LA VOCE DEGLI ANZIANI

SSR CSA
Schweizerischer Seniorenrat
Conseil suisse des aînés
Consiglio svizzero degli anziani

VASOS FARES
Vereinigung aktiver Senioren- und Selbsthilfe-Organisationen der Schweiz, 3000 Bern
Fédération des Associations des retraités et de l'entraide en Suisse, 3000 Berne
Federazione associazioni dei pensionati e d'autoaiuto in Svizzera, 3000 Berna

SVS
Schweizerischer Verband für Seniorenfragen
Association Suisse des Aînés (ASA)
Associazione Svizzera degli Anziani (ASA)

Luglio no 2/2021

SOLIDARIETÀ

JUBILÄUM
Schweizerischer Seniorenrat
SSR 2001
CSA 2021
Conseil Suisse des Aînés
JUBILÉ

In questa edizione...

CSA Giubileo 2021: il programma
L'autonomia è una condizione essenziale
L'iniziativa per una cure infermierstiche forti
Demagogia con la demografia
Appello per una democrazia attiva

Editoriale

Roland Grunder, Copresidente CSA

Sommario

2 Editoriale

3 L'autonomia è una condizione essenziale per una vita indipendente delle persone anziane

4-6 Giubileo 2021 20 anni CSA

7 Stop alla violenza contro gli anziani

8 Ci vuole umorismo per sopportare la vita

9 Iniziativa per il personale sanitario, il controprogetto non basta!

10 Alto tasso di mortalità nella terza età a causa del Covid-19

11 Dopo il fatto, l'intervento del consiglio svizzero

12 Demagogia con la demografia

13 queerAltern: orgogliosa dei risultati

14 Appello per una democrazia attiva

15 La vita degli altri durante il Covid-19

Come si può iniziare un editoriale senza menzionare la pandemia che ha segnato la nostra vita quotidiana per oltre un anno? Le persone anziane si sono ritrovate in prima linea. Sono stati loro a pagare il prezzo più alto nella prima fase con il maggior numero di ricoveri e decessi.

Sicuramente, molte persone anziane sono vulnerabili. In ogni caso, è stata una mossa troppo azzardata quella di metterle in quarantena e isolarle. Questa intensa lotta contro la discriminazione e contro la discriminazione delle generazioni ha costituito infatti una delle principali priorità del CSA. Siamo intervenuti regolarmente sulla stampa e sui media per esprimere il nostro parere. La parola chiave è questa: solidarietà.

Il CSA deve adottare una nuova e più rappresentativa dimensione nazionale

L'uomo è un essere vivente con relazioni sociali basate sulla solidarietà. La pandemia ha favorito iniziative da parte di quartieri solidali per evitare l'isolamento e promuovere contatti interpersonali e intergenerazionali da portare avanti. Il CSA è una pietra miliare per dare inizio a una tale filosofia da sviluppare in tutto il nostro paese.

Certamente, il numero di decessi a causa della pandemia è notevole. Tuttavia, non dobbiamo metterli in relazione con la crescente aspettativa di vita, la quale genera sempre più ottantenni, novantenni e persino centenari, il cui rischio di mortalità aumenta in modo esponenziale, a prescindere dalla pandemia.

La pandemia ha anche evidenziato i limiti della solidarietà imposti dalla digitalizzazione, in particolare quella delle riunioni, sia professionali che private. Il CSA ha vissuto la difficile esperienza di condurre le sue numerose sessioni di lavoro attra-verso uno schermo. Ciò ha messo in evidenza i punti deboli di un sistema che ignora il contatto umano visivo e fisico. Le riunioni amministrative possono certamente essere realizzate in modalità virtuale, mentre le decisioni strategiche basate sulla presenza fisica, la persuasione e la convinzione sono estremamente compromesse dalla distanza virtuale.

La pandemia ha anche segnato un punto di svolta per il CSA, il quale sta subendo un parziale ridimensionamento dopo 20 anni di attività: una dimensione nazionale, una strategia più rappresentativa di tutte le correnti di opinione, di tutte le tendenze, di tutte le regioni.
Il CSA è tenuto ad agire come rappresentante di oltre un quarto della popolazione in tutte le questioni relative alla senescenza nella società. Si tratta di uno degli obiettivi che si è prefissato nell'orga-nizzare il suo ventesimo anniversario il 24 settembre, un momento clou per "La voce degli anziani" di quest'anno.

IMPRESSUM

Editore:
Consiglio Svizzero degli Anziani (CSA):
Copresidenzia:
Bea Heim & Roland Grunder

Associazione Svizzera degli Anziani (ASA):
Karl Vögeli, Präsident

Federazione associazione dei pensionati e d'autoaiuto in Svizzera (FARES):
Bea Heim, Päsidentin

Layout & Stampa:
Comarg GmbH, Aigle

Redazione:
SSR: Reinhard Hänggi
SVS Margareta Annen
VASOS: Inge Schädler

Administrazione:
Sekretariat SSR
Kirchstrasse 24
CH-3097 Liebefeld /BE

info@ssr-csa.ch
www.ssr-csa.ch

©ssr-csa

Unterstüzt von/Soutenu par /Sostenuto da

Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Lingue DE/FR/IT
La Voix des Seniors
Die Stimme der Senioren
La Voce degli Anziani

L'autonomia è una condizione essenziale per una vita indipendente delle persone anziane

Felicitas Würth-Zoller, Delegata CSA

In un simposio di Gerontologie.ch, è stato evidenziato il fatto che esiste un'ambivalenza tra autonomia e assistenza. Il testamento biologico è una buona base di partenza per parlare con gli assistiti riguardo ai loro desideri e alle loro intenzioni. Tuttavia, l'80% dei testamenti biologici vengono formulati in modo poco chiaro e lasciano molto spazio alla propria interpretazione.

