

“Vademecum”
2007

L’anziano

e la sicurezza



Indice

Fiori di riconoscenza sul grande albero dell'OCST	pag. 3
Romano Rossi	
Sicurezza: forse è giunto il momento di cambiare	pag. 4
Giacomo Falconi	
Riflessione iniziale: tra precarietà e insicurezza	pag. 5
L'anziano nel contesto urbano: esiste una «geografia della paura»	pag. 6
Romano Piazzini	
Preveniamo la criminalità: un impegno per tutti noi	pag. 8
Claudio Franscella	
Un'immagine sbagliata: più «in pericolo» che «un pericolo» ...	pag. 12
Pericoli in casa: non snobbare gli elettrodomestici	pag. 15
Flavio Ercolani	
Sicurezza vuol dire anche fiducia in un'esistenza serena	pag. 17
Ovidio Biffi	
Una sicurezza per l'eternità	pag. 19
don Emilio Conrad	

Questa pubblicazione è stata realizzata grazie ai seguenti contributi:

Repubblica e cantone Ticino
DECS



Organizzazione
Cristiano-Sociale
Ticinese



Finito di stampare il 4 dicembre 2007, giorno di Santa Barbara.

Fiori di riconoscenza sul grande albero dell'OCST

Romano Rossi

Presidente OCST

Gli altri anni, accingendomi alla prefazione dedicata ai lettori del Vademecum, seguivo una regola molto semplice: breve sorvolo dei temi trattati e felicitazioni per gli spunti di riflessione che i vari autori e collaboratori avevano presentato.

Quest'anno mi permetto uno strappo a questa regola. Non perché il tema scelto sia meno interessante (la sicurezza è uno dei pilastri della società, non solo per gli anziani) o perché i contributi risultino meno validi. Ma perché voglio privilegiare un altro argomento.

Qualcuno ha scritto che la riconoscenza è un fiore che cresce sull'albero dell'amicizia e per questo ha lo straordinario privilegio di recare gioia sia in chi la dona sia in chi la riceve. Allora, trovandomi fra amici e rivolgendomi ad amici, credo di poter sfruttare l'occasione per evidenziare tre di questi fiori della riconoscenza cresciuti tra i rami e le fronde dell'amicizia che regna all'interno del grande albero dell'OCST.

Il primo di questi fiori porta il nome della cara e indimenticabile Mara Valente, la segretaria cantonale dell'AAPI prematuramente scomparsa la primavera scorsa. Mara Valente, oltre a grande stima per le idee e le energie spese a beneficio di tutta l'organizzazione cristiano-sociale, sicuramente si è meritata anche riconoscenza per la straordinaria generosità con cui ha guidato l'AAPI sino all'ultimo. Io sono certo che, ricevendo questo omaggio, lei lo avrebbe a sua volta «girato» al Vademecum, diventato il suo strumento, il veicolo con il quale Lei riusciva ad arrivare al cuore degli anziani, a capire meglio quei bisogni e quei problemi che sovente, pur nella loro semplicità, sono i più difficile da individuare e da affrontare.

Il secondo fiore della riconoscenza è quello nato dall'attenzione costante e le premure che tutti i dirigenti dell'OCST continuano a riservare agli anziani. Credetemi: non è cosa scontata in una società che tende ad allargare sempre più i perimetri dei «rami secchi» da tagliare, succube di attivi da realizzare, di strategie sempre meno aperte alle reali attese e ai bisogni, non solo materiali, della popolazione. Queste scelte evidenziano e rafforzano la validità della componente cristiana del nostro sindacato, fonte di ispirazione del suo agire in favore di una società che riesca veramente a mantenere l'uomo, con tutti i suoi bisogni, anche morali e spirituali, al centro delle sue attività.

Il terzo fiore della riconoscenza spunta dalla somma delle considerazioni fatte sinora. Di solito i riconoscimenti vengono elargiti in occasione delle ricorrenze. Tuttavia, anche se il traguardo del suo 25.mo anno di attività è solo alle porte, anche l'AAPI e tutte le persone direttamente coinvolte in questa associazione meritano sin d'ora un riconoscimento, oltre che un plauso e un ringraziamento. Ciò vuol essere di sprone affinché anche in futuro l'AAPI riesca a garantire dedizione e continuità alla sua preziosa attività di sostegno agli anziani.

Sicurezza: forse è giunto il momento di cambiare abitudini ...

Giacomo Falconi

Presidente cantonale AAPI-OCST

«Dispiace un po', soprattutto perché non siamo abituati a questo genere di fatti. Da queste parti la gente va ancora a dormire senza preoccuparsi di sbarrare la porta. Ma forse è giunto il momento di cambiare abitudini». È la cronaca del Giornale del Popolo del 29.08.2007 che riportava la notizia dei furti nelle chiese in Valle di Muggio.

Sì, l'evoluzione della società e il progresso tecnologico hanno mutato il concetto di sicurezza. La sicurezza non si limita più a quella fisica e ai furti. Oggi occorre padroneggiare i nuovi mezzi che il progresso ci propone e talvolta ci impone: telefonini, internet, ecc. È importante saper percepire i rischi inerenti reati, truffe, raggiri, contratti d'acquisto.

Essere sicuri sul modo di comportarsi, non avere qualcuno a cui rivolgersi per chiedere consigli, è causa di insicurezza. L'insicurezza è fonte di disagio, genera preoccupazione che può essere causa di turbamento mentale e avere anche ripercussioni negative sulla salute.

Sotto questo aspetto i soci della nostra Associazione Anziani hanno il privilegio di poter contare su una fonte affidabile: l'OCST. I suoi servizi sono sempre disponibili per consigliare al meglio chi necessita di chiarimenti. E in questo suo impegno si inserisce anche la decisione di fornire, tramite questa edizione del Vademecum, una raccolta di nozioni e di informazioni nell'ambito, il più ampio possibile, della sicurezza.

L'incarico di curare il Vademecum 2007 è stato affidato al signor Ovidio Biffi, già redattore del Giornale del Popolo e direttore del settimanale Azione.

