

1° Festival della longevità

MASSA LOMBARDA 25 NOVEMBRE 2019

DISCORSO DI APERTURA DELLA PRESIDENTE MIRELLA ROSSI

BUON GIORNO A TUTTE E A TUTTI

Ringrazio il centro sociale Auser Bocciofila di Massa Lombrada che ci ospita, Daniele Bassi sindaco di questa comunità attento e impegnato ai bisogni dei più fragili che sentiamo vicino e presente a molte nostre iniziative.

Ringrazio il dott. Andrea Di Donato del servizio igiene degli alimenti e Nutrizione Dipartimento Sanità pubblica AUSL Romagna e il Dott. Stefano Tellarini Agronomo Tecnico di Agricoltura Biologica per la loro presenza e il contributo che porteranno a questa nostra iniziativa.

Ringrazio Magda dell'Auser Regionale per la presenza

Daniele Bolognesi amico, ex sindaco di russi, presidente del centro sociale "Porta Nova" di Russi aderente all'associazione AnceSCAO che ho invitato e ci ho tenuto alla sua presenza e ringrazio, sono convinta che dobbiamo sempre più imparare a condividere le nostre iniziative, impostare un lavoro di rete anche tra associazioni, contrastare steccati che col tempo si sono formati e valorizzare le attività nell'obiettivo di informazione e socializzazione comune.

Interessante progetto del comune di Bologna superare i "centri sociali" e formare delle case aperte di quartiere

Questa è la seconda iniziativa congiunta delle Auser Faenza e Ravenna (la prima è stata a settembre il trentennale a Campo Aperto a Faenza) iniziative che si inseriscono nel percorso di realizzazione di una unica Auser provinciale, tratto che comincia a delinearsi nei tempi e nelle modalità.

Lavorare insieme, approfondire tematiche che ci riguardano, rafforzare e integrare le attività in un ambito territoriale più vasto quale quello provinciale è tra gli obiettivi che ci siamo dati. Costruire insieme un futuro che forte delle esperienze umane e storiche dei due territori farà sicuramente dell'Auser un modello di riferimento .

L'innalzamento dell'età media , abbinato al calo delle nascite e la conseguente trasformazione dell'Italia in un Paese sempre più "anziano" pone fortemente "il tema della longevità" per attribuirgli la necessaria importanza e sollecitare la politica ad affrontarlo con lungimiranza e scelte adeguate è necessaria tutto il nostro impegno e determinazione.

La longevità non è solo una questione di buona sorte o di genetica, che stando ai più recenti studi scientifici non inciderebbe più del 10%.

Una buona salute fisica e mentale è cosa che si conquista. Una alimentazione sana, uno stile di vita corretto e una regolare attività fisica sono nostri preziosi alleati per prevenire e ridurre i più importanti fattori di rischio dell'invecchiamento.

L'idea del festival della longevità è nata a seguito delle diverse iniziative, approfondimenti, presentazioni, discussioni sul libro "2032 idee per la longevità" in cui il Professor Bovini demografo e statistico del comune di Bologna ci ha fatto prendere coscienza che noi avremo l'opportunità di vivere più a lungo.

L'aspetto della longevità è una sfida che ci attende, bella, impegnativa e inedita e richiede una grande lungimiranza e una coraggiosa capacità di innovazione.

L'Italia e la nostra regione occupano posizioni di testa nella graduatoria dei luoghi dove si vive più a lungo.

Questo decisivo indicatore testimonia quanto sia prezioso e avanzato il sistema di convivenza che abbiamo saputo costruire, raccogliendo e perfezionando l'eccezionale lascito di coraggio, generosità e capacità realizzativa che ci è stato trasmesso dalle generazioni dei nostri padri protagonisti della ricostruzione morale e materiale della nostra terra.

Partecipare ai gruppi di lavoro coordinati dal professor Bovini è stato molto formativo e davvero interessante.

Ad uno di questi ho partecipato anch'io, eravamo una decina di persone età da 65 in su.

Ci ha posto 4 domande alle quali dovevamo rispondere

Le domande erano le seguenti:

- quanti anni avremmo avuto nel 2032
- se avevamo a disposizione una autonomia economica da sostenere il nostro futuro
- se avevamo un abitare adeguato
- se avevamo una rete familiare che a nostro parere potesse accompagnarci nell'invecchiamento della nostra vita.

Queste domande hanno messo in moto dentro ognuno di noi delle contrastanti emozioni e delle amare constatazioni ma anche delle aspettative, aperto delle porte di consapevolezza e responsabilità.