In realtà, la casa di riposo è il punto di riferimento quando l'indipendenza viene meno. Raramente la casa di riposo viene scelta in modo intenzionale o autonomo. Tale decisione richiede l'accordo congiunto di tutte le parti coinvolte al fine di trovare la soluzione migliore per gli interessati. L'idea del networking di quartiere sembra essere un buon esempio per il futuro. Un punto di contatto a bassa soglia di accessibilità per gli anziani nella comunità, in cui vengono presentate soluzioni e suggerimenti per gli anziani, può essere di grande aiuto. Il titolare del servizio deve disporre di una buona rete di contatti per fornire un aiuto efficace.

La mobilità è un fattore centrale

Un aspetto centrale nella terza età è la propria mobilità per essere in grado di agire autonomamente. Tuttavia, il cambiamento tecnologico sta mettendo a dura prova la generazione dei pensionati: distributori automatici di biglietti, cambiamenti nel modo in cui vengono visualizzate le informazioni ferroviarie, acquisto di biglietti su iPhone, ordini su tablet, pagamenti nell'e-banking, abbonamenti e letture virtuali di giornali, pagamenti con Twint, e così via. Coloro che non si interessano costantemente alle innovazioni tecnologiche e non imparano ad usarle, vengono esclusi dalla società.

La pandemia del Coronavirus ha compromesso l'autonomia degli anziani. A beneficio e a scapito della loro salute. È qui che si incrociano le questioni sociali e private. Iniziative di giovani in varie città hanno offerto aiuto alla generazione degli over 65, ad esempio per andare a fare la spesa. Molti commercianti hanno ampliato le loro offerte con la consegna a domicilio. Il più grande auspicio è che ciò accada anche in condizioni di normalità.

La pandemia ha evidenziato i punti di forza e le debolezze del nostro sistema sanitario

Conseguenze

In particolare durante il periodo della pandemia, l'importanza dei contatti all'interno delle famiglie e tra le diverse generazioni è stata avvertita in modo evidente. Le conseguenze di tale mancanza sono state dannose per la salute, provocando la depressione di molte persone anziane.

Da ciò si possono trarre le seguenti conclusioni:

- Il personale delle case di riposo e degli ospedali deve ricevere una formazione migliore.
- Il rapporto tra assistenti e persone assistite deve essere migliorato, specialmente nelle case di riposo.
- Devono essere disponibili mascherine, indumenti protettivi e strumenti per la sanificazione.
- Lo slogan "Resta a casa" è sbagliato. Quest'ultimo non ha fatto altro che peggiorare la salute generale delle persone.

La pandemia ha evidenziato i punti di forza e i punti deboli del nostro sistema sanitario. Per quanto riguarda le nuove tecnologie, la formazione e la "pratica, pratica, pratica" sono elementi fondamentali per gli anziani. È stata presa coscienza della necessità di favorire la partecipazione degli anziani per preservare la loro autonomia il più a lungo possibile.

Il Consiglio Svizzero degli Anziani è la voce dell'esperienza di vita

20 anni fa, il Consiglio federale ha reclamato la creazione del Consiglio Svizzero degli Anziani come organo consultivo per le questioni legate all'invecchiamento in sé, al Parlamento federale e agli uffici federali.

Da allora, il CSA rappresenta gli interessi sociali, economici e culturali degli anziani presso il governo federale, i media e il pubblico. L'obiettivo è quello di trasmettere un'immagine positiva della terza età. Gli anziani sono una parte importante della nostra società e non devono essere messi da parte.
Circa un quarto della popolazione svizzera è in età AVS.

Con una percentuale così alta, gli anziani giocano un ruolo importante nello sviluppo della società e della politica. Per alcuni anziani, nonostante decenni di attività professionale e di contributi alle previdenza sociale, diventa sempre più difficile far fronte alle loro spese. Il CSA si batte per la garanzia di un adeguato standard di vita per tutti gli anziani, come stabilito dalla Costituzione federale.

Congresso del Giubileo

al Hotel National, Hirschengraben 24, 3011 Berna

Saremo felici di accogliervi in questi momenti di condivisione

Il programma può essere scaricato su www.ssr-csa.ch o ordinato per posta su info@ssr-csa.ch.

Ospite d'onore, Guy Parmelin,
Presidente della Confederazione Svizzera

Registrazione per il Congresso del Guibileo
www.ssr-csa.ch

Programma 24 settembre 2021

Da 9.00	**Registrazione**, caffè e croissant di benvenuti
09.50	**Benvenuti e introduzione** Roland Grunder, Copresidente del CSA
10.00	**Ho partecipato alla fondazione del CSA** Ex Consigliere federale federale Ruth Dreifuss
10.20	**Lo spazio attraverso le generazioni** Prof. Dr. Claude Nicollier, Astronaut
11.20	Tavola rotonda: **Strategie per mantenere gli anziani nel tessuto sociale, economico e intergenerationale** Ex Consigliere federale Evelyne Widmer-Schlumpf, Prof. Walter Schmid, Consigliere degli Stati Lisa Mazzone, Lukas Bäumle, membro del comitato CSA
12.00	**Intrattenimento, Aperitivo, Buffet-Lunch** Quintetto Inflagranti
14.00	**Dovremmo preoccuparci per le notre pensioni ?** **Meno contribuenti per più pensionati** Dr. Stéphane Rossini, Direttore Ufficio federale delle assicurazioni sociali
14.30	**La vecchiaia di domani ! La salute degli anziani dipende dalla telemedicina ?** **Vecchiaia 2.0 e l'intlligenza artificiale.** Prof. Dr. Astrid Stükelberger
15.30	Brevi interventi di esperti: **Discriminazione dell'età : una realtà presente e futura** Prof. Delfine Roulet-Schwab e Karl Vögeli, Presidente ASA
16.00	**Messaggio dell'EURAG:** Prof. Dr. Dirk Jarré, Presidente EURAG
16.10	**Messaggio di chiusura del Presidente della Confederazione Guy Parmelin**
16.40	**Conclusione e ringraziamenti,** Beatrice Heim, copresidente del CSA
16.50	Cocktail di chiusura