L'AAPI-OCST lo ringrazia per la disponibilità e gli esprime sentita gratitudine.

Riflessione iniziale: tra precarietà e insicurezza

Moltissime persone vivono sempre più a lungo e questa realtà comporta un nuovo spettro di condizioni, bisogni, esigenze a cui la società moderna cerca di rispondere adeguando e migliorando le strutture che già si occupano della popolazione anziana. Il pensionamento, l'allontanamento dai figli, le difficili condizioni di salute e i problemi di mobilità spingono gli anziani a perdere ogni tipo di ruolo sociale e ogni forma di aspettativa per il loro futuro. È questa una delle principali cause delle apprensioni e dei disagi che hanno come prima fonte la solitudine o comunque il progressivo isolamento.

Avvertendo come incerta la sua condizione esistenziale, l'anziano si convincerà che è impossibile superare ogni tipo di ostacolo e trasformerà la propria vita in una realtà precaria: perderà l'autonomia a cui si era abituato nell'età adulta, smetterà di parlare o comunicare per la difficoltà di raggiungere gli altri, si allontanerà da ogni forma d'interesse, abbandonandosi alla ritmicità di giorni che perdono ogni significato e ogni intensità, divenendo solo periodi temporali. Tutto ciò può portare l'anziano dapprima a stati di insicurezza poi a forme di depressione sempre più gravi, acute dall'inappetenza e dai disturbi del sonno, da forme d'ansia e d'irritabilità, nonché da tensioni che spesso sfociano in veri e propri attacchi di panico.

A lungo andare, questi sintomi derivati dalla cattiva percezione di sé arrivano a ledere la libertà individuale e sociale di ogni soggetto in età avanzata, negandogli il diritto a un invecchiamento sano inteso come processo esistenziale di estrema serenità. Del resto, le persone si differenziano non solo per il loro patrimonio genetico, il loro carattere e la loro età, ma anche per la storia vissuta e soprattutto per la situazione socio-ambientale nella quale attualmente si trovano. A influenzarle, tuttavia, non è l'ambiente oggettivo, la realtà in sé ma il modo in cui esse la percepiscono, il modo cioè in cui interpretano le situazioni a cui appartengono e con le quali vengono identificate collettivamente.

Crediamo utile concludere questa semplice analisi con un'ultima e semplice avvertenza: se ci si trova in condizioni simili o se si è vicini a persone che vivono queste situazioni di perdita della sicurezza è necessario intervenire subito senza esitare rivolgendosi a un esperto per una consulenza, per individuare strategie e per approntare possibili rimedi.

Testo tratto e liberamente adattato
dal sito web della dottoressa
Antonia Roberti di Roma
(www.studioantoniaroberti.it)

L'anziano nel contesto urbano: esiste una «geografia della paura»

Romando Piazzini

Comandante della Polizia Cantonale

Come il resto dell'Europa, il nostro Paese subirà nei prossimi decenni un significativo invecchiamento della popolazione residente.

Secondo i pronostici più verosimili, la popolazione svizzera passerà dagli attuali 7,4 milioni a 8,2 milioni nel 2036 per poi stabilizzarsi a 8,1 nel 2050.

Nei prossimi 20 anni l'entrata progressiva nella terza e quarta età delle generazioni del baby-boom sarà all'origine di un'importante crescita degli over 65 che raggiungeranno i 2,2 milioni d'unità, il che si traduce in un quasi raddoppio percentuale, dal 14% ancora nel 1980 al 27% dell'intera popolazione entro il 2040.

D'altro canto, l'aspettativa di vita in Europa crescerà sia per gli uomini che per le donne di circa 5 anni, mediamente a 80 anni per i primi e 85 per le seconde.

Il fenomeno dell'invecchiamento deve quindi rientrare anche nelle strategie di sicurezza, in particolare nelle strategie legate al contesto urbano, in cui esiste una sorta di "geografia della paura" relativamente ai luoghi in cui gli anziani si sentono più insicuri, senza dimenticare che questo sentimento viene ulteriormente rafforzato dalla loro crescente solitudine e ridotta mobilità.

Secondo i sondaggi di vittimizzazione, i principali problemi che preoccupano gli svizzeri sono, nell'ordine, la situazione economica e la disoccupazione, la sicurezza e la criminalità, l'immigrazione e l'integrazione degli stranieri.

Le differenze tra un gruppo d'età e l'altro sono minime. Diversa invece è la situazione fra gruppi d'età per quanto riguarda più specificamente il capitolo criminalità, dove a dominare le pauri sono i furti, seguiti da aggressioni e scippi, spaccio di droga, vandalismi e criminalità organizzata.

A questo riguardo l'apprensione cresce, seppur leggermente, con l'età.

Un'apprensione che si traduce in un sentimento di insicurezza anche a camminare soli, la sera, nel proprio quartiere, ma il cui fattore predominante non è l'età avanzata, bensì l'essere donna, l'aver subito un delitto contro la persona, il non avere un'attività professionale, o l'essere scontenti del lavoro della polizia.

Il confronto con i tassi di vittimizzazione mostra in effetti che, al di fuori di alcuni temi specifici (quali scippi e truffe), gli anziani subiscono proporzionalmente meno reati. Quali strategie andranno quindi messe in cantiere per garantire anche in futuro sicurezza alle fasce d'età più avanzate ?

Secondo Giuseppe Roma, direttore generale della fondazione Censis Italia: "Chiara è la percezione di quali interventi possano offrire una sponda di rassicurazione.

Innanzitutto, la certezza che il controllo del territorio sia saldamente nelle mani dello Stato, attraverso la continua presenza delle forze dell'ordine.

Fra i soggetti istituzionali sono proprio le forze di polizia a rappresentare il riferimento in cui viene riposta la più grande fiducia da parte dei cittadini. Il presidio del territorio va accompagnato da un funzionamento della giustizia che garantisca l'effettiva punibilità di chi compie i reati, ma anche da politiche di prevenzione sociale rivolte ai soggetti più a rischio, il risanamento dei quartieri degradati dove lo stato dei luoghi costituisce ragione di pericolosità e infine una maggiore attenzione agli aspetti informativi".

