile violazione del diritto alla vita e alla salute a causa del surriscaldamento globale. Il 24 ottobre 2020 il veliero Beluga di Greenpeace è salpato da Basilea in direzione di Strasburgo per annunciare alla CEDU l'appello delle KlimaSeniorinnen.

L'associazione AvaEva sostiene le KlimaSeniorinnen e ne condivide le battaglie per incentivare il nostro governo ad una maggior protezione del clima. Queste donne si battono per garantire i propri diritti ma anche per garantire i diritti delle generazioni future lasciando loro un mondo più attento e sostenibile.

Per diventare socie dell'Associazione KlimaSeniorinnen, saperne di più sulla sua storia e le sue attività e ricevere del materiale informativo potete visitare il sito: [www.klimaseniorinnen.ch](http://www.klimaseniorinnen.ch).

Associazione AvaEva

## L'accesso alle direttive del paziente

La Federazione Cantonale Ticinese Servizi Autoambulanza offre la possibilità di segnalare l'esistenza, il contenuto e il luogo di deposito delle direttive del paziente.

di Frieda Lüscher\*

Dal 2013 l'art. 371B del Codice Civile prevede che "L'autore delle direttive del paziente può farne registrare la costituzione sulla tessera di assicurato con la menzione del luogo dove sono depositate", ma il Consiglio federale non ha finora emanato le disposizioni a tal fine. Di conseguenza, a tutt'oggi, l'esistenza e il luogo di deposito delle direttive del paziente non possono essere inseriti nel chip della tessera d'assicurazione malattia e non esiste un sistema uniforme per accedere a queste importanti informazioni in caso di necessità. Molte organizzazioni offrono la possibilità di depositare le direttive del paziente presso di loro e di indicarlo tramite tessere che si portano sempre con sé.

Tuttavia, la domanda che mi pongo, particolarmente come persona che vive da sola, è come posso garantire, anche e soprattutto in caso di emergenza, che gli intervenienti siano informati il più rapidamente possibile dell'esistenza e dell'ubicazione di queste direttive. Questo, in ultima analisi, per evitare che vengano adottate misure mediche che non rispondono alla volontà esplicita del paziente

Anche a causa dell'attuale pandemia, negli ultimi mesi ho cercato una risposta a questa domanda. Senza entrare ora negli dettagli, il risultato purtroppo è molto modesto e riflette il problema di base menzionato all'inizio. Il Parlamento e tutte le altre parti interessate dovranno trovare al più presto risposte a queste e a molte altre questioni in sospeso relative alle direttive del paziente. Comunque, nel corso di queste ricerche, ho trovato un'informazione molto im-

portante che vorrei condividere: la Federazione Cantonale Ticinese Servizi Autoambulanza (FCTSA) offre la possibilità di segnalare l'esistenza, il contenuto e il luogo di deposito delle direttive del paziente. Questi dati vengono poi inseriti nel sistema informativo della Centrale Ticino Soccorso 144 e d'ora in poi, appariranno automaticamente nel loro sistema ad ogni intervento d'emergenza via 144, non appena il nome della persona soccorsa sarà inserito. Tale servizio funziona in tutto il Cantone Ticino.

Come fare? È necessario presentare le direttive del paziente (scritte a mano e firmate) allo sportello del servizio di emergenza competente (secondo il luogo di residenza):

- Tre Valli Soccorso
- Croce Verde Bellinzona
- Servizio Ambulanza del Moesano
- SALVA – Servizio Ambulanza Locarnese e Valli
- Croce Verde Lugano
- SAM - Servizio Autoambulanza del Mendrisiotto
- REGA

Questi servizi trasmettono poi le informazioni alla persona responsabile presso la Centrale Ticino Soccorso 144, che confermerà l'iscrizione.

Ho provato questa offerta. La signora alla ricezione di SALVA a Locarno era ben informata e già una settimana dopo, un medico del 144 ha confermato per telefono l'inserimento dei miei dati. (In più, questo servizio è gratuito!)



\*Questo articolo riprende gran parte del testo scritto da Frieda Lüscher per la Newsletter di dicembre 2020 del Movimento Ava-Eva.

