

Pro Senectute

Natale di vicinanza

LAURA TARCHINI

Il periodo che precede le festività di Natale suscita emozioni diverse nelle persone. Vi è per esempio chi lo affronta in maniera serena, pensando ai momenti che trascorrerà con i propri cari. I media tendono a proporci immagini di gioia, di famiglie riunite per queste occasioni come in una cartolina. Spesso però questa immagine idilliaca non corrisponde alla realtà.

Chi lavora a contatto con le persone anziane sa che per molte di loro questo periodo è vissuto con malinconia, pensando ad un passato in cui si aveva occasione di stare in compagnia della famiglia, mentre il presente è diverso, spesso caratterizzato dalla solitudine.

Inoltre, questi due anni caratterizzati dalla pandemia hanno sconvolto le

nostre abitudini, molte persone vivono con grande incertezza il presente o hanno ancora paura per quanto vissuto o per le perdite subite.

Per qualcuno che vive solo, poter trascorrere le proprie giornate in un centro diurno, come quello di GenerazionePiù in Via Lambertenghi a Lugano o gli altri sul territorio cantonale (www.centridiurni.ch) può essere di grande aiuto anche in prossimità delle festività natalizie.



In questo contesto ci si prepara insieme all'arrivo delle feste, con le attività tradizionali come la preparazione di biscotti, la creazione di addobbi natalizi o la visita di mercatini. Vivere insieme l'avvicinarsi del Natale può anche alleviare quello stato di disagio con cui si rischia di dover convivere rimanendo a casa, se si è soli. Ogni centro diurno propone in prossimità delle vacanze la propria festa di Natale, che rappresenta un'occasione per stare bene insieme gustandosi un buon pranzo festivo.

Regaliamo tempo

A Natale arriva il momento dei regali, come ogni anno molte persone si affannano a fare acquisti per trovare quello giusto nell'intenzione di non deludere e, se possibile, di dimostrare affetto.

Ha sempre senso questa caccia al regalo giusto? In molte occasioni, più che sprecare tempo nella ricerca di un dono, forse occorrerebbe pensare di donare questo

tempo a chi potrebbe averne bisogno. Il tempo di una visita o il tempo di una chiacchierata al telefono.

Le persone attive nel nostro servizio di volontariato a domicilio, soprattutto nell'ambito della compagnia a persone anziane sole, testimoniano quanto valore abbia una visita a domicilio o l'uscita per una passeggiata per la persona che seguono con regolarità. Quello che per noi comporta dedicare una o due ore della nostra giornata, per chi riceve il dono di una visita in una vita di solitudine è un tempo prezioso e atteso con impazienza durante la settimana.

Donare del tempo a chi ne ha bisogno è quindi il miglior regalo che possiamo fare. Ognuno di noi conosce una persona che potrebbe avere bisogno e apprezzerrebbe questo gesto, non esitiamo a donare un po' di noi stessi!■

Per chi desidera fare di più, siamo sempre alla ricerca di persone interessate a donare del tempo a persone anziane sole, soprattutto nei centri urbani ma anche in alcuni centri diurni socio-assistenziali, per esempio al centro La Sosta di Massagno.

Servizio Volontariato Pro Senectute
Tel. 091 912 17 17
volontariato@prosenectute.org



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 www.prosenectute.org

Prossimo appuntamento: giovedì 20 gennaio