Proprio in quest'ottica informativa s'iscrive la presente pubblicazione che felicemente si affianca agli sforzi profusi dalla polizia cantonale volti ad informare sui pericoli e indicare nel contempo come proteggersi adottando le opportune misure preventive.

Preveniamo la criminalità: un impegno per tutti noi

Claudio Franscella

Segretario cantonale AAPI-OCST

La Svizzera, che è fortunatamente ancor oggi uno dei Paesi più sicuri d'Europa, è confrontata sempre più ad un costante e graduale aumento della criminalità e della violenza. La nostra società ci ha spinti a rendere sempre più flessibili, rapidi e aperti i traffici, i commerci e gli spostamenti. Una parte importante della nostra economia dipende dalla mobilità delle persone, rispettivamente dalla presenza sul nostro territorio di manodopera estera. Da queste situazioni di mobilità e di apertura nascono quindi nuove minacce per la nostra società. Gli anziani, che sono soprattutto vittime della piccola criminalità, sono preoccupati per la loro integrità fisica o per il rischio di subire violenze o furti e provano spesso un sentimento di paura e insicurezza.

Diventa perciò importante e opportuno informarsi sui pericoli e nel contempo proteggersi.

Mi rifaccio quindi all'opuscolo edito dalla Polizia cantonale "Sicurezza nella terza età" per illustrare alcune importanti e utili misure preventive:

1) FURTI IN GENERALE

I furti in generale occupano tuttora il primo posto nella statistica criminale. Vengono commessi ovunque si trovino denaro e oggetti di valore: in casa, nella strada, in viaggio, nei luoghi di lavoro, durante le manifestazioni e, spesso, durante gli acquisti. I ladri colgono ogni occasione propizia per sorprendere le loro vittime. Agiscono spesso da soli, ma possono pure operare in bande organizzate, specie quando cercano di ingannare o distrarre le vittime.

Consigli: tenete il portamonete nelle tasche interne degli abiti e, possibilmente, in tasche munite di cerniera. Portate con voi poco contante e pagate somme importanti con la carta di credito.

2) BORSEGGIO: ATTENZIONE ALLE FOLLE!

I borseggiatori sono furbi. Sanno distrarre le loro vittime con vari espedienti e diversivi. Agiscono preferibilmente in luoghi affollati e adocchiano persone che esibiscono noncuranti il portafoglio.

Essi approfittano della calca e della confusione per mandare a segno il loro misfatto a sorpresa, senza farsi notare. I borseggiatori prediligono i mezzi di trasporto pubblici, le fermate degli autobus, le stazioni e le grandi manifestazioni: tutti luoghi nei quali risulta loro facile estrarre portafogli e documenti dalle borsette e dalle tasche.

Consigli: portate con voi solo denaro strettamente necessario. Non lasciatevi distrarre. Quando fate la spesa non lasciate incustodita la vostra borsetta, ma stringetela a voi tenendo l'apertura verso il corpo. Levate il portamonete dalla borsa e riponetelo in una tasca interna dei vostri abiti. Se vi accorgete di essere appena stati derubati non esitate a gridare "al ladro"!

Raccomandazioni a tutti coloro che sono interessati o si occupano di sicurezza della popolazione anziana.

I consigli della Polizia contro le truffe agli anziani.

1. Non aprite subito la porta di casa a sconosciuti anche se vestono un'uniforme o dichiarano di essere dipendenti di aziende di pubblica utilità.
2. Verificate sempre con una telefonata da quale servizio sono stati mandati gli operai che bussano alla vostra porta e per quali motivi. Se non ricevete rassicurazioni non aprite per nessun motivo.
3. Ricordatevi che nessun Ente manda personale a casa per il pagamento delle bollette, per rimborsi o per sostituire banconote false date erroneamente.
4. Non fermatevi mai per strada per dare ascolto a chi vi offre facili guadagni o a chi vi chiede di poter controllare i vostri soldi o il vostro libretto della pensione anche se chi vi ferma e vi vuole parlare è una persona distinta e dai modi affabili.
5. Quando fate operazioni di prelievo o versamento in banca o in un ufficio postale, possibilmente fatevi accompagnare, soprattutto nei giorni in cui vengono pagate le pensioni o in quelli di scadenza generalizzate.
6. Se avete il dubbio di essere osservati fermatevi all'interno della banca o dell'ufficio postale e parlatene con gli impiegati o con chi effettua il servizio di vigilanza. Se questo dubbio vi assale per strada entrate in un negozio o cercate un poliziotto ovvero una compagnia sicura.
7. Durante il tragitto di andata e ritorno dalla banca o dall'ufficio postale, con i soldi in tasca, non fermatevi con sconosciuti e non fatevi distrarre.
8. Ricordatevi che nessun cassiere di banca o di ufficio postale vi insegue per strada per rilevare un errore nel conteggio del denaro che vi ha consegnato.
9. Quando utilizzate il bancomat usate prudenza: evitate di operare se vi sentite osservati.
10. Per qualunque problema e per chiarire qualsiasi dubbio non esitate a chiamare il 117, ognuno è pronto ad aiutarvi.

3) FURTO CON DESTREZZA: NON APRITE LA PORTA A CHIUNQUE!

I ladri che agiscono con destrezza si comportano come i borseggiatori, cercando di distrarre le loro vittime con vari stratagemmi. Ricorrono spesso a ogni sorta di pretesti per introdursi in casa o nell'appartamento. Sono uomini o donne che operano in modo rapido e mirato. In un baleno e senza che ve ne accorgiate vi distraggono e vi derubano del denaro, dei gioielli e degli altri oggetti di valore. Essi osservano talvolta le loro vittime già prima del reato, scegliendo in seguito il momento più opportuno per compierlo.

Consigli: non lasciatevi distrarre né nella strada né sulla porta di casa. Non aprite agli estranei. Fatevi mostrare già davanti alla porta d'entrata i documenti e verificateli con cura. Munite la porta d'entrata di una catenella di sicurezza. Lasciate entrare solo operai che avete chiamato voi stessi o che sono stati annunciati dall'amministratore. Se necessario telefonate alle ditte. In caso di dubbio componete il 117.

