
DARE NUOVA VITA AL TEMPO

LA STAGIONE DELL'INVECCHIAMENTO



Che cosa significa oggi veramente l'invecchiamento?

Come interpretare, vivere, quei segni che nella memoria, nel corpo, nelle relazioni, nelle scelte personali si scoprono, gradualmente quanto improvvisamente?

Riflessioni per comprendere, per ripensarsi, per affrontare con consapevolezza il cammino della vita.

Un ciclo di cinque seminari, con la partecipazione di studiosi che da anni lavorano su questo tema, e tanto spazio di confronto non solo con loro, ma anche fra i partecipanti

Nel 1996 L'Associazione Nestore nasce per promuovere in Italia la "formazione al pensionamento". Oggi, muovendosi in più direzioni (corsi e seminari, studi e ricerche, pubblicitaria, momenti di socializzazione) propone una offerta culturale e un accompagnamento personalizzato sui temi dell'active ageing, dell'invecchiamento attivo. Promuove il valore dell'invecchiamento come una stagione di vita progettuale e ricca di possibilità.



In collaborazione con



CALENDARIO INCONTRI

<p>7 febbraio Riflessione generale sull'invecchiamento e su come esso investa la percezione di sé</p> <p>SALVATORE NATOLI MARIOLINA GRAZIOSI</p>	<p>C'è stato un tempo in cui ad arrivare alla vecchiaia erano in pochi, anzi sarebbe più giusto dire che era la vecchiaia ad andare loro incontro. Il termine latino senectus (vecchiaia) rimanda al verbo senesco, che vuol dire anche "scemare a poco a poco", "venir meno", "tramontare". Ora, quando la vecchiaia la si colloca nella prospettiva del tramonto viene inevitabilmente connessa con la riduzione delle prestazioni del corpo, della sensibilità, della percezione. Ma guardarla da questo punto di vista è unilaterale, riduttivo e soprattutto non permette di cogliere gli aspetti positivi che, al pari di ogni altro periodo della vita, essa possiede.</p> <p>Inoltre, con l'allungamento della vita media si sono moltiplicate le "vecchiaie": esistono "vecchi giovani" e "vecchi vecchi". A sessant'anni si ha un'aspettativa di vita superiore a vent'anni, un periodo che può essere vissuto con grande intensità. Certo non tutti riescono a vivere bene la loro vecchiaia, ma in molti casi il problema non è dato dalla vecchiaia, ma dalle condizioni di vita. Ora, un anziano ancora vitale non indugia più di tanto sul pensiero della morte, ma quando la vecchiaia comincia a divenire faticosa è un pensiero che diviene assiduo. Non resta che vivere «giorno dopo giorno» ed è pur sempre un giorno guadagnato. Vi sono vecchi molto avanti in età, ma per i quali ogni giorno è un "nuovo inizio", ogni sera un "ringraziamento". E tutto ciò è segno manifesto di come la vita non vuole mai staccarsi da sé.</p> <p>Secondariamente, a partire dalle riflessioni di Salvatore Natoli e del libro di J. Hillman 'La forza del carattere' si proporrà un'analisi della vecchiaia come compimento del carattere e non come un protrarsi degli anni grazie alle cure mediche e al patrimonio genetico. Partendo dalle domande esistenziali di fondo: a che cosa serve la vecchiaia, che scopo ha la vecchiaia, Hillman cerca di penetrare l'essenza della vecchiaia che lui individua nel carattere, ovvero in quell'impronta che ognuno di noi ha in sé e che si dispiega, si delinea e si definisce nel corso degli anni. La vecchiaia, dunque, come fase necessaria al compimento del carattere, che può anche leggersi come compimento del significato di un'esistenza. Un significato che non è universale, ma individuale e il carattere ne è la fonte, l'artefice, il motore.</p>
<p>14 febbraio Pensionamento e invecchiamento: transizione di ruoli sociali e costruzione di nuove appartenenze</p> <p>RENZO SCORTEGAGNA</p>	<p>Il ruolo sociale è la condizione che esprime i legami tra le persone, viste nei rispettivi contesti di vita.</p> <p>L'invecchiare influenza la dinamica dei ruoli e i processi di appartenenza sociale. Su questi ultimi può pesare il condizionamento derivante dalle azioni di emarginazione e/o esclusione sviluppati dalla organizzazione sociale, per mantenere o riprodurre i propri modelli culturali. Così l'età, pur non essendo un ruolo, diventa fattore di aggregazione e quindi riferimento di appartenenza: la società non riconosce più le persone come dirigenti, casalinghe, operai, professionisti, ma le omogeneizza in una nuova categoria, che chiama vecchiaia, la categoria sociale dei vecchi. E' un punto critico, perché di fatto si lascia spazio al prevalere dello stereotipo culturale, piuttosto che lasciare lo spazio al cambiamento. L'esperienza individuale dell'invecchiamento (perché prima di tutto rimane una esperienza individuale), deve fare prima di tutto i conti con questo. Quando per qualche ragione cambia il contesto (e il pensionamento potrebbe rappresentare uno di questi cambiamenti) la sfida personale è rivedere i meccanismi di appartenenza, sia per dare senso alle azioni della vita quotidiana. Ed anche per contribuire alla costruzione e allo sviluppo del capitale sociale che connota una comunità.</p>

