

# L'iniziativa | Al Muse il focus nell'incontro organizzato dalla Uil «Anziani, affrontare le sfide»

di **Elisa Egidio**

Gli over 65 in Trentino sono il 23,6% della popolazione (128. 721). Al Muse di Trento si è parlato di invecchiamento attivo, iniziativa di «Anziani protagonisti», organizzato da Uil Pensionati, in collaborazione con Ada (Associazioni per i diritti degli anziani) e Adarte Trentino. Un'occasione per riflettere sul valore sociale, culturale e civile degli anziani nella nostra società. Attraverso gli interventi di molti ospiti. Sono intervenuti Claudio Luchini, segretario Uil Pensionati Trentino, Paola Taufer, psicologa e psicoterapeuta, Mario Tonina, assessore provinciale alla salute, politiche sociali e cooperazione, Elena Aichner, segretaria confederale Uil, Cecilia de Laurenzi, tesoriera Ada nazionale e Carmela Barbagallo, segretaria nazionale Uil Pensionati. In occasione dell'inaugurazione della nuova sede Uil Pensionati/Adarte in via Matteotti sono state allestite due mostre d'arte, una temporanea e una permanente. «Gli anziani non sono il passato – ha spiegato Claudio Luchini – La popolazione è in aumento e deve affrontare tante sfide: dalle lunghe liste d'attesa ai problemi di assistenza alla prevenzione». È in aumento anche l'emergenza della



**Convegno** L'incontro sugli anziani organizzato dalla Uil Pensionati © Foto Loss

salute mentale, con anziani sempre più soli. «L'11% degli anziani in Trentino vivono da soli – continua – L'assistenza sul territorio manca di alcune figure specializzate per un malato d'Alzheimer». Gli anziani, tra le altre cose, sono maggiormente colpiti dalla povertà. «Il rischio è che milioni di persone vengano trattate come un aspetto macroeconomico – denuncia Luchini – Le persone devono essere messe al centro». La psicologa Paola Taufer ha invece condiviso alcuni consigli per vivere la terza età come un momento rigenerativo per ritrovare se stessi anche nelle relazioni con gli altri, due aspetti spesso trascurati durante la vita lavorativa. «Stare bene

non è solo assenza di malattia, ma vuol dire benessere fisico, psicologico e sociale», ha spiegato Taufer. Fondamentale, per raggiungere il benessere psicologico, riscoprire il valore dell'autostima. «Un aspetto che dobbiamo mantenere ad un livello medio –premette la psicoterapeuta – E che ci accompagna fino all'ultimo giorno della vita». L'invecchiamento attivo non può inoltre prescindere dalla creatività e dalla curiosità. «Una ricerca dell'anno scorso sull'intelligenza creativa ha dimostrato che dedicarsi a qualche forma di creatività riduce il rischio di demenza del 45%», ha concluso la Taufer.