4) FURTO CON SCASSO: PREVENIRE È BENE, CONTROLLARE È MEGLIO!

Le finestre aperte e le porte non chiuse a chiave consentono ai ladri di introdursi nella casa o nell'appartamento senza effrazione. L'imprudenza dei proprietari facilita loro l'accesso agli spazi privati. Il bottino più ricercato sono il denaro e i gioielli, che i ladri sperimentati non faticano

a scoprire. I ladri non agiscono solo nelle abitazioni private ma anche nei luoghi di vacanza, ospedali e case di cura.

Soprattutto in questi ultimi penetrano nelle camere e negli spazi comuni, dove pure cercano oggetti di valore. Attenzione: per distrarre più facilmente le loro vittime i ladri agiscono spesso in gruppo!

Consigli: evitate di tenere in casa grandi somme di denaro e i gioielli di famiglia. depositate i vostri valori in banca. Nei luoghi di soggiorno – soprattutto negli ospedali e nelle case per anziani – consegnateli alla ricezione affinché vengano custoditi nel tesoro.

Consigli a figli, nipoti e parenti stretti

1. Non lasciate soli i vostri anziani, anche se non abitate con loro fatevi sentire spesso e interessatevi ai loro problemi quotidiani.
2. Ricordategli sempre di adottare tutte le cautele necessarie nei contatti con gli sconosciuti. Se hanno il minimo dubbio fategli capire che è importante chiedere aiuto a voi, ad un vicino di casa oppure contattare la polizia (o chiamare il 117).
3. Ricordate che, anche se non ve lo chiedono, possono avere bisogno di voi.

5) FURTO CON SCASSO: NON FACILITATE L'OPERA DEGLI SCASSINATORI!

Gran parte delle effrazioni compiute in Svizzera avrebbero potuto essere evitate adottando misure di protezione che rendessero difficile, se non impossibile, l'accesso agli scassinatori. È sufficiente verificare i punti deboli delle porte e delle finestre, e quindi rafforzarli mediante dei dispositivi efficaci. Gli scassinatori non agiscono solo di notte, ma sempre più spesso anche alla luce del giorno. Essi osservano se le case e gli appartamenti sono occupati e studiano le abitudini e il comportamento dei proprietari. Prima di uscire di casa accertatevi dunque di avere veramente chiuso tutte le porte e le finestre.

Consigli: verificate anzitutto la sicurezza delle vostre porte e finestre. Quando uscite di casa chiudetele tutte, accertandovi di averle veramente chiuse anche in caso di brevi assenze. All'imbrunire chiudete le persiane o le tapparelle e simulate una presenza: accendete delle lampade, inserite la radio. Contattate la polizia o uno specialista per farvi consigliare.

Consigli ai vicini di casa

1. Se nel vostro palazzo abitano anziani soli, scambiate ogni tanto con loro quattro chiacchiere. La vostra cordialità li farà sentire meno soli.
2. Se alla loro porta bussano degli sconosciuti esortateli a contattarvi subito per chiarire ogni dubbio. La vostra presenza li renderà più sicuri.
3. Segnalate alla polizia ogni circostanza anomala o sospetta che coinvolga l'anziano vostro vicino di casa.

6) INVESTIMENTI DUBBIOSI: LA TRUFFA È IN AGGUATO!

Le persone anziane sono spesso vittime di abili truffatori che promettono facili guadagni. Capita anche che vengano imbrogliate da venditori o rappresentanti poco seri che le spingono a concludere rapidamente un affare. Ciò avviene solitamente nell'ambito di trattative condotte a voce sul luogo di lavoro, nell'abitazione privata, in occasione di manifestazioni all'aperto, durante le gite a scopo di promozione commerciale oppure in strada. Ricordatevi: ciò che avete firmato sull'uscio di casa potrebbe presto rivelarsi un contratto capestro e riservarvi brutte sorprese. Lo stesso vale per proposte analoghe fatte per telefono.

Consigli: fate appello al buon senso e diffidate delle offerte troppo allettanti! Non lasciatevi impressionare né turbare. E non firmate nulla subito, soprattutto se non avete capito bene di che si tratta. Concedetevi il tempo per riflettere e chiedere consigli. Ricordate che una firma non è mai solo una semplice formalità. Se necessario chiedete a un vicino o conoscente di farvi da testimone. Se vi hanno derubato o truffato chiamate subito la polizia!

Consigli per gli impiegati di banca o di uffici postali

1. Quando allo sportello si presenta un anziano e fa richiesta spropositata di denaro contante, perdetevi un minuto a parlare con lui. Basta poco per evitare un dramma.
2. Spiegategli che all'esterno di banche ed uffici postali nessun impiegato effettua controlli.
3. Per ogni minimo dubbio esortateli a contattarvi.

7) AIUTO TRA VICINI: UN PEGNO PER LA SICUREZZA COMUNE

Date prova del vostro senso di responsabilità anche nei confronti dei vicini. Il buon vicinato comporta anche l'aiuto reciproco. Fate il primo passo verso una maggiore sicurezza. Molti truffatori contano sul fatto che le persone anziane vivono spesso sole e hanno pochi contatti con i vicini. Ma ciò non deve necessariamente essere il vostro caso. Coltivare rapporti di buon vicinato serve a prevenire i reati. Infatti, le persone che si conoscono sono più attente e avvertono se vi è qualcosa di strano. Promuovete il mutuo aiuto fra i vicini. Parlate della sicurezza con gli abitanti del vostro palazzo e di quelli vicini e scambiate con i vicini che abitano nel vostro palazzo o nella vostra via i numeri telefonici e informazioni sui momenti in cui siete assenti. Attenzione e aiuto reciproci fanno guadagnare a tutti maggiore sicurezza e qualità di vita.

Consigli: coltivate i rapporti di buon vicinato. Prestate attenzione ai rumori insoliti nelle vostre vicinanze o nell'abitazione adiacente alla vostra, specie quando i vicini sono assenti. In un palazzo d'appartamenti tenete chiuso il portone d'entrata anche di giorno. E prima di azionare l'apriporta verificate chi chiede di entrare. In caso di dubbio avvertite immediatamente la polizia.

