

Buon lavoro al centro vaccinazione

Maturi e vaccinati

LUIGI MATTIA BERNASCONI

Sono andato a vaccinarci come molti miei coetanei e, prima di me, tante persone anziane. Mi sono annunciato, a dirla in tutta sincerità mi ha annunciato mio figlio, che ha più dimestichezza di me con queste modalità comunicative informatizzate, e ho subito ricevuto conferma dell'iscrizione via SMS. Tempo un'oretta mi sono poi arrivate anche le date degli appuntamenti per l'iniezione del vaccino con le due dosi prenotate a distanza di un mese l'una dall'altra. Tutto perfetto. La tanto attesa, quasi agognata, scadenza per ricevere il vaccino anti-Covid era arrivata. Una cosa impensabile solo qualche mese fa quando si riteneva che per la sua scoperta sarebbero occorsi anni. Tutto accelerato anche grazie all'iniezione, questa volta in moneta sonante, di molti miliardi nella ricerca dell'antivirus da parte di molti stati. Meno bene invece sul fronte della produzione e della distribuzione con una serie di ritardi a livello europeo anche un po' sospetti dovuti in buona parte all'imperizia di burocrati e infettivologi chiamati a negoziare con le Big Pharma senza nessuna preparazione commerciale e contrattuale.

Il mio vaccino comunque è arrivato. Sono andato puntuale all'appuntamento, mi sono annunciato, ho con-



segnato i documenti necessari e mi sono messo in attesa davanti a uno dei numerosi box installati che mi era stato indicato. Tempo tre minuti ero pronto per la mia dose. Ancora qualche informazione per la sicurezza dell'operazione, qualche raccomandazione da parte dell'operatrice sanitaria e poi via: una bella punturina sulla spalla sinistra per evitare inconvenienti con il braccio destro che uso per scrivere e fare altro. Fatto! Ancora una

mezz'oretta in sala d'attesa prima di partire per essere sicuri che non ci fossero reazioni negative e poi fuori. Non prima però di aver preso un buon caffè e una tavoletta di cioccolata di produzione locale. Quasi una sorta di premio; come ai tempi della fanciullezza quando ti capitava di fare qualcosa di importante. In meno di tre quarti d'ora, minuto più minuto meno, avevo assolto una procedura alla quale mi ero avvicinato quasi con trepidazione anche per il gran parlare che se ne era fatto per mesi e mesi. Insomma ero soddisfatto per aver ricevuto la prima dose del vaccino ma anche per l'accoglienza e la gentilezza dei vari operatori preposti. Un'iniezione non solo vaccinale ma anche di fiducia. Ho pensato: anche questa finalmente è fatta! Effetti collaterali? Pochi, almeno nel mio caso. Un leggero dolore alla spalla sinistra e un po' di stanchezza nei giorni successivi. Qualche amico

mi ha raccontato di aver avuto anche alcune linee di febbre. Allora tutto finito? Tutto come prima? Per niente, almeno per il momento. Sembra che con la prima dose la protezione sia assicurata al 70 % e che con la seconda si vada oltre il 90 %. Una piccola percentuale di rischio di contrarre il virus rimane. Ho un figlio medico che è rimasto in contatto diretto con i malati di Covid per mesi senza nessun sintomo e, dopo aver preso entrambe le dosi del vaccino, si è beccato un po' inaspettatamente il virus suscitando comprensibile allarme tra familiari e colleghi con i quali era stato in contatto. Certo con una carica virale debolissima non più contagiosa che lo ha comunque costretto a una quarantena cautelativa. La dimostrazione comunque che il vaccino funziona. Tutto questo per dire che la strada è ancora lunga, che nei prossimi tempi dovremo ancora rispettare tutte le raccomandazioni fatteci nel corso di quest'anno pandemico: mantenere le distanze, mettere la mascherina, lavarsi frequentemente le mani fino a quando la stragrande maggioranza della popolazione sarà vaccinata e non si sarà raggiunta la ormai famosa immunità di gregge.

Solo allora potremo dire di avere superato questa pandemia, la prima grande tragedia collettiva per la mia generazione. Solo allora potremo ritrovare il piacere di una vita sociale attiva, vivere in una nuova normalità. ■

Mostra multimediale DA VINCI Experience

16 persone di GenerazionePiù hanno visitato la mostra multimediale Da Vinci Experience restando favorevolmente impressionate. Si pensa quindi di riproporre l'iniziativa in maggio, in data ancora da stabilire.

L'accesso sarà consentito in piccoli gruppi con cadenze orarie precise e la mostra si svolgerà rispettando tutte le normative anti Covid-19.

Si prega di annunciarsi entro fine aprile al segretariato cantonale 091 910 20 21 oppure info@generazionepiu.ch



Vaccinazione

Un patto di fiducia

Continuano questi giorni strani ormai diventati i mesi di un anno. Nel frattempo il vaccino non è più solo una speranza e chi esorta alla pazienza assicura di scorgere la luce in fondo al tunnel.

Tanto più lunghi sono i trafori quanto più diversi sono i luoghi, il clima e gli ambienti che essi collegano. Che tempo farà e che paesaggi troveremo al termine di questo metaforico tunnel temporale?