Tutti abbiamo cominciato a calcolare che nel 2032 avremo dagli 80 in su, e sulle altre domande ognuno ha risposto a seconda della propria condizione, sicuramente tutti abbiamo convenuto che se vogliamo vivere bene la nostra longevità è necessario affrontare il tema e presentarlo alla politica affinché

reagisca da subito con una programmazione della rete dei servizi e dell'abitare, adeguato.

Ricordo che una donna del gruppo ha presentato così la sua situazione: sono vedova, non ho figli, ho una nipote che abita a Milano, ho fatto la sarta in casa tutta la vita ho una piccola pensione e quella di reversibilità di mio marito, abito al terzo piano senza ascensore. Secondo voi come posso pensare al mio invecchiamento?

Da qui è nata la grande sfida, cercando di condividere, affrontare e approfondire le tante facce della longevità.

Ogni provincia ha scelto un tema da sviluppare strettamente legato alla longevità assunto la cognizione della differenza di genere; donne e uomini non invecchiano nello stesso modo e molto spesso non hanno le stesse necessità.

Il primo appuntamento si è svolto a Bologna Longevità e Sessualità, a seguire Forlì con domiciliarità, realtà e prospettive, a Reggio turismo sociale e memoria, a Cesena domiciliarità e socialità, a Parma longevità e trasporto sociale, a Modena longevità e abitare diritti senza barriere, a Ferrara il bianco e il verde, a Rimini Welfare e abitare, a Piacenza spopolamento aree interne, ancora a Bologna Testamenti e infine noi Faenza e Ravenna abbiamo scelto:

- ALIMENTAZIONE, TRADIZIONI E LONGEVITA'

C'è un documento che si chiama la "carta di Ottawa" che traccia le linee guida di un obiettivo di fondamentale importanza: "il benessere psicofisico della persona". La salute non è responsabilità esclusiva del settore sanitario. Essa chiama in causa la politica a tutti i livelli invitandoli (i politici) alla piena oculatezza e valutare con priorità assoluta le conseguenze che ogni loro decisione può determinare sulla salute dei bambini, delle donne e degli uomini.

Quando si parla di benessere si parla anche di una alimentazione sana.

Parlare di cibo e alimentazione è come parlare a tutto tondo della storia di una persona e delle sue relazioni sociali.

Una sorta di narrazione fatta di abitudini, aspirazioni, orientamenti, ricordi, tradizioni.

L'alimentazione incrocia inevitabilmente gli aspetti sociali, economici, il contesto generale in cui una persona vive.

E' una sfida alla quale non vogliamo sottrarci, il libretto che vi abbiamo distribuito "pensa a cosa mangi" ha visto coinvolti esperti, medici di base farmacisti, erboristi, omeopati, che hanno analizzato come soprattutto per i pensionati, la salute, la prevenzione, il benessere rappresentano un diritto-dovere che coinvolge e chiama in causa l'intera comunità. E' emerso con evidenza anche come gli anni della crisi abbiano influito, purtroppo

negativamente, sulle abitudini alimentari e sul modo di curarsi.

I nostri esperti di oggi ci dimostreranno che se vogliamo vivere più a lungo dobbiamo impostare un corretto stile di vita.

Oggi ricorre la Giornata Mondiale contro la violenza sulle donne.

malgrado i progressi fatti, la donna rimane ancora e troppo spesso vittima di situazioni di violenza. Esistono molte forme di violenza, alcune più esplicite e facilmente riconoscibili, perché i segni sono evidenti sul corpo, e poi ce ne sono altre molto più subdole, che non sono visibili a un osservatore esterno, ma che lasciano ferite indelebili e sono in grado di distruggere internamente la persona.

Nel mondo **una donna su tre ha subito violenza fisica, psicologica o sessuale.** In alcuni paesi questo dato già drammatico sale a sette donne su dieci. La violenza contro le donne è una delle più diffuse violazioni dei diritti umani e non fa distinzioni, colpisce donne di ogni età, etnia, cultura e ceto sociale. Si stima che nel mondo circa 133 milioni di donne abbiano subito una qualche forma di mutilazione genitale, mentre **oltre 700 milioni si sono sposate da bambine**, di cui 250 milioni prima di compiere 15 anni.

La **denuncia**, l'**ascolto** e la **formazione delle nuove generazioni** sono gli strumenti fondamentali per modificare in modo netto questa situazione di disparità e sottomissione della donna.

Il sindacato pensionati e l'Auser affrontano da anni questo tema, nei territori da Nord a Sud promuovono iniziative di denuncia e sensibilizzazione in rete con le istituzioni e altre associazioni, nella convinzione che la violenza comporti nella società danni non soltanto nei confronti delle donne o dei bambini, ma dell'intera comunità.