## Maltrattamento e abuso, se ne parla a ottobre

Si terrà il 13 ottobre presso la Casa del Popolo a Bellinzona il Convegno 2021 di AvaEva

a cura della redazione di AvaEva

Dopo un anno difficile durante il quale non abbiamo potuto organizzare i nostri consueti eventi annuali, siamo felici di invitarvi al nostro Convegno 2021 a tema "Maltrattamento e abuso". Il Convegno si terrà il 13 ottobre 2021 presso la casa del Popolo di Bellinzona.

Le ragioni per le quali intendiamo occuparci di questo tema sono molteplici. L'accudimento di un familiare anziano, malato, con problemi di demenza può diventare un peso importante da sostenere per il caregiver. Il sovraccarico, la sensazione di impotenza e di non farcela possono portare purtroppo a volte ad avere reazioni delle quali in seguito ci si può pentire, azioni che possono sfociare nel maltrattamento – verbale, psicologico, fisico. Molte delle donne di AvaEva sono confrontate con la cura di un familiare anziano e abbiamo scelto di parlarne anche per loro.

Già nell'aprile dello scorso anno abbiamo parlato su queste pagine del problema del maltrattamento, con un articolo di Raquel Galli Zirpoli, già membro di Comitato di AvaEva. Proprio Raquel ha lanciato il tema, che abbiamo poi scelto per il Convegno annuale. In aprile 2020 la pandemia era appena iniziata e probabilmente nessuno di noi immaginava che questa difficile situazione sarebbe durata così a lungo. Il coronavirus ha fatto sì che ci ritrovassimo improvvisamente confinati in casa, ha cancellato di colpo tutti i nostri rapporti sociali. Questo ha significato anche, per alcuni, l'impossibilità di allontanarsi da situazioni di disagio o maltrattamento. Nelle case per an-

ziani la dimensione di questo dramma ha raggiunto forme ancora più estreme, agli ospiti non è stato possibile ricevere visite per un lungo periodo di tempo, con tutte le conseguenze psicologiche che ciò comporta.

Il Covid inoltre ha probabilmente reso ancor più difficoltosa la segnalazione dei casi di maltrattamento (il portale "Vecchiaia senza violenza" ha registrato nel 2020 circa 200 casi di violenza ai danni degli anziani in Svizzera). Non possiamo però escludere che i numeri siano più alti di quelli delle statistiche e che una certa quantità di casi rimanga purtroppo sommersa. Auspichiamo che una maggior consapevolezza del problema a livello sociale possa incentivare la ricerca di soluzioni e soprattutto promuovere la prevenzione, facendo in modo che anche i familiari curanti possano avere un supporto per accudire al meglio i propri familiari.

Relatrici del nostro Convegno saranno **Carla Sargenti** e **Francesca Ravera**: con loro analizzeremo il fenomeno sia a domicilio che all'interno di strutture per anziani, approcciando il tema, come vedremo, da due differenti punti di vista per comprenderne le varie sfaccettature.

La prof.ssa Carla Sargenti è docente ricercatrice DEASS-SUPSI, già responsabile del percorso Advanced Studies in Gerontologia e Geriatria, SUPSI. La sua attività di ricerca fa riferimento prevalentemente all'abuso in ambito familiare e/o istituzionale, e affronta la tematica con un riguardo speciale a ciò che potrebbero essere i suggerimenti preventivi e le strategie da mettere in atto per far fronte a situazioni di sopruso o di violenza.

La dott.ssa Francesca Ravera è psicologa e psicoterapeuta. Svolge la sua attività professionale presso il servizio Promozione Qualità di Vita di ProSenectute. L'approccio della dott.ssa Ravera si rivolge più direttamente agli anziani coinvolti in prima persona, oppure ai famigliari e ai curanti che hanno in carico l'anziano in questione.

### Convegno AvaEva 2021:

**Tema:** Maltrattamento e abuso

**Quando:** 13 ottobre 2021, pomeriggio (seguirà l'orario esatto)

**Dove:** Casa del Popolo, Viale Stazione 31 - 6500 Bellinzona

**Iscrizioni:** scrivendo a [info@avaeva.ch](mailto:info@avaeva.ch) oppure chiamando lo 076/679 07 78.

L'evento è gratuito. Per l'organizzazione di questo Convegno abbiamo ricevuto un generoso supporto finanziario da parte del Consiglio Anziani del Canton Ticino, che ringraziamo di cuore. Vi aspettiamo!