<p>28 febbraio Nonne e nonni di oggi: un ruolo diverso rispetto al passato?</p> <p>CLAUDIA ALEMANI ELENA DE MARCHI</p>	<p>Parafrasando Chiara Saraceno, potremmo dire che i nonni sono oggi “la gamba nascosta” del welfare italiano, imperniato più sulla famiglia che sui servizi sociali. Nel nostro paese, il 68% dei bambini da 0 a 2 anni viene affidato ai nonni, il 60% vede i nonni tutti i giorni. L’affidamento sale al 70% per i bambini tra i 3 e i 5 anni e resta alto fino ai 13 anni. Per una volta si può essere d’accordo con Benedetto XVI che ha definito i nonni “un tesoro”.</p> <p>Sempre di più le nonne e i nonni di oggi sono impegnati nelle relazioni con i-le nipotini e si rivelano una preziosa risorsa anche nelle organizzazioni delle giovani famiglie.</p> <p>Siamo dunque in presenza di un quadro che sembra, almeno apparentemente, mutato dalle nuove esigenze della contemporaneità. I nonni e le nonne, forse oggi vivono una ambivalenza: tra la difesa dei propri spazi di libertà (sono i baby boomers, hanno avuto lavori sicuri e retribuzioni dignitose, vogliono disporre di tempo per sé, anche perché sono ancora in salute e con pensioni decenti, maturate a 60 anni) e il voler essere sempre “a disposizione”, tra il desiderio che le figlie e i figli se la cavino da soli e il non voler perdere un ruolo significativo nelle loro vite.</p> <p>Ma quale era il ruolo dei nonni in passato? Non era anche qui rilevante il coinvolgimento dei nonni, e soprattutto delle nonne, nella cura dei nipotini e il loro ruolo di cura parentale quasi a tempo pieno? Ci sono allora davvero cambiamenti? Quali persistenze e quali continuità possiamo rintracciare nel presente guardandoci indietro?</p>
<p>7 marzo Le transizioni del corpo: le capacità funzionali</p> <p>MAURO COLOMBO</p>	<p>Sfatiamo la visione solo involutiva dell'invecchiamento che, per l'uomo e per la donna costituisce una ricerca di nuovi equilibri, al punto da arrivare alla potenziale inversione nel significato dei "fattori di rischio tradizionali". Tale costruzione di nuovi equilibri può risultare pienamente di successo, oppure andare incontro a "negoziazioni" fisiopatologiche, ed esporre a situazioni che rientrano nell'universo della "fragilità". Se prendiamo in esame le più importanti funzioni dell'organismo possiamo evidenziare i fattori di plasticità che si mantengono nella terza età. L'alimentazione, il movimento, il sonno, il sesso, la mente, i farmaci, le funzioni escrettrici, il cuore e la funzione respiratoria vengono analizzati contrapponendo a stereotipi negativi visioni gerontologiche positive. Quello che conta è una corretta educazione sanitaria ed avere attenzione per la prevenzione: non per diventare giovani ma per invecchiare bene, per promuovere un'educazione sanitaria per gli anziani che non si basi sulla paura della malattia ma sull'amore per la vita.</p>
<p>14 marzo Le transizioni del corpo: le capacità cognitive</p> <p>ANTONIO GUAITA</p>	<p>Con l'avanzare dell'età è inevitabile osserviamo lenti cambiamenti nel nostro corpo. Qualcosa cambia anche nelle funzioni mentali: molti lamentano cali di memoria, improvvise afasie... La preoccupazione è dietro l'angolo: ma è un cambiamento normale o l'inizio di una patologia (magari progressivamente invalidante)? E' importante sapere che le modificazioni del cervello che accompagnano l'invecchiamento non sono tutte negative, ma esistono anche importanti processi di compenso e di riparazione, che, se aiutati, sono in grado di costruire nuovi equilibri funzionali. La vecchiaia non è una malattia ed è quindi importante conoscersi meglio, 'riconoscere' quel che ci accade, e sapere come affrontare il quotidiano per la tutela del proprio benessere. Ascoltare i propri cambiamenti per conoscerli meglio è la prima strategia per la tutela della propria qualità di vita.</p>