Presentatzione: Stephan Klapproth

Soggetto a modifiche senza preavviso

Programma dettagliato da scaricare su www.ssr-csa.ch

In un mondo che cambia,
invecchiare è un futuro da inventare

JUBILÄUM
Schweizerischer Seniorenrat
SSR 2001
CSA 2021
Conseil Suisse des Aînés
JUBILÉ

UBA
UNABHÄNGIGE
BESCHWERDESTELLE
FÜR DAS ALTER

alter ego
ASSOCIATION POUR LA PRÉVENTION DE LA MALTRAITANCE
ENVERS LES PERSONNES ÂGÉES

PRO
SENECTUTE
PIÙ FORTI INSIEME

0848 00 13 13

Wirksame Hilfe in Situationen von Misshandlung gegen ältere Menschen
Une aide précieuse dans les situations de maltraitance envers les personnes âgées
Un'assistenza efficace in situazioni di maltrattamento nei confronti degli anziani

Stop alla violenza contro gli anziani

Bea Heim, Copresidentessa CSA

Quanto aveva ragione! Molti anni fa, Anja Bremi, infermiera professionale e pioniera dei problemi degli anziani, ha rotto un tabù quando ha denunciato pubblicamente la violenza contro gli anziani. Grazie a lei, dal 1997 gli interessati possono trovare sostegno e consulenza presso l'"Ufficio indipendente di denuncia per gli anziani" UBA. È stata anche colei che mi ha stimolato a lottare per i diritti e la dignità nella terza età.

Come membro del Consiglio Nazionale appena eletto all'epoca, non avevo idea che sarebbe stato così difficile ottenere l'attenzione necessaria dai politici. Solo l'autunno scorso, dopo diversi interventi parlamentari, il Governo federale ha pubblicato uno studio sull'argomento! Chiunque lo legga rimane sorpreso: si stima che ogni anno tra le 300.000 e le 500.000 persone dai 60 anni in su siano vittime di violenza fisica e psicologica o di abbandono. Gli abusi sugli anziani si verificano sia a casa che negli istituti.

Maltrattamenti per lo più avvengono in casa

Ora l'OMS esorta a lottare contro la discriminazione basata sull'età. Questa "piaga insidiosa" si è aggravata con la pandemia del COVID-19, probabilmente anche in Svizzera. Tutto ciò e dovuto alle numerose carenze presso gli Spitex, nelle case di riposo e di cura e principalmente alla carenza di personale sanitario.

Tale discriminazione strutturale basata sull'età ha dato origine a un imbarazzante dibattito sul razionamento dei servizi sanitari necessari agli anziani.

Le immagini negative sull'età, sono terreno fertile per discriminazioni, degenerazioni e violenze verso gli anziani

Le immagini sprezzanti della vecchiaia incoraggiano la discriminazione. La mancanza di rispetto favorisce degenerazioni legate allo stress, per esempio verso le persone bisognose di cure nell'ambiente domestico e negli istituti. Su tale questione è difficile trovare dati affidabili. Lo studio del Governo federale parla di centinaia di migliaia di casi e di un gran numero di casi non denunciati.

Il tema della violenza in età avanzata viene spesso taciuto. Il Governo federale e i cantoni sono chiamati a proteggere gli anziani, i loro parenti e il personale medico. Le misure abituali in caso di violenza domestica, come l'espulsione delle persone violente, non sono applicabili in caso di violenza in età avanzata. Le persone che hanno bisogno di cure difficilmente sono in grado di chiedere aiuto. Sono necessarie altre soluzioni. Le aggressioni contro gli anziani non devono più passare inosservate.

È necessario rompere il silenzio

- Con un'ampia campagna di sensibilizzazione nazionale
- Con un piano d'azione nazionale per la prevenzione *della* violenza
- Con "Uffici di denuncia indipendenti per la violenza sugli anziani", a cui le persone colpite e i parenti possano rivolgersi e in cui anche gli operatori possano ricevere consigli
- Con servizi di agevolazione per i parenti che si occupano dell'assistenza
- Con migliori condizioni di lavoro e meno stress per gli assistenti.

La parola d'ordine deve essere guardare, chiamare la discriminazione basata sull'età con il suo nome e agire; ciò deve valere sia per il Governo federale che per i cantoni e i comuni.

Ci vuole umorismo per sopportare la vita

Reinhard Hänggi, Delegato CSA

Da oltre un anno, la pandemia del Coronavirus condiziona in modo considerevole le nostre vite: obbligo di indossare la mascherina, norme igieniche, contatti sociali limitati, misure di isolamento confuse e scoordinate, piani di prote-zione che funzionano solo in misura limitata, campagne di vaccinazione e test in ritardo, e così via. Questo è sufficiente per far perdere il senso dell'umorismo.

A causa di tale situazione provocata dal Coronavirus, non può esserci un vero e proprio dialogo con la popolazione. Le paure aumentano quando la gente non rispetta le misure prescritte. In realtà è la

comunicazione che dovrebbe ridurre le paure, creare fiducia, confidenza e mostrare le prospettive.

L'umorismo è una difesa contro la realtà

> **"Ciò che è pensato seriamente è meglio dirlo per scherzo"**
> ***Wilhelm Busch, Umorista***

In tali casi, l'umorismo gioca un ruolo fondamentale. Esso ricopre molteplici funzioni sociali, che spesso soddisfano scopi contraddittori. L'umorismo consente e incoraggia la collaborazione e può esprimere accordo e convivialità, ma anche dissenso. L'umorismo è la capacità di affrontare le inadeguatezze del mondo e le difficoltà e i disagi quotidiani con una certa serenità.

L'umorismo funziona quando mancano le prospettive

L'umorismo è sinonimo di leggerezza. Esso dimostra che ciò che viene detto e scritto non è sempre da prendere sul serio al cento per cento. Tra le parti coinvolte si stabilisce uno stato emotivo piacevole. Agisce come stimolo per creare situazioni più allegre. Vari psicologi sottolineano che un sano senso dell'umorismo è segno di una personalità matura ed equilibrata che ha consapevolezza di sé, comprensione e tolleranza. Inoltre, nel mondo del lavoro è possibile constatare che i dipendenti dotati di senso dell'umorismo difficilmente subiscono episodi di intimidazione.