Ecco, quindi, alcuni consigli utili per prevenire sgradite sorprese. La battaglia per la sicurezza si può vincere con una polizia forte e con la prevenzione che ognuno di noi può adottare, ma pure con il recupero di valori, di etica e di responsabilità all'interno della società. Un impegno quest'ultimo che ognuno di noi, giovane o anziano, deve continuare a portare avanti. Crediamoci tutti assieme!

Un'immagine sbagliata: più «in pericolo» che «un pericolo»

Nel novembre dello scorso anno Infosuisse, il portale internet che offre informazioni e contatti riguardanti la nostra nazione, ha presentato uno studio curato dall'Associazione traffico e ambiente (ATA) che, in estrema sintesi, evidenziava questo risultato: GLI ANZIANI SONO LA CATEGORIA PIÙ A RISCHIO SULLE STRADE E, CONTRARIAMENTE A QUANTO MOLTI CREDONO, NON UN POTENZIALE FATTORE D'INCIDENTI.

Lo studio ricordava che nel 2004 due pedoni investiti e uccisi su tre avevano più di 65 anni, che le persone in età pensionabile che avevano perso la vita sulle strade svizzere in totale erano 122, di cui 59 erano a piedi, 35 al volante, 17 in bicicletta e sei in moto.

Alla luce di questi dati ho ritenuto utile riproporre le considerazioni che Infosuisse aveva presentato in quell'occasione.

Il pubblico ha spesso una falsa immagine della realtà: gli anziani sono percepiti come dei pericoli pubblici, che provocano continuamente degli incidenti. "Bambina investita da un pensionato": titoli del genere provocano irritazione e scatenano richieste di controlli più severi nei confronti degli anziani.

L'ex consigliera nazionale Angeline Fankhauser, co-presidente della Federazione delle associazioni dei pensionati e d'autoaiuto in Svizzera (FARES) sostiene che l'urbanizzazione attuale esclude gli anziani: "Sarebbe meglio, per ragioni di salute e per evitare l'isolamento, che le persone anziane conservassero la propria mobilità. Ma ciò è in contraddizione con le possibilità esistenti di spostarsi in tutta sicurezza nello spazio pubblico".

È incontestabile che con l'età alcune facoltà diminuiscono, come la vista e la rapidità delle reazioni. E spesso aumentano i problemi generali di salute. Ma gli anziani in genere adottano strategie di compensazione: come mostra lo studio citato, la maggior parte di loro è infatti ben cosciente dei propri punti deboli e prende dunque meno rischi.

Ad esempio molti si spostano meno di notte, viaggiano raramente quando piove o quando il traffico è più intenso. Scelgono tragitti noti e guidano più lentamente.

Tuttavia i rischi in cui incorrono gli automobilisti di ferirsi gravemente aumenta con l'età.

Dai 75 anni in poi capitano loro incidenti simili a quelli dei giovani che hanno preso da poco la patente.

Ecco i consigli che l'UPI (Ufficio svizzero per la prevenzione degli infortuni) rivolge alle persone anziane che desiderano avere sempre maggior sicurezza per la loro mobilità in auto.

- A partire dai 60 anni, sottoponetevi annualmente a un check-up medico e lasciate controllare la vostra vista da un oculista.
- Se dovete assumere dei medicinali, osservate attentamente il foglio illustrativo e informatevi sugli eventuali effetti riguardanti la capacità di guida.
- Badate, specialmente di notte, che i fari, il parabrezza e gli specchietti retrovisori (interno ed esterni) siano puliti.
- Un'automobile equipaggiata di cambio automatico, di specchietti retrovisori esterni regolabili elettronicamente nonché un sedile regolabile nell'altezza facilita la guida.
- Precedete abbastanza tempo per il viaggio ed evitate possibilmente le ore di punta. Spezzate i viaggi lunghi con delle pause.

- Fate molta attenzione nello svoltare a sinistra, nei sorpassi e nei cambi di corsia.
- Mantenete sempre una distanza sufficiente rispetto al veicolo che precede (distanza di sicurezza = mezza velocità; ciò corrisponde circa a una distanza di 2 secondi rispetto al veicolo che precede). In questo modo, vedete meglio cosa succede davanti a voi e, per di più, i fari e il parabrezza si sporcano meno.
- Chi guida non beve, chi beve non guida!
Se siete invitati a una festa e volete bere delle bevande alcoliche, lasciate a casa l'automobile e fatevi accompagnare a casa in tutta sicurezza da un parente, conoscente o un tassì.
- Frequentate un corso di aggiornamento per rinfrescare le nozioni teoriche sulle norme della circolazione stradale.

Nella pelle dei più deboli

Un progetto della sede dell'ATA di Ginevra mostra quanto sia limitata la mobilità delle persone più fragili: alcuni bambini e adolescenti si sono caricati dei pesi sulle spalle e hanno indossato occhiali con lenti deformanti. L'esperimento doveva servire a renderli più coscienti delle difficoltà che incontrano gli anziani o le persone malate nel traffico cittadino.

L'arredo urbano è un problema: raramente è adatto ai bisogni degli anziani. Le panchine sono troppo poche, gli ostacoli come gradini e scale poco visibili, i semafori scattano troppo in fretta sul rosso. Isole di sicurezza al centro dei passaggi pedonali o un tempo di durata per attraversare la strada un po' più lungo sono d'aiuto.

Invecchiamento della popolazione

Il bilancio dello studio eseguito dall'ATA è che in futuro, con l'invecchiamento progressivo della popolazione, gli errori commessi tipicamente da persone anziane sono destinati ad aumentare, come ad esempio il non rispetto della precedenza.

Invece diminuiranno probabilmente gli incidenti legati al consumo d'alcol o all'eccesso di velocità, problemi questi dei guidatori i più giovani.

La sicurezza stradale dovrà imperativamente tener conto dei bisogni degli anziani: sensibilizzando maggiormente gli altri utenti della strada e gli anziani stessi. I pedoni che si sentono meno sicuri dovranno imparare a manifestarsi di più con dei segni della mano e attendere che le auto siano ferme, prima di iniziare ad attraversare la strada.