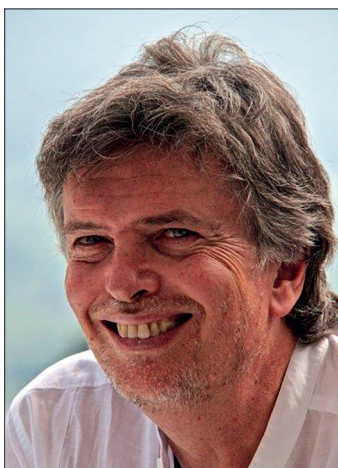
BRUNO BALESTRA

È più facile guardare nello specchietto retrovisore dei ricordi delle vecchie abitudini e immaginare, non appena controllato il virus, di riprendere il potere sulla natura e continuare a pianificare i nostri affari nella vecchia frenesia di un'abituale rincorsa al fare per organizzare il mondo a nostro favore.

Forse sarebbe però come sognare di percorrere un inutile traforo a ferro di cavallo che ci riporta al portale di partenza. È assai più difficile rinunciare ai rassicuranti pensieri automatici, che plasmano le nostre identità con i loro obiettivi e le diverse priorità, per osservare il presente e riflettere su una pandemia, che pur avevamo ipotizzato, ma alla quale per sicumera abbiamo trascurato di prepararci. Poco importa se è successo perché eravamo distratti da altri interessi prioritari o solo per pigra abitudine ma, se neppure sappiamo controllare noi stessi e stare attenti a pre-occuparci dei gravi scenari che pur riusciamo a prevedere, come possiamo illuderci di controllare quanto neppure conosciamo? Il coraggio dell'umiltà che sa accettare l'ignoranza, ci aiuta a riconoscere la nostra persistente fragilità con i bisogni e le contraddizioni che

definiscono le nostre scelte: ora le paure pigre che ripetono i medesimi errori, ora la grande capacità umana di affrontare con intelligenza il rischio di nuove realtà.

Se la scienza ha saputo trovare in tempo record non uno ma più vaccini, non ogni coscienza ha però saputo ritrovare la solidarietà. Per contingenze diverse legate anche all'età, alla salute o all'attività, vi è chi fa più fatica ad affrontare il cambiamento, chi ha bisogno di un capro espiatorio al quale addossare le colpe, chi preferisce negare la necessità di misure o addirittura la severità della malattia e, purtroppo, c'è sempre anche chi sfrutta difficoltà, bisogni e timori per aizzare gli animi, dividere gli intenti e incrinare la fiducia alla rincorsa di consensi politici e interessi particolari.



Un anno di pesanti limitazioni nelle relazioni umane, potrebbe averci aiutato a capire maggiormente quanto gli altri, che ci confrontano con il diverso da noi, siano fonte di nutrimento affettivo e intellettuale. Un nutrimento reciproco, essenziale al vivere sociale di una comunità, che è più della somma degli individui, ma può esistere solo nella consapevolezza del patto di fiducia fra tutti i suoi componenti. Tutti chiediamo sempre fiducia eppure, poco consapevoli che è la base del nostro quotidiano convivere, siamo spesso paurosi e più inclini a contare gli errori altrui per giustificare la sfiducia. La fiducia è un sentimento delicato, non sopporta i venti della paura né il gelo del controllo, ma può essere contagiosa e diventare solidarietà, coraggio e speranza.

La velocità con la quale sono stati realizzati i vaccini impedisce, per ora, di conoscerne gli effetti secondari e di prevenzione a lungo termine. A livello individuale è comprensibile che

la disponibilità a farsi vaccinare sia direttamente proporzionale al rischio per le conseguenze del Covid. A livello di società, ormai pandemicamente globale, per contenere il proliferarsi di mutazioni peggiori, sarebbe però necessario che anche chi corre meno pericoli per il virus, accetti il rischio del vaccino. Una scelta tutt'altro che facile. Lo scorso anno molti anziani, ghetizzati per affetto, hanno rivendicato la dignità di scegliere la qualità di vita per i giorni ancora nascosti nel loro calendario. La stessa libertà deve essere assicurata alle generazioni più giovani con un'agenda di vita da riempire.

La fiducia, antidoto della paura, sostituisce la libertà al controllo e consente la speranza in un mondo con meno epidemie di ingiustizie che colpiscono, addolorano e uccidono ancora più persone del Covid. Abbiamo già informazioni certe di disastri prevedibili nascosti nel futuro, come lo era questa pandemia. Sapremo essere più attenti e guardare oltre i confini dello spazio e del tempo di un tunnel infilato ben prima di questo virus?

Una responsabilità che ci chiede di vincere la paura più grande, quella di cambiare noi e avere fiducia nel coraggio di saperlo fare. ■

Info attività

Nel rispetto delle nuove disposizioni federali, GenerazionePiù nei prossimi numeri de «il Lavoro», proporrà una serie di corsi e attività per il 2021, che si svolgeranno presso il Centro diurno di Via Lambertenghi e in generale nel Luganese.

