



Meno soli a Natale

a cura di Pro Senectute

Il periodo che precede il Natale è marcato da attività – commerciali e non – che fanno appello alle emozioni. Un tripudio di luci, di decorazioni nei classici colori verde e rosso, alberi addobbati con bocce e lumi sulle piazze pubbliche e mercatini un po' ovunque, in un clima sempre più concitato che lascia poco spazio alla riflessione sul senso religioso del Natale.

Per tante persone, soprattutto anziane, è un periodo che richiama ricordi e non sempre è vissuto serenamente. Le immagini di gioia, di famiglie riunite per festeggiare, insomma la «magia natalizia» propagata dai media spesso esula dalla realtà. Per numerosi anziani è un periodo di solitudine accentuata dalla stagione fredda e malinconica, una situazione fortunatamente riconosciuta da enti e associazioni di volontariato della nostra regione.

Numerose sono le proposte prenatalizie che possono rispondere alle attese della terza età, anche adeguate ai desideri individuali e allo stato di salute, e atte ad alleviare sensi di malinconia e solitudine. Si può, per esempio, frequentare un centro

diurno dove ci si prepara all'arrivo delle feste in compagnia, si svolgono attività creative e tradizionali quali la preparazione di biscotti, l'allestimento di decorazioni natalizie, ma sono anche in programma visite di mercatini e altre uscite. Ogni centro diurno propone la propria festa di Natale, che rappresenta un'occasione per stare insieme e gustare un buon menu. Anche nei centri diurni, oltre al personale specializzato sono attivi volontari e volontarie.

Un'iniziativa di Pro Senectute rivolta alle persone anziane meno autonome, che vivono sole, particolarmente apprezzata anche nel periodo prenatalizio, è il servizio visite a domicilio. Volontarie e volontari si recano in casa di persone anziane, tengono loro compagnia, le accompagnano a fare la spesa, una passeggiata o una visita fuori casa. «*La visita di una volontaria o un volontario è un momento di gioia che arricchisce la settimana*», afferma la coordinatrice. Il servizio visite a domicilio richiede sensibilità, è però un'esperienza gratificante per entrambe le parti e spesso nascono delle vere amicizie. «*Ci sono volontari che da anni si recano ogni settimana a casa di una stessa persona anziana affinché si senta meno sola*», racconta la coordinatrice.

A Lugano il «Natale insieme» è ormai tra-

dizione e può contare sulla partecipazione di numerosi habitués: Pro Senectute organizza un pranzo per persone sole il 25 dicembre all'Albergo Pestalozzi mentre il Kiwanis Club Lugano fa lo stesso al Padiglione Conza, dove ogni anno si annunciano circa duecento commensali. Queste e altre iniziative sono possibili grazie all'impegno di numerosi volontari e volontarie, molti dei quali presenti da anni.

Forse non è del tutto casuale che la Giornata mondiale del volontariato ricorra proprio il 5 dicembre, cioè in prossimità delle feste. Quest'anno era dedicata all'inclusione sociale, in particolare degli anziani, un impegno di grande rilievo nel contesto del mantenimento a domicilio. Infatti, per molte persone che vivono sole a casa propria il rischio d'esclusione dalla vita della comunità è presente e con esso tutto un corollario di solitudine e mancanza di contatti.

Il volontariato oggi svolge un importante ruolo di coesione sociale. In quest'ottica la collaborazione con l'ente pubblico favorisce un lavoro capillare di rete rafforzando le sinergie e contribuendo allo sviluppo di nuovi progetti. Sul piano umano, significa mettere a disposizione tempo e competenze a favore di altri e della società, per libera scelta e senza remunerazione.