

Una Pasqua da vivere (nuovamente) con prudenza

LAURA TARCHINI

Un anno dopo la storia si ripete. Ci apprestiamo a festeggiare la Pasqua, ma dobbiamo ancora farlo con la massima attenzione, rispettando le regole imposte dalle autorità e, soprattutto, proteggendo le persone più a rischio da un eventuale contagio.

È di questi giorni la notizia che è possibile fare un test rapido in determinate farmacie prima delle feste per potersi ritrovare in famiglia un po' più tranquilli. Approfittiamo di questa opportunità, ma teniamo ben presente che questi test non sono sicuri al 100%, la prudenza deve comunque rimanere alta ed è comunque consigliato l'uso della mascherina all'interno.

Molte persone over 80 hanno già ricevuto il primo vaccino ed entro Pasqua saranno immunizzate. Questo ci fa ben sperare per le feste e per il futuro. Il processo di vaccinazione va a rilento nel nostro paese, dobbiamo armarci di pazienza e sperare che entro l'estate potremo tirare un sospiro di sollievo.

La Pasqua rappresenta la principa-

le solennità del cristianesimo che si è soliti festeggiare in famiglia. È evidente che molte persone hanno ancora timori e preferiscono per quest'anno trascorrerla con prudenza da soli, vedendo i propri cari magari nel pomeriggio per una passeggiata o comunque all'aperto.

Proprio per questo motivo, e pensando in particolare alle persone sole, la nostra Fondazione ha organizzato in occasione di questa festa un'iniziativa di solidarietà rivolta a tutte le persone anziane che beneficiano del servizio pasti a domicilio. Parliamo di 2112 utenti in tutto il Cantone.

A queste persone, durante i giorni che precedono la Pasqua, verrà donata una piccola colomba pasquale, simbolo di pace e salvezza. Questi dolci artigianali sono stati acquistati in 12 panetterie del Cantone, a dipendenza della distribuzione, per favorire i piccoli commerci locali.

La colomba sarà accompagnata da un biglietto di auguri contenente un messaggio di solidarietà: Continuiamo a sorridere, insieme. Esso è stato ideato dagli allievi di una classe di 2°

media della sede di Lodrino. È quindi un messaggio di vicinanza intergenerazionale che vuole ribadire l'importanza di essere vicini ai propri cari ma anche alle persone più vulnerabili e fragili in questo momento delicato.

Il dono offerto agli utenti del servizio pasti è quindi un gesto di attenzione nei loro confronti, si tratta spesso di persone che vivono da sole. Le limitazioni imposte dalla pandemia come pure la prudenza nel riaprirsi ai contatti comporta un sentimento accresciuto di solitudine che con questo piccolo gesto cerchiamo di mitigare.

I piccoli gesti sono spesso quelli che fanno la differenza in questo periodo: una telefonata, un biglietto con un fiore raccolto lasciati sull'uscio di casa, l'invito a fare una passeggiata per fare due chiacchiere. Piccole iniziative che possiamo fare tutti, rivolgendoci con solidarietà a chi sappiamo vivere in solitudine e che potrebbe avere bisogno di conforto.

Apriamoci di più a chi vive intorno a noi, con solidarietà e sentimenti di altruismo di cui tutta la società ha forte bisogno! ■

Agenda Centro diurno Lugano

Mostra multimediale DA VINCI Experience

GenerazionePiù organizza un'uscita il **7 aprile dalle 14.00** alla mostra interattiva presso il Centro Esposizioni di Lugano.

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

Iscrizione obbligatoria: 091 910 20 21 info@generazionepiu.ch

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.

Da gennaio 2021 siamo presenti presso il Centro diurno di Lugano GenerazionePiù - Anziani OCST in Via Lambertenghi 1.

Per informazione e appuntamenti: Lugano Via Vanoni 8/10
091 912 17 17 Altre informazioni consultando il sito: www.prosenectute.org

Prossimi appuntamenti: giovedì 8 aprile, lunedì 3 maggio

**PRO
SENECTUTE**
PIÙ FORTI INSIEME

➔ **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.

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.