L'umorismo è anche un tema sempre più presente nel campo della medicina. L'umorismo e la risata sono argomenti che ormai non vengono più ridicolizzati. Infatti, più la medicina si perfeziona tecnicamente, più corre il rischio di inaridirsi sul piano interpersonale.

L'umorismo è quando si ride a prescindere dalle circostanze

Un risultato diretto dell'umorismo è spesso la risata. "Ridere è salutare" e "Chi ride, vive più a lungo" dice il detto popolare. Il senso dell'umorismo crea unione e ha la capacità di far ridere le persone o di trovare qualche aspetto divertente in situazioni problematiche. Di conseguenza, l'umorismo può aiutare a risolvere i conflitti. L'umorismo è l'arte di non prendere se stessi e i propri problemi troppo sul serio.

Leland Stanford, imprenditore americano e fondatore della Stanford University, una volta disse: "L'umorismo è una droga della felicità che non costa nulla, non è proibito, non fa ingrassare e non ha effetti collaterali gravi, tranne il mal di stomaco e gli occhi umidi e il respiro corto". L'impareggiabile umorista Wilhelm Busch scrisse: "Ciò che si intende seriamente è meglio dirlo per scherzo". Mentre lo scrittore Bert Brecht affermava: "Vivere in un paese dove non c'è umorismo è inaccettabile. Ma lo è ancora di più in un paese in cui c'è bisogno di umorismo".

Iniziativa per il personale sanitario, il controprogetto non basta!

Rudolf Joder, ex Consigliere nazionale, Presidente dell'iniziativa in ambito sanitario SI

In Svizzera c'è una carenza di personale sanitario. Abbiamo troppi pochi assistenti. A causa dell'elevato stress e delle cattive condizioni di lavoro, attualmente sono 25.000 le posizioni lavorative vacanti in ambito sanitario. Ogni anno 3000 operatori sanitari qualificati non vengono formati in maniera adeguata. Dopo pochi anni, un terzo delle persone formate abbandona la professione. Nel complesso, il tasso di abbandono della carriera è pari a circa il 50%. A causa del crescente invecchiamento della popolazione, entro il 2030 saranno necessari altri 65.000 operatori sanitari.

Gli effetti della carenza di personale sanitario stanno diventando sempre più evidenti. La sicurezza dei pazienti e la qualità dei trattamenti sono a rischio. I centri ospedalieri nelle regioni di confine di Basilea, Ginevra e Lugano non potrebbero essere gestiti senza personale sanitario proveniente dall'estero. A causa della grave carenza di operatori sanitari qualificati, sussiste il pericolo che le complicazioni sanitarie e le riospedalizzazioni aumentino a scapito dei pazienti. Durante la pandemia causata dal Coronavirus, è morta la metà dei pazienti delle case di riposo del cantone di Vaud, in quanto erano assistiti da infermiere con una formazione inadeguata.

Iniziativa popolare federale "Per un sistema sanitario efficace"

Nulla di tutto ciò interessa né al Consiglio federale né all'Assemblea federale. Per il governo e il parlamento, l'unico scopo sembra essere quello di tagliare i costi. Sicurezza nella cura dei pazienti, salvare e preservare le vite, e qualità dei trattamenti sono parole estranee ai politici. Dal 2000, il Consiglio federale, il Consiglio nazionale e il Consiglio degli Stati hanno respinto una trentina di iniziative parlamentari volte a combattere la crisi in ambito sanitario e a trovare una soluzione.

Per questo motivo l'iniziativa popolare federale "Per un sistema sanitario efficace" è stata lanciata nel 2017 con grande sostegno da parte della popolazione. In poco tempo sono state raccolte 114.000 firme. Il referendum intende:

- promuovere l'ingresso e il rientro nella professione in ambito sanitario,
- abolire lo status di operatore sanitario come una semplice professione ausiliaria,
- espandere l'assistenza indipendente senza prescrizione medica, in modo che i costi possano essere ridotti, nonché l'onere amministrativo,
- adeguare i turni del personale per evitare che un solo operatore sanitario diplomato sia l'unico responsabile di oltre 30 pazienti,
- tutelare la salute del personale sanitario,
- più tempo di riposo e migliori sistemi di turni e rotazioni per il personale di assistenza,
- introdurre salari che soddisfino le alte esigenze della professione in ambito sanitario,
- una migliore protezione dei diritti pensionistici degli assistenti,
- rafforzare in generale il fascino della professione assistenziale.

Poiché il cosiddetto controprogetto indiretto elaborato dal Parlamento è completamente inadeguato, l'iniziativa per il personale sanitario sarà presto sottoposta al giudizio dei cittadini e dei cantoni. Coloro che sono pazienti, pagatori di premi di assicurazione sanitaria, contribuenti e cittadini, se in futuro desiderano una buona assistenza per loro stessi, la propria famiglia, i propri parenti, amici e conoscenti nel nostro paese, dovranno necessariamente sostenere l'iniziativa e votare SÌ!

Alto tasso di mortalità nella terza età a causa del Covid-19

Lukas Bäumle, membro del Consiglio di Amministrazione ASA e Delegato CSA

In Svizzera, il tasso di mortalità tra gli anziani nelle case di riposo e di cura a causa di Covid-19 è molto alto rispetto ad altri paesi. Per questo motivo più di 100 analisti in campo medico esigono un'indagine scientifica per far luce su questo alto tasso di mortalità negli istituti a lunga permanenza.

La pandemia del Coronavirus ha dimostrato l'alta vulnerabilità delle persone nelle strutture di assistenza. Per molti ospiti di case di riposo e di cura, di case per malati mentali o disabili e di case di accoglienza, le drastiche restrizioni hanno causato grandi perdite nella qualità della vita e un deterioramento della salute.