PROGRAMMA DEGLI INCONTRI

Coordina: CARLA FACCHINI

14.30 – 15.30	Apertura, presentazioni, introduzione del relatore
15.30 – 16.30	Sottogruppi, guidati (da Carla Facchini, Giorgio Gorli, Licia Riva, Mauro Vaiani), confronto sulle tematiche presentate
16.30 – 17.30	Restituzione da parte dei facilitatori del dibattito e commenti finali del relatore

I DOCENTI

SALVATORE NATOLI	<i>Si è laureato in Storia delle Filosofie presso l'Università Cattolica di Milano, sotto la guida di Emanuele Severino. Attualmente è professore di filosofia teoretica presso la Facoltà di Scienze della Formazione dell'Università degli Studi di Milano Bicocca. Oggetto delle sue ricerche sono passioni e affetti; particolare attenzione è stata dedicata al tema del dolore, affrontato in diverse sue opere. Altri temi centrali nella sua riflessione sono rappresentati dalla teoria dell'azione e dalle forme del fare, dove l'agire non è un semplice fare, ma consiste propriamente nel dar senso a quel che si fa. Ha collaborato con numerose riviste ed è tutt'ora un attivo partecipante al dibattito filosofico e culturale contemporaneo. Tra le sue pubblicazioni: 'Dizionario dei vizi e delle virtù', 1996; 'La felicità. Saggio di teoria degli affetti', 2003; 'Parole della filosofia: o dell'arte di meditare', 2004; 'Il buon uso del mondo', 2015.</i>
MARIOLINA GRAZIOSI	<i>Ha conseguito il PhD in sociologia presso The University of Wisconsin, Madison Psicologa Analista AGAP, diplomata presso l'Istituto C.G Jung di Zurigo. Membro ARPA e professore associato di Sociologia presso la facoltà di Scienze Politiche dell'Università degli studi di Milano. Tra i suoi libri si segnalano: 'La donna e la storia. Identità di genere e identità collettiva nell'Italia liberale e fascista', 2000; 'Alle radici della morale', 2013..</i>
RENZO SCORTEGAGNA	<i>Ha insegnato Sociologia generale e Sociologia dell'organizzazione, presso la Facoltà di Scienze Politiche dell'Università di Padova, dove è stato presidente del Corso di laurea in "Governo delle amministrazioni". Dal 1989 svolge inoltre attività professionale di consulenza manageriale e di sviluppo organizzativo, specialmente nel settore pubblico, affrontando anche le tematiche della comunicazione interna nelle aziende e negli enti. Gli studi e la ricerca sono orientati verso la Pubblica Amministrazione, in particolare nell'ambito dell'organizzazione dei Servizi sociali e sanitari. E' direttore scientifico dell'Istituto per gli Studi sui Servizi Sociali di Roma e Direttore Responsabile della Rivista di Servizio Sociale, edito dallo stesso Istituto. Coltiva inoltre un notevole interesse per le tematiche relative all'invecchiamento, sia per gli aspetti generali, che per quelli applicati. Tra le sue pubblicazioni su questo tema, si segnala, in particolare, il volume 'Invecchiare' 2005; Age management. Il valore dell'esperienza nelle organizzazioni del lavoro, Milano, 2006 Vivere e morire con dignità. L'impatto della tecnologia sull'invecchiamento, Marsilio, 2011.</i>