## Un Natale illuminato

di Odille Pedrolì-Conrad

**S**i stava avvicinando il mese di dicembre\*. I bambini sapevano che tra poco avrebbero iniziato a contare i giorni che li separavano dalla grande festa, la festa di Natale! E già pensavano, con fratellini, mamme, papà e nonni, a tutte le cose belle e buone che avrebbero preparato per celebrare, tutti insieme, la grande Festa. Nei boschi, nelle campagne, nei prati l'aria era diversa. Si era fatto più freddo, il sole si faceva vedere raramente ed i suoi raggi non scaldavano più così tanto. Il cielo era spesso coperto di nuvole e la nebbia copriva sovente le colline. Gli alberi avevano ormai perso tutte le foglie e si stavano preparando al riposo invernale. Nelle notti sempre più fredde, con i rami cullati dal vento, gli alberi chiacchieravano tra di loro. Avevano ancora un compito da svolgere prima di riposarsi; dovevano dare il loro contributo alla grande Festa. Il grande faggio era contento: «La mia legna scaldierà tutte le case. Sarà un caldo Natale!» Il noce era soddisfatto. «Le mie noci faranno felici tutti i bambini. Sarà un gustoso Natale!» La piccola rosa di Natale gongolava: «I miei fiori decoreranno le case. Sarà un Natale colorato!» Tutti gli alberi e le piante avevano qualcosa da offrire ed erano felici. Sarebbe stata una grande e bellissima festa! L'abete se ne stava zitto, zitto e pensava: «Io che cosa posso dare? Non ho frutti da offrire ed i miei rami potrebbero pungere i bambini.» Pensava... diventava sempre più triste e si lamentava: «Che cosa posso fare? Che cosa posso dare?» Le nuvole bianche che sorvolavano il cielo stavano diventando grigie. L'aria fredda e umida le faceva diventare sempre più grosse. Il vento, che le spingeva una vicina all'altra, portava con sé anche le chiacchiere degli alberi. Le nuvole ascoltavano... Un giorno il vento portò anche un lamento, il la-

mento del grande abete: «Sono tanto triste, non ho nulla da offrire per la grande Festa... sono triste, triste...!» Le nuvole confabularono: «L'abete è triste, come possiamo aiutarlo?» Stringendosi sempre di più tra di loro liberavano piccole goccioline di pioggia, piccole lacrime per il grande abete triste. Le goccioline di pioggia sussurravano: «Venite con noi sorelline? Dobbiamo consolare il povero abete!» E tante piccole gocce incominciarono a scendere dal cielo. Il cielo era grande, immenso, lontano dalla terra, ma tutte insieme, una, dieci, cento, mille e mille gocce si staccarono dalle nuvole e si unirono scendendo. Il viaggio sarebbe stato lungo, lunghissimo, ma le gocce non avevano paura. Poco più in giù il vento del Nord con la sua aria freddissima le avvolse. Le goccioline rabbrivirono; l'aria fredda le faceva gelare! Diventarono presto piccole placchette gelate e continuarono a cadere dritte verso la terra. Poi, alle placchette che avevano sempre più freddo, spuntarono piccole braccia gelate, piccoli rami di ghiaccio, a destra, a sinistra, di fianco... Le placchette gelate si erano trasformate in piccole stelline che volavano leggere. Adesso ormai erano mille e mille piccole stelle, una diversa dall'altra, piccoli cristalli di ghiaccio che brillavano nel cielo. «Stiamo vicine, teniamoci per mano, arriveremo sulla terra tutte insieme!» E sui rami del verde abete si posarono tanti fiocchi, fatti di cristalli abbracciati, che gli dicevano: «Non essere triste, siamo qui per consolarti!» Meraviglia delle meraviglie! Il grande abete, con i rami coperti di fiocchi bianchi, piccoli cristalli di neve, brillava, illuminando tutto il bosco! Dalle finestre delle case bambini, nonni, mamme e papà ammiravano l'abete. L'abete non era più triste. Finalmente sapeva che cosa poteva offrire per la grande Festa. «La mia luce illuminerà le case. Sarà un Natale illuminato!»

\*Questa storia è un libero adattamento di una leggenda natalizia.