I pazienti affetti da demenza sono particolarmente colpiti dalla crisi del Coronavirus

Alle persone che soffrono di demenza, in particolare, l'isolamento spaziale e sociale dalla famiglia e da persone di riferimento importanti ha causato un rapido declino cognitivo e al deterioramento fisico, spesso accompagnato da malattie secondarie che hanno avuto esito fatale. Tuttavia, la separazione non ha impedito che più della metà dei decessi legati al Covid-19 si verificassero nelle case di cura. Le ragioni di ciò sono note solo in parte: per esempio, l'aumento del rischio di infezione per le persone in famiglie numerose e, in alcuni casi, la mancanza di dispositivi di protezione per il personale sanitario o il fatto che quest'ultimi venissero forniti troppo tardi.

Pertanto, dovrebbero essere stanziati fondi per uno studio indipendente e scientifico per spiegare la correlazione tra gli alti tassi di mortalità nelle case di riposo e nelle case di cura. Andrebbe analizzato anche l'impatto della pandemia sugli ospiti delle case di cura, i loro parenti e i dipendenti. Inoltre, gli analisti in campo medico esigono che la libertà e i diritti personali delle persone in cura a lungo termine vengano garantiti anche durante una pandemia e che i criteri di ospedalizzazione dei residenti delle case di cura seguano gli stessi criteri del resto della popolazione.

Obiettivi della vaccinazione per il Covid-19: Ridurre la progressione di malattie gravi e i decessi.

Più della metà delle persone che sono morte a causa del Covid-19 finora vivevano in case di cura. Hanno sofferto molto per la pandemia, erano socialmente isolate e il personale sanitario e di assistenza ha lavorato al limite delle proprie possibilità.

Tuttavia, secondo le inchieste, solo circa il 40% del personale sanitario e di assistenza nelle case di cura è propenso a vaccinarsi contro il Covid-19. Per i residenti, la cifra si aggira intorno al 60 per cento. Sono dati spaventosi. Il personale sanitario e di assistenza che è in contatto diretto con gli ospiti deve assolutamente sottoporsi alla vaccinazione per proteggere se stesso e gli altri. In ogni caso anche gli anziani devono vaccinarsi per la propria sicurezza. Questo è l'unico modo per sconfiggere la pandemia in modo che la vita possa tornare alla normalità nelle case di cura sia per il personale che per gli ospiti.

50° anniversario dell'Associazione Svizzera degli Anziani (ASA)

Siete cordialmente invitati a festeggiare con noi il nostro 50° anniversario al Congresso dell'ASA a **Berna il 6 maggio 2022**.

Insieme a personalità della politica e delle organizzazioni terremo il nostro congresso e la celebrazione dell'anniversario a partire dalle 10 di mattina presso l'Hotel Bellevue. Dopo una presentazione sulla sicurezza a lungo termine delle pensioni e sui pilastri etici dell'invecchiamento, discuteremo la questione in modo più approfondito con due diverse generazioni di parlamentari in una tavola rotonda.

Il programma dettagliato e il modulo di registrazione saranno disponibili a breve sulla nostra homepage www.seniorenfragen.ch.
Vi aspettiamo!

Fabienne Bachmann, Vicepresidentessa ASA

SVS Schweizerischer Verband für Seniorenfragen
Association Suisses des Aînés (ASA)
Associazione Svizzera degli Anziani (ASA)
50 Jahre 1971-2021

Dopo il fatto, l'intervento del consiglio svizzero

Karl Vögeli, Presidente ASA

Ricordiamo cosa è successo lo scorso autunno: di punto in bianco, il Consiglio federale ha deciso che i trottoirs; parola francese che significa marciapiede, sarebbero stati aperti ai ciclisti di età non superiore ai 12 anni a partire dal nuovo anno.

Di fatto un riconoscimento successivo allo stato attuale delle cose! In ogni caso, molti ciclisti adulti sono talmente abituati ai marciapiedi che li usano regolarmente. L'ASA aveva protestato contro la nuova limitazione dei pedoni, ma invano. Questo perché molti pedoni non sono in grado di deviare rapidamente: le persone con passeggini o deambulatori sono spesso incapaci di reagire tempestivamente. L'autorità che ha "inventato" il nuovo regolamento per lo meno sembra rifletterci adesso con il senno di poi.

Per questo motivo, le due organizzazioni, ovvero Pro Velo Schweiz (a favore degli interessi dei ciclisti) e Fussverkehr Schweiz (a favore degli interessi dei pedoni), hanno lanciato una campagna d'informazione congiunta a nome del Fondo svizzero per la sicurezza stradale. La campagna è rivolta principalmente agli studenti e li esorta a rispettare i pedoni, che hanno il diritto di precedenza in tutti i casi (www.walknrollforkids.ch). Viene anche presentato un volantino con le regole relative ai marciapiedi. Tuttavia, non viene condotta alcuna valutazione. Inoltre, l'amministratore delegato di Fussverkehr Schweiz, Monika Litscher, non è proprio d'accordo con tale iniziativa. Nelle conversazioni, vengono fuori parole come "situazione difficile" o "prendere il toro per le corna". Probabilmente i pedoni avranno presto bisogno di uno specchietto retrovisore, dato che le biciclette non devono più avere un campanello.

IN MEMORIAM

Kaspar Zimmermann (1932–2021)

Ulrich Brügger, Segretario generale ASA

Del tutto inaspettatamente, all'inizio di gennaio, abbiamo ricevuto la notizia della morte improvvisa del presidente di lunga data dell'Associazione degli anziani di Glarona. Kaspar Zimmermann, l'ex sindaco di Glarona, non solo ha fondato con successo l'associazione cantonale di Glarona, ma si è anche guadagnato preziosi meriti grazie al ridimensionamento dell'Associazione svizzera degli anziani. È stato lui a riportare la nave dell'associazione in acque più tranquille a partire dal 2006.
L'assemblea dei delegati dell'ASA del 25 marzo 2010 ha premiato Kaspar Zimmermann come membro onorario. In qualità di presidente, si interessava al lavoro delle associazioni cantonali e partecipava alle loro assemblee generali ogni volta che era possibile. È stato anche un ospite abituale e gradito all'assemblea dei delegati dell'Associazione per gli anziani.
Kaspar Zimmermann continua a vivere nei nostri ricordi.
Porgiamo le nostre condoglianze ai parenti.