<p>CLAUDIA ALEMANI</p>	<p><i>Collabora alla cattedra di Pedagogia generale dell'Università Bicocca di Milano, dove si occupa anche della supervisione pedagogica dei gruppi in tirocinio. Inizialmente Ha preso parte a numerose ricerche sulle tematiche femminili e nell'ambito del lavoro domestico. Tra le sue pubblicazioni, (con De Marchi), 'Per una storia delle nonne e dei nonni. Dall'Ottocento ai nostri giorni', (Viella, 2015) e, (con M.C. Fedrigotti) 'Donne e nonne. I volti di un ruolo sociale', Milano, 2012.</i></p>
<p>ELENA DE MARCHI</p>	<p><i>E' dottoressa di ricerca in Società europea e vita internazionale nell'età moderna e contemporanea presso l'Università di Milano. Tra le sue pubblicazioni, Dai campi alle filande. Famiglia, matrimonio e lavoro nella "pianura dell'Olona" 1750-1850 (Milano 2009) e,(con Alemanni), Per una storia delle nonne e dei nonni. Dall'Ottocento ai nostri giorni, (Viella, 2015)</i></p>
<p>MAURO COLOMBO</p>	<p><i>Specializzato in Geriatria e Gerontologia presso l'Università di Pavia nel 1983. Dallo stesso anno opera presso l'Istituto "Camillo Golgi" di Abbiategrasso di cui è attualmente responsabile delle attività di riabilitazione e della Residenza Sanitaria Assistenziale. Dal 2011 inoltre responsabile del coordinamento ricerche per "Golgi Redaelli" ASP (azienda servizi alla persona). Ha pubblicato numerosi articoli d'argomento geriatrico inerenti l'invecchiamento e le patologie geriatriche su riviste italiane e internazionali.</i></p>
<p>ANTONIO GUAITA</p>	<p><i>Attualmente dirige la Fondazione Golgi Cenci, che si occupa di studi e ricerche sull'invecchiamento cerebrale e le demenze, avendo lasciato nell'aprile del 2008 l'Istituto Golgi che dirigeva dal 1990. Membro della società di Gerontologia e Geriatria, della Gerontological Society of America, della Associazione Italiana di Psicogeriatria. E' componente del gruppo "Network non autosufficienza (NNA)" che pubblica un rapporto annuale sulla non autosufficienza in Italia, arrivato alla quinta edizione. E' docente alla scuola di specialità in Geriatria delle Università di Milano e di Milano Bicocca, e tiene un laboratorio di psicogeriatria nel corso di laurea specialistica di psicologia all'Università Cattolica di Milano. Presidente della sezione lombarda della Società di Gerontologia e Geriatria, co-direttore della rivista "I luoghi della cura" e ha pubblicato alcuni volumi sia d'argomento geriatrico assistenziale, che di prevenzione ed educazione sanitaria con gli anziani, e numerosi articoli, , su riviste italiane e internazionali, d'argomento geriatrico inerenti all'invecchiamento e la patologia geriatrica, l'organizzazione dei servizi assistenziali, la riabilitazione motoria, e la cura al malato di demenza.</i></p>
<p>CARLA FACCHINI</p>	<p><i>E' professore Ordinario di Sociologia della famiglia presso l'Università di Milano Bicocca; è docente, inoltre, presso la Scuola di Specializzazione in Geriatria di Milano Bicocca e presso il Master in 'Gérontologie Sociale' dell'Università di Marsiglia. Dal 2016, è vice Presidente dell'Associazione 'Nestore' (dal 1999 nel Comitato scientifico). Ha svolto numerose ricerche sulla condizione anziana e sulle transizioni dell'invecchiamento. Numerose le pubblicazioni su questi temi, tra le quali: Anziani: pluralità e mutamenti, 2001; Anziani e sistemi di Welfare, 2005; Dal lavoro al pensionamento. Vissuti, progetti (con Albanese e Vitrotti), 2006; Anziani e badanti (con Da Roit), 2010.</i></p>

Dove e quando?

Presso la sede dell'**Associazione Nestore**
c/o Società Umanitaria
Via San Barnaba 48, 20122 Milano

Orario: 14.30 - 17.30

Per info:

Tel. 02 5796 8359

www.associazionenestore.eu

Quanto?

100 euro per l'intero ciclo di 5 incontri

25 euro per ogni singolo incontro

Per ogni nuovo socio un incontro è gratuito