Per avere sempre la maggior sicurezza quando si muovono come pedoni in strada

- Sul marciapiede, mantenete la distanza più grande possibile dalla carreggiata. Un'involontaria deviazione verso la strada, dovuta a un malessere, potrebbe avere conseguenze gravi.
- Prima di attraversare la strada accertatevi che il veicolo sopraggiungente riesca a fermarsi davanti al passaggio pedonale. Segnalate l'intenzione di voler attraversare la strada e accedete poi con decisione sulle zebre.
- Anche se un veicolo si ferma, non mettetevi in moto senza prestare attenzione ai veicoli che sorpassano e al traffico proveniente dal senso contrario.
- Non attraversate mai la strada immediatamente davanti o dietro un tram o bus. Solo così vi è possibile vedere gli altri veicoli.
- Quando il semaforo presso imbocchi e incroci è verde, badate ai veicoli che svoltano.

- Non attraversate mai la strada a semaforo rosso. Nemmeno se perdete il bus.
- Non immettetevi mai improvvisamente sulla carreggiata se una fila di auto parcheggiate ostacola la vista. Se attraversate la strada in un punto sprovvisto di passaggio pedonale, i veicoli hanno la precedenza.
- Su una strada priva di marciapiede, camminate sul bordo sinistro secondo la regola: «Camminare a sinistra, vedere il pericolo».
- Di notte, anche se riuscite a vedere un'automobile da lontano, in qualità di pedoni siete poco percepibili per gli automobilisti. Indossate perciò vestiti chiari o meglio, usate del materiale riflettente che vi rende visibili a grande distanza. Flash-suola, pendenti e fasce possono essere acquistati in farmacia o in drogheria.

I problemi del futuro

Da notare che in parallelo con questo suo studio l'ATA ha chiesto alle autorità federali miglioramenti sul fronte della sicurezza. Essa ricorda che nel 2036 gli over 65 saranno il 50% in più di oggi e il doppio di quelli attuali avrà la patente. In questa prospettiva l'ATA spera che la sicurezza degli anziani sia migliorata e che si instauri un clima di rispetto reciproco. In particolare va migliorata l'infrastruttura dei trasporti.

Pericoli in casa: non snobbare gli elettrodomestici

Flavio Ercolani

Tutti i giorni abbiamo a che fare con gli elettrodomestici, piccoli o grandi, trasportabili, mobili o fissi.

Si può tranquillamente affermare che conviviamo in loro compagnia.

Però questa convivenza spesse volte è turbata da incidenti – anche gravi o addirittura mortali – causati da manipolazioni o da comportamenti errati.

Il pericolo di “prendere la scossa”, tecnicamente elettrocuzione, è latente se vengono utilizzati apparecchi non conformi, non in perfetto stato di funzionamento oppure riparati in modo inappropriato.

Innanzitutto prendiamo in esame la definizione di **apparecchi ammissibili**. Sono quei prodotti che hanno superato degli esami (prove di laboratorio) e che pertanto possono portare il o i marchi di qualità.

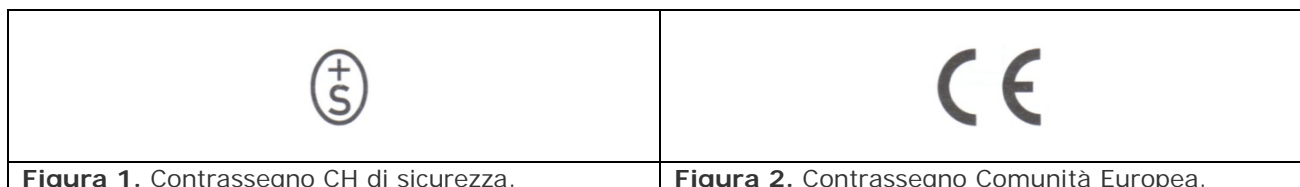
In Svizzera esiste e viene rigorosamente applicata l’“Ordinanza sui prodotti elettrici a bassa tensione” (OPBT) del 9 aprile 1997 (stato 28.03.2000 – RS 723.26).

L’OPBT si basa sulla “Legge federale dell’elettricità” (LIE) del 24 giugno 1902 ed è stata decretata dal Consiglio federale svizzero.

In sintesi l’ordinanza chiede che la messa in commercio (vendita o regalo) di prodotti elettrici a bassa tensione devono essere conformi alla direttiva 73/23/CE, alle norme tecniche svizzere e a quelle armonizzate a livello internazionale.

Il venditore deve produrre una “Dichiarazione di conformità” e una “Documentazione tecnica” redatta in una delle lingue ufficiali svizzere.

In Svizzera esiste, come del resto in altri paesi europei, un contrassegno di sicurezza facoltativo (figura 1).




Il contrassegno CE indica che il prodotto è conforme alle norme europee e che è stato dichiarato conforme alle norme di sicurezza (figura 2).

Qui di seguito vengono mostrate alcune indicazioni che possono apparire sugli apparecchi elettrici fabbricati o venduti in Europa e in Svizzera.





Il simbolo  indica che l'apparecchio è della Classe di protezione II (doppia isolamento) e non necessita di conduttore di protezione (messa a terra o terzo polo).

Oggi giorno quasi tutti gli elettrodomestici non abbisognano del conduttore di protezione, poiché sono a doppia isolamento.

Leggendo il Comunicato stampa del 24.04.2007 dell'Ispettorato federale degli impianti elettrici a corrente forte (ESTI) circa il controllo dei prodotti elettrotecnici, per quanto concerne i difetti riscontrati in materia di sicurezza e che si riferiscono ai controlli effettuati nel 2006, si dice che sono stati analizzati esattamente 1 817 prodotti e ben 154 (9%) sono risultati difettosi. Di questi ben 72 (47%) presentavano una prova incompleta della sicurezza, 32 (21%) difetti in materia di sicurezza e 13 (8%) per abuso del contrassegno di sicurezza.