Demagogie mit der Demografie

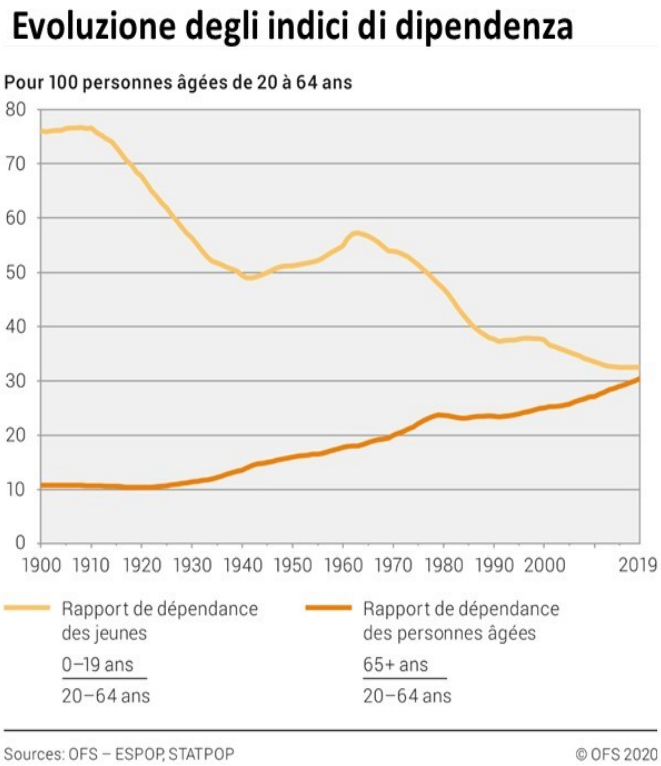
Marco Medici, SSR Delegierter der VASOS

Negli ultimi anni, è stato ribadito in continuazione un argomento che, a prima vista, può *sembrare inattaccabile. Il seguente: la previdenza per la vecchiaia è in pericolo in* quanto il rapporto tra la popolazione economicamente attiva e il numero di pensionati di vecchiaia (indice di dipendenza della vecchiaia) si sposta sempre più a scapito della popolazione attiva. Mentre oggi ci sono 3,45 persone in età lavorativa per ogni pensionato, tra 27 anni ci saranno solo 2,2 persone in età lavorativa.

Il "peso" di una pensione, che oggi è condiviso da quattro persone che lavorano, tra tre decenni dovrebbe quindi essere sostenuto da circa due persone che lavorano. Tali dati provengono da un rapporto del 2006 dell'Ufficio federale di statistica (UST). Il rapporto realizza scenari per lo sviluppo della popolazione svizzera fino all'anno 2050. Le suddette cifre si riferiscono allo scenario intermedio, che l'UST ritiene plausibile.

Lo scenario descritto è tragico. Tuttavia, tale argomentazione è sostanzialmente errata. La sosteni-bilità dei sistemi di sicurezza sociale non è determinata dall'indice di dipendenza degli anziani, bensì dal cosiddetto indice di onere complessivo. Tale indice esprime il rapporto tra la somma di tutte le persone non occupate e quelle occupate, compresi i bambini, i pensionati e i disoccupati. Sulle persone occupate non "grava" solamente l'onere delle pensioni di vecchiaia, ma anche di tutte le altre persone che non hanno un reddito proprio. In una popolazione stagnante, per esempio, un numero in calo di bambini può compensare l'aumento della percentuale di pensionati in termini di carico sulla popolazione attiva.

Entrambi gli indici di dipendenza dei giovani e degli anziani vengono illustrati nel seguente grafico dell'Ufficio federale di statistica su periodi di tempo più lunghi.



Per ottenere una visione sull'andamento dell'indice di onere complessivo, occorre sommare entrambe le curve. La somma degli indici di dipendenza degli anziani e dei giovani ammontava a circa l'85% all'inizio del secolo scorso, mentre al 75% nel 1970, per poi diminuire costantemente fino al 60% odierno. In tale grafico non sono incluse le persone in età lavorativa che non sono in grado di guadagnare un reddito (disabili e disoccupati); tale gruppo rappresenta attualmente circa l'8% della popolazione svizzera. L'indice di onere complessivo è dunque attualmente pari al 68%. Per gli standard storici si tratta di una cifra incredibilmente bassa. Ricorrere alla clava demografica per giustificare i tagli all'AVS è semplicemente sbagliato e demagogico!

queerAltern: orgogliosa dei risultati

Barbara Bosshard, Presidentessa queerAltern

Per il comitato è importante che i nostri lettori conoscano le organizzazioni membri della FARES. Di seguito, viene presentata l'associazione "queerAltern".
Buona lettura.

Questa immagine è del "Pride di Zurigo"; io (a destra), il presidente della queerAltern e la mia compagna. Per le persone queer (lesbiche, gay, bisessuali, transessuali, intersessuali) questo è probabilmente il giorno più importante dell'anno. A metà giugno, le persone queer ricordano il 1969, quando le persone trans e gay si sono rese visibili per la prima volta al pubblico nella città di New York e hanno resistito pubblicamente all'esclusione, all'arbitrio e all'aggressione.

Tali eventi segnano la storia di noi persone queer. Anche per noi in Svizzera. Soprattutto la vecchia generazione, che anche nella nostra democrazia ha vissuto la propria vita reale nascondendosi per decenni, poiché essendo omosessuale avrebbe perso la casa o il lavoro. Le organizzazioni queer come queerAltern sono nate proprio per tale motivo. Siamo attivi dal 2014. Siamo un'associazione di Zurigo con oltre 350 membri.