Queste proposte sono destinate ai «giovani pensionati attivi» interessati al movimento, alla cultura e alle nuove tecnologie e sono rivolte a tutti i soci di GenerazionePiù del Canton Ticino.

Agenda Cantonale

Ernst Ludwig Kirchner

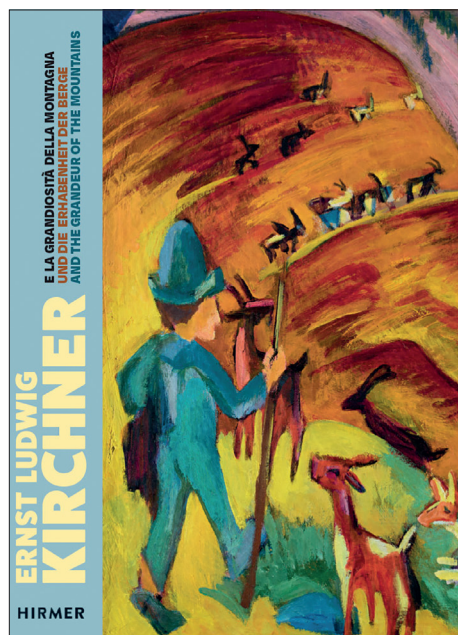
L'esposizione

La Fondazione Braglia presenta al pubblico per la prima volta l'esposizione Ernst Ludwig Kirchner e la grandiosità della montagna. Si focalizza sulla produzione di Kirchner durante il suo soggiorno nelle Alpi svizzere dal 1917 al 1938. Il percorso espositivo delle 67 opere di Kirchner è suddiviso in quattro argomenti: i pastori, la vita alpina, i personaggi e il paesaggio alpino.

La collezione Braglia

La collezione di Gabriele e Anna Braglia vanta oltre duecentocinquanta opere tra le quali vanno ricordati lavori di artisti di grande interesse sia italiani che internazionali. Negli ultimi 25 anni Gabriele e Anna si sono avvicinati all'Espressionismo tedesco.

La mostra si terrà dal 1. aprile al 31 luglio 2021. GenerazionePiù è intenzionata alla visita durante il mese di giugno. Gli interessati sono pregati di annunciarsi presso il segretariato cantonale allo 091 910 20 21 oppure info@generazionepiu.ch



GenerazionePiù-Anziani OCST

Segretariato Cantonale

Sezione Lugano e Centro diurno

Via Lambertenghi 1 - 6901 Lugano
Tel. +41 91 910 20 21
www.generazionepiu.ch
info@generazionepiu.ch
lugano@generazionepiu.ch
centrodiurno.lugano@generazionepiu.ch

Sezione Tre Valli

Contrada Cavalier Pellanda 2
6710 Biasca
Tel. +41 91 873 01 20
Fax +41 91 873 01 29
trevalli@generazionepiu.ch

Sezione Bellinzona

P.za Giuseppe Buffi 4-6500 Bellinzona
Tel. +41 91 821 41 51
Fax +41 91 821 41 59
bellinzona@generazionepiu.ch

Sezione Locarno

Via Lavizzari 2 - 6600 Locarno
Tel. +41 91 751 30 52
Fax +41 91 751 49 28
locarno@generazionepiu.ch

Sezione Mendrisio

Via Giuseppe Lanz 25 - 6850 Mendrisio
Tel. +41 91 640 51 11
Fax +41 91 646 74 52
mendrisio@generazionepiu.ch

Agenda Centro diurno Lugano

Servizio di podologia Pro Senectute Ticino e Moesano

Il nostro servizio, riservato ai beneficiari di una rendita AVS/AI, si occupa della cura del piede per alleviarne il dolore e migliorare la deambulazione. Le tariffe agevolate, concordate con l'amministrazione cantonale, variano in base alla situazione economico-patrimoniale dei richiedenti.

Per informazione e appuntamenti:

Lugano Via Vanoni 8/10 091 912 17 17

Altre informazioni consultando il sito: www.prosenectute.org

Prossimi appuntamenti: lunedì 3 maggio, giovedì 17 giugno


 PRO
SENECTUTE
PIÙ FORTI INSIEME

Ginnastica dolce

Per tutti gli «over 60»: esercizi di equilibrio, rinforzo muscolare, allenamento della memoria, etc. (in prevalenza da seduti). **Il mercoledì dalle 9.30 alle 10.30** presso il Salone OCST. Siamo in grado di assicurare le dovute distanze fra le partecipanti.

Informazioni: Segretariato di Pro Senectute telefono 091 912 17 17 oppure 091 910 20 21.


 generazionepiù
Anziani-OCST

Sempre aggiornati sulle nostra attività.

Visitate il nostro sito: www.generazionepiu.ch

Pranziamo insieme

Volete pranzare in compagnia e in sicurezza? Nel nostro Centro diurno potete farlo a soli 12.- franchi più bibite. Il menu viene pubblicato sul nostro sito. Iscrizioni: entro le ore 12.00 del giorno precedente. Per il lunedì l'iscrizione va fatta entro il sabato precedente, ore 12.00.