L'ESTI è intervenuto, sempre nel 2006, presso i grandi distributori 813 volte (45%), fiere ed esposizioni in 478 casi (26%), pubblicità 409 (22%).

Vediamo quindi che in Svizzera la sicurezza dei prodotti elettrotecnici è prioritaria e questo per la salvaguardia dell'incolumità dei cittadini, utenti finali del consumo di elettrodomestici.

Ma si accennava all'inizio alle volte gioca un ruolo anche l'uso non in perfetto stato del prodotto (usura, fili scoperti, ecc.) oppure riparazioni fatte da persone non preparate oppure anche dell'uso non appropriato dell'elettrodomestico (in presenza di acqua, senza prestare la necessaria attenzione nel maneggiarlo, ecc.).

È sempre consigliabile rivolgersi a persone competenti in materia per effettuare la riparazione oppure se la riparazione comporta oneri eccessivi sostituire l'elettrodomestico con uno nuovo.

In caso si acquisti un prodotto aggiornato, con garanzia di due anni e particolarmente si evita poi di dover rimpiangere la riparazione "fai da te".

È utile ricordare che, acquistando un nuovo prodotto, nel prezzo d'acquisto è compresa la "Tassa di riciclaggio anticipata" (TRA) del vecchio elettrodomestico e che ogni rivenditore deve riprendere. La tassa è proporzionale al prezzo d'acquisto.

Con l'auspicio che questa breve esposizione abbia potuto gettare un po' di luce in più sui nostri elettrodomestici che quotidianamente utilizziamo.

Sicurezza vuol dire anche fiducia in un'esistenza serena

Ovidio Biffi

Giornalista

Mentre tentavo (con accidiosa fatica, lo ammetto) di riunire i vari apporti di questo *Vademecum 2007*, avvertivo un continuo e confuso assillo a cercare e a portare alla luce alcuni aspetti che non riguardano solo la sicurezza fisica, ma soprattutto quella psicologica. Con l'esposizione che segue mi propongo perciò di evocare quelle sicurezze che, oltre ad essere legate alla vita quotidiana di tutti noi, fanno parte anche della nostra sfera intima, riguardano timori e paure legati a sensazioni o situazioni psicologiche più che a pericoli fisici e concreti. Gli esempi che man mano toccherò spero siano di aiuto per qualche riflessione supplementare o, perlomeno, diversa rispetto a quelle suggerite da altri interventi che trovate in questa pubblicazione.

Io sono convinto che in tutti noi, nel nostro intimo, ci sia e funzioni una specie di sveglietta capace di elaborare dati su determinate nostre sicurezze, quelle che difficilmente possono essere individuate, percepite e valutate anche da chi ci conosce bene, come pure da chi ci osserva da vicino (magari con l'intenzione di aiutarci o solo perché cerca di capire i nostri problemi).

Sto parlando di sicurezze psicologiche, quindi anche «intime», anzi: sarebbe più giusto definirle «interiori». Mi riferisco in particolare alla «sicurezza di farcela», cioè alla certezza di avere o di riuscire a mantenere - o di ritrovare, se la si è persa - la capacità di portare avanti tutto il nostro fardello, di continuare ad essere quello che noi siamo. Non solo come cittadini, come pensionati, come genitori o nonni; anche come persone anziane che, avendo già percorso un lungo tratto di esistenza, devono manifestare forza, coraggio e, appunto, sicurezza sufficienti per percorrere il tratto esistenziale conclusivo.

Durante la nostra esistenza questa «sicurezza di farcela» risulta un elemento importante, una valvola essenziale per il funzionamento di quel motore che garantisce slancio e continuità al nostro agire. Ormai avrete capito: la «sicurezza di farcela» è la quota di fiducia in noi stessi, cioè quella spinta vitale che, una volta esaurita la carica legata agli scopi primordiali della gioventù e della maturità (alla formazione prima, alla professione e alla famiglia poi), è chiamata al momento del pensionamento e della terza età a realizzare una vera metamorfosi: il bagaglio di stima e di considerazione che ognuno di noi aveva prima (nella vita sociale, sul lavoro e nell'ambito familiare) deve essere in grado di adeguarsi senza traumi alle mutate condizioni dettate da questa terza fase del nostro cammino esistenziale.

Come mai riteniamo così importante questa sicurezza interiore? Perché da essa parte un flusso di fiducia che alimenta altri e nuovi valori in grado di garantire una continuità esistenziale o di supportare altre sicurezze, anch'esse tutte da scoprire e più o meno «intime». Ne citiamo due, con cui siamo quotidianamente confrontati:

- a) la sicurezza nella valutazione e nel superamento di problemi (legati all'alimentazione e alla salute, alla gestione dei rapporti famigliari o interpersonali, oppure alle scelte finanziarie, eccetera);
- b) la sicurezza collegata al fronteggiare e all'accettazione di inevitabili avversità (gravi malattie o lutti di famigliari e parenti stretti), di certi mutamenti legati ai nostri sensi (vista, udito, sesso), come pure dei cambiamenti di certe abitudini (guidare).

Siamo alle conclusioni. Diciamo allora che proprio questo elenco di difficoltà dovrebbe convincere tutti noi a dedicare maggior attenzione a queste problematiche, o comunque a non minimizzarne l'importanza. L'unica prevenzione che sentiamo di raccomandare è quella della costante verifica: l'impegno a stilare un bilancio «interiore» sino a farlo diventare un esercizio regolare, se non proprio quotidiano. E naturalmente a essere poi in grado di apportare quei correttivi e quei ritocchi che si rivelano necessari. Ad esempio, per correggere le nostre facoltà che si modificano, oppure per allontanare la parola rassegnazione, e così via.