Lotta contro la discriminazione

queerAltern è stata originariamente fondata con l'intenzione di creare un luogo in cui le persone queer possano trascorrere la fase finale della loro vita, quando sono ancora più vulnerabili. Un luogo in cui gli anziani non debbano più nascondere il loro orientamento sessuale e le loro vite e vivere apertamente, senza pregiudizi e senza essere feriti psicologicamente. Un luogo in cui una donna lesbica possa mettere una foto di se stessa e della sua defunta compagna di vita senza che le venga chiesto: "questa è tua sorella". Un luogo in cui un gay possa passeggiare per i corridoi come un travestito con i tacchi alti senza essere guardato storto. Fin dalla sua fondazione, queerAltern ha sostenuto la necessità di realizzare un luogo privo di pregiudizi. Sul mercato libero abbiamo ricevuto solo rifiuti tra l'altro anche adducendo come motivazione che non sia lecito aspettarsi un gruppo del genere dai coinquilini (testuali parole!).

È in fase di realizzazione un progetto di sviluppo abitativo separato

Per questo motivo, due anni fa la nostra associazione si è rivolta alla città di Zurigo. Per la prima volta, le nostre esigenze sono state prese in seria considerazione. Il Dipartimento dell'Ambiente e della Salute (GUD) si è offerto di promuovere una maggiore diversità, che ora è anche annessa alla qualità della vita nel rapporto "Strategia per l'età 2035". Inoltre, la nostra associazione ha partecipato con successo a diversi seminari durante questa fase. E per l'attuazione è stato chiesto di nuovo a queerAltern di contribuire con la nostra voce.

Nel 2025, la città, in collaborazione con la nostra associazione, realizzerà il nostro piano per dare vita a un luogo residenziale per anziani queer. Sono in fase di costruzione nell'insieme di un complesso edilizio della fondazione "Espenhof; viviamo la diversità!" 26 appartamenti queer, adatti all'età, una sala comune e tre gruppi di case di accoglienza per un totale di 23 persone.

Associazione attiva

queerAltern è un'associazione attiva, sia all'interno che all'esterno. Organizziamo anche eventi pubblici che rendono visibili le questioni queer; recentemente, ad esempio, è stato organizzato uno spazio di visibilità su "Matrimonio per tutti - Il disgelo nella politica e nella religione". Il nostro lavoro include anche concerti pubblici con artisti queer e parlare di questioni politiche che ci riguardano.

Attraverso il nostro impegno, che opera sia internamente che esternamente, diamo il nostro contributo ad una società tollerante, aperta e diversificata, in modo che nel nostro giorno più importante dell'anno, il Pride, anche noi possiamo camminare per le strade di Zurigo pubblicamente orgogliosi e grati ai nostri antenati.

Appello per una democrazia attiva

Bea Heim, Presidentessa FARES

Cosa significa per la democrazia il numero crescente di anziani? I media scrivono di un imminente "dominio dei vecchi sui giovani", di stagnazione e gerontocrazia, o addirittura di una "guerra tra generazioni". Gli effetti del fiorente fenomeno dell'invecchiamento non sono da sottovalutare. Persino le proposte per l'esclusione degli anziani dalla politica sono ora "socialmente accettabili".

Così il ricercatore sulla felicità, il professor Bruno S. Frey, propaganda sulla NZZ di marzo la riduzione del potere di voto degli anziani. In compenso, i ragazzi dai 16 anni in su avranno la metà dei diritti di voto. Già nel 2016, una personalità politica di spicco aveva lanciato l'idea di ponderare il diritto di voto in base all'età. In qualità di cittadina attiva a cui è stata negata la partecipazione politica fino al 1971, lo trovo doppiamente discriminatorio. Coloro che sminuiscono i diritti democratici degli anziani negano loro il rispetto come membri a pieno titolo della società. Il messaggio è chiaro: via con i ragazzi dark, al massimo gli anziani sono ancora graditi come consumatori, clienti delle banche e contribuenti. Che "bel" futuro per le giovani generazioni di oggi!

Sono desiderati come consumatori, clienti delle banche e contribuenti...

L'esperienza della pandemia ha già dimostrato quanto sia importante per gli anziani essere ascoltati e avere voce in capitolo. La credibilità della democrazia dipende dal coinvolgimento del maggior numero possibile di persone e di tutte le generazioni. Il forte impegno dei giovani, il movimento delle donne e le organizzazioni degli anziani attive l'hanno resa più varia, più vivace e ha reso più visibili i punti in comune tra le generazioni. Siamo uniti dal desiderio di lavorare per un futuro socialmente sicuro e un ambiente sano.

Il CSA, insieme alle sue associazioni fondatrici FARES e ASA, sta lavorando duramente per raggiungere tale obiettivo.

La vita degli altri durante il Covid-19

Elisabeth Leo-Dupont, Delegata CSA

Indipendentemente dalla generazione di appartenenza, ciascuno di noi deve affrontare questa pandemia con le proprie risorse, la propria esperienza e la propria storia di vita. Le difficoltà psicologiche e sociali ci colpiscono in misura diversa, e ciò succede sia tra i giovani che tra le persone di mezza età o in pensione. Tuttavia, la capacità di resilienza nei periodi di forte preoccupazione non viene sviluppata allo stesso modo.

Ci sono, in effetti, dei fattori psico-sociali, come le emozioni positive, l'ottimismo, le abilità interpersonali o il supporto delle persone care, che possono svolgere un ruolo fondamentale. Inoltre, la prospettiva cambia a seconda di essere inseriti o meno nel mercato del lavoro.
Il nostro ruolo di senior è una garanzia di tranquillità dal punto di vista professionale, a differenza dei più giovani che stanno attraversando un periodo di forte instabilità, e in tutti questi anni abbiamo adottato un approccio diverso cogliendo al volo tutte quelle occasioni di libertà che ci hanno spesso consentito di allargare gli orizzonti grazie alla possibilità di dedicare il nostro tempo ai più piccoli, fare attività di volontariato o persino viaggiare. Si tratta di esperienze che ci arricchiscono e ci accompagnano per tutta la vita, aiutandoci a relativizzare i problemi, affrontare la realtà con pazienza e prestare attenzione alle difficoltà professionali delle altre persone.
Per questo motivo, volevo condividere con voi alcuni esempi che mi hanno impressionata:

"Flessibilità, nuovi colleghi, diverse abitudini di lavoro, tutte queste richieste si aggiungono ai compiti quotidiani"

Monique, 75 anni
È stata vicina al marito durante la sua lunga malattia, divenuta fatale a causa del coronavirus. Ritrovatasi sola in un paesino di montagna, con il suo dolore e tutte le pratiche funerarie da sbrigare, ha dovuto farsi forza per andare avanti e dare un nuovo senso alla sua vita. Ha quindi accettato la proposta del suo unico figlio, ovvero prendersi cura dei suoi tre bambini per sopperire alla chiusura dell'asilo. Così, questa settantenne devota alla famiglia ha percorso 150 km per svolgere questo incarico quattro giorni alla settimana; si tratta di un compito utile, faticoso e impegnativo, senza contare che in casa regna il silenzio, dato che la coppia lavora da remoto e spesso deve collegarsi in videoconferenza. Ci sono limitazioni sotto ogni aspetto… ma Monique ce la mette tutta, perché il suo senso del dovere e della responsabilità è più forte della stanchezza.
Fino a che punto dovrebbe spingersi la solidarietà intergenerazionale? E cosa dovrebbe fare Monique? Ascoltare la sua coscienza? Pensare alla sua salute? Assecondare il suo carissimo figlio o le richieste di sua nuora?

Sophie, 48 anni
Infermiera in un ospedale cantonale, dopo mesi dall'inizio della pandemia lavora ancora a ritmi molto serrati... Se il problema delle prime due ondate era stato la mancanza di conoscenze, personale e attrezzature, ci sono altre questioni che persistono tuttora, ovvero la contraddittorietà delle informazioni sul virus, l'altissimo rischio di contaminarsi e contagiare la famiglia, il flusso continuo di attività da sbrigare e soprattutto il numero insolito di decessi, oltre alle reiterate richieste dei parenti che vorrebbero rivedere il padre/madre un'ultima volta. Periodicamente e in base al numero di casi ricoverati e alla carenza di personale, Sophie deve riorganizzare i propri turni o integrarsi in un altro reparto per dare una mano. Flessibilità, nuovi colleghi, altre esigenze e abitudini di lavoro si aggiungono alle attività di ogni giorno. Come resistere malgrado la stanchezza e trovare il tempo di badare alla famiglia e ai due figli adolescenti che risentono del distanziamento sociale da amici e nonni, per non parlare della scarsa motivazione allo studio?

Alberto, 36 anni
Cuoco, in possesso di patente C, si è visto costretto a prendersi una pausa dal grande ristorante in cui lavora a seguito delle decisioni del Consiglio Federale. Da allora è assalito da tutta una serie di interrogativi: conserverà il proprio impiego? Riceverà ancora lo stipendio? Avrà modo di rispettare gli impegni contrattuali? Potrà aiutare economicamente la sua famiglia in Portogallo? Come occuperà le sue giornate, lui che è sempre stato così attivo? Come sarà vivere da solo in una piccola mansarda, senza la cucina e gli altri comfort?

Queste situazioni di vita sono esempi di sofferenza psicologica.
Alcune persone si sono ritrovate da sole o senza occupazione, mentre altre sono oberate di lavoro, con rischi ovviamente diversi. Se le prime si deprimono, passano le loro giornate sui siti di giochi online (un passatempo che può sfociare nella dipendenza) o sui social network con la loro quantità esagerata di *fake news*, le altre sono a un passo dall'esaurimento ma non si azzardano a farne parola per paura di perdere il posto. Tutte devono far fronte all'imprevisto e ai cambiamenti e hanno difficoltà a immaginare il futuro. La nozione di tempo, e quindi di ritmo di vita, è rimasta in sospeso. I punti di riferimento sono sempre più scarsi e ciò crea un senso d'insicurezza con tutta l'ansia che ne deriva. Si respira un'aria pesante e ciascuno di noi si ritrova faccia a faccia con le proprie emozioni (rabbia, paura, tristezza, rassegnazione). Le restrizioni sono ovunque, le vie d'uscita sono rare.

In circostanze del genere, come possiamo trovare un equilibrio per la nostra vita? Prendere le distanze, rallegrarsi delle piccole cose, immaginare un nuovo cammino, connettersi con la natura e i suoi valori, fare leva sui propri successi o sui momenti di autoconsapevolezza per riacquistare fiducia nella vita e soprattutto dimostrare di avere la forza di accettare le cose che non si possono cambiare, il coraggio di cambiare le cose che si possono cambiare e la saggezza per conoscere la differenza.

Questo è quanto insegnava il filosofo stoico Marco Aurelio 150 anni dopo Gesù Cristo.

Coronavirus

COSÌ CI PROTEGGIAMO

JUBILÄUM Schweizerischer Seniorenrat SSR 2001 CSA 2021 Conseil Suisse des Aînés JUBILÉ

IO MI FARÒ VACCINARE.

Franziska von Arx,
esperta in cure intense diplomata, vuole farsi vaccinare per dare il buon esempio ai suoi colleghi e alla sua famiglia e contribuire così al contenimento della pandemia.

Informatevi su
ufsp-coronavirus.ch/vaccinazione
o telefonando allo **058 377 88 92**
e prendete la vostra decisione personale di vaccinazione.

Franziska von Arx è presidente esecutiva della Società Svizzera di Medicina Intensiva.

Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Swiss Confederation

Bundesamt für Gesundheit BAG
Office fédéral de la santé publique OFSP
Ufficio federale della sanità pubblica UFSP
Uffizi federal da sanadad publica UFSP

Campagna di informazione patrocinata dalle seguenti organizzazioni:

CGDKS · VKS/AMCS · KAV/APC · SBK ASI · pharmaSuisse · mfe · pediatria svizzera · SGAIM SSMIG SSGIM