A fornire una prova dell'utilità di questa proposta chiamiamo il sociologo James Hillman, autore dello splendido «La forza del carattere» (Adelphi ed.) dedicato alla vecchiaia. È lì che abbiamo trovato questo magistrale brano:

«(Il filosofo) Plotino dice che, proprio dei corpi, è il moto rettilineo. Il moto dell'anima, invece, è circolare. L'anima "si sforza di andare, sempre, verso di sé... È un movimento della coscienza, della riflessione e della vita che ritorna su sé stesso, che non esce mai da sé e non passa ad altro appunto perché deve abbracciare tutto in sé" (...) In questa metafora geometrica che contrappone il cerchio e la linea retta è contenuto un altro bellissimo messaggio: Se vuoi che la tua vita non si discosti troppo dalla tua anima, devi operare continui minuscoli aggiustamenti in modo che la tua linea di condotta non parta per la tangente allontanandosi dal cerchio dell'anima. Nel fare i continui aggiustamenti con cui cerchiamo di mantenere in contatto anima e corpo, assomigliamo al marinaio, che, la mano sul timone, corregge la rotta ora da questa, ora da quella parte, incessantemente. Il marinaio sa che non è possibile mantenere la rotta perfettamente, si è sempre un po' fuori corso, si ha sempre bisogno di minime correzioni. Correggere la rotta tutto il corso della giornata: questo è l'inizio della saggezza».

Buon moto circolare a tutti, allora.

Una sicurezza per l'eternità

don Emilio Conrad

Assistente spirituale OCST

Non dire parole sagge a uno stolto perché disprezzerà i tuoi discorsi. (Proverbi 23-9)

Noi non siamo un popolo di santi e di navigatori come i nostri vicini, ma semplicemente, un paese pacifico di assicuratori e di risparmiatori. Lo dicono le statistiche che hanno sempre ragione!

Ricordo che lo dicevano con orgoglio anche i nostri vecchi abituati a vivere con sobrietà ma anche con l'amor proprio di poter far fronte ad ogni necessità, senza dover dipendere dalla generosità di parenti e conoscenti.

Il libretto di risparmio depositato in banca, frutto di tanti sacrifici, costituiva una sicurezza importante, tra le poche altre, che accompagnavano l'esistenza della nostra gente soprattutto quella dedita ai lavori dei campi.

Subito dopo l'ultima guerra, il paese ha conosciuto un rapido sviluppo che ha permesso di dar vita a molte importanti istituzioni nel settore della socialità, iniziando con quella che è diventata, per gli anziani, la più importante: l'Assicurazione Vecchiaia e Superstiti. Ogni fine mese, il postino consegnava la modesta pensione permettendo all'anziano contadino di chiudere definitivamente la stalla, vendere il fieno e l'ultima vacca da latte. Sono ricordi della mia adolescenza.

Dopo l'AVS, le Casse Malati hanno contribuito ad assicurare a tutti un migliore stato di salute, ma soprattutto per gli anziani, per i quali si è disposto, poco a poco l'accoglienza in case ben dotate, ben servite e amministrate da un personale sempre più qualificato.

Non c'è da meravigliarsi se il costante miglioramento di vita ha portato le nuove generazioni a considerare l'esistenza nel tempo come fine a se stessa svuotando sempre di più la realtà della morte ormai già fin troppo banalizzata dalla eccessiva rappresentazione dei media.

Ma ciò che più sorprende è la situazione di molti anziani, se ancora dobbiamo credere alle statistiche, la maggioranza dei quali, sembrano i più scettici a credere che ci sia qualcosa oltre la vita, e questo anche tra i cattolici.

Possiamo quindi parlare di una preoccupante e manifesta crisi di valori religiosi tradizionali che non riguarda solo le generazioni dei più giovani ma anche quelle degli anziani. "Si occupano dell'eternità coloro che hanno tempo da perdere" è la sentenza recentemente ricordata in una intervista fatta da un giornalista di casa nostra che, a sua volta, ha trattato quest'argomento con arguzia trattandosi di una inchiesta fatta proprio tra i nostri connazionali molti dei quali considerano "il mistero dell'aldilà ormai svuotato del suo contenuto simbolico poetico e perfino pauroso per via dell'inferno promesso ai malvagi da varie religioni".

Quasi non bastassero queste considerazioni dovremmo riflettere sulla presenza nel nostro paese di due importanti associazioni dedicate a promuovere il suicidio assistito. Sono parecchie migliaia le persone iscritte a queste associazioni autorizzate a gestire questo gesto considerato pietoso e considerato in armonia con la nostra costituzione federale vanto di un paese moderno e umanitario come il nostro.

La rivelazione cristiana non deve temere di ricordare all'uomo di oggi l'insegnamento del suo Fondatore, il Cristo, il rivelatore della sapienza del Padre che ci parla di un'eternità felice riservata a tutti i suoi figli e da conquistare con fede, saggezza e generosità. "Se un uomo riesce a guadagnare il mondo intero — ricorda il Vangelo di Luca — ma poi perde la sua vita e rovina se stesso, che vantaggio ne ricaverà?". Si vive una sola volta e vale veramente la pena di viverla

bene questa nostra esistenza terrena. Non è sempre facile ottenere quelle soddisfazioni e raggiungere i traguardi che ci siamo proposti: nella vita di famiglia, nel lavoro di tutti i giorni, nelle relazioni con le persone a noi più vicine, condividendo amicizie ed affetti. È però ancora il Vangelo che ci ricorda: "Stolto" (è il ricco della parabola che, per l'abbondanza del raccolto costruisce nuovi e più ampi magazzini convinto finalmente di vivere felice per tutto il resto della sua vita) "Proprio questa notte morirai e a chi andranno tutte le ricchezze che hai accumulato?".

Abbiamo ricevuto tutti una buona educazione e una formazione religiosa che ci permette di attendere la fine dei nostri giorni con serenità e gratitudine.

Sentendomi anch'io vicino al termine della esistenza terrena, come tutti i buoni cristiani, sarei felice di ripetere con l'apostolo Paolo: "È il momento di iniziare il mio ultimo viaggio. Ho combattuto la buona battaglia, sono arrivato al termine della mia corsa e ho conservato la fede. Ora mi aspetto il premio della vittoria".

O forse qualcuno vorrà accontentarsi di seguire il consiglio dell'antico saggio?

*Fa tutto quello che ti piace
e segui i desideri del tuo cuore.
Ma non dimenticare che Dio ti chiederà conto di tutto.*

(Qoelet 11-9)