

VITTA

Festiva

PER PROMUOVERE E TUTELARE I DIRITTI DEGLI ANZIANI E DEI PENSIONATI



Vitattiva N° 3 - Anno 2015 - Luglio | Settembre
Supplemento n. 1 al periodico ACLI trentine n. 7-8 - 2015
Anno 49°

**SEI SOCIO FAP!
ALL'INTERNO TROVERAI
LE OPPORTUNITÀ
A TE RISERVATE!**

ALL'INTERNO PAG. 2 - Aggiornamento delle pensioni PAG. 3 - Pellegrinaggio Pietralba 20 settembre 2015
PAG. 4 - La Memoria: a pesca di ricordi... PAG. 5 - Festa dei Nonni 2015 PAG. 6 - Buona sanità con meno risorse: una sfida possibile

EDITORIALE

Una grande enciclica sociale

La nuova enciclica Laudato si' di papa Francesco intende rivolgersi «a ogni persona che abita questo pianeta». Per questo è scritta in un linguaggio semplice e narrativo, a volte poetico, perché ci sia più facile capire che siamo di fronte a una sfida epocale: «Il grande deterioramento della nostra casa comune», la terra. Che non è un fenomeno naturale, bensì causato dall'attività umana.

Colpevole principale: l'attuale modello di sviluppo economico basato sulla massimizzazione del profitto, il mito del progresso materiale illimitato e lo sfruttamento indiscriminato delle risorse naturali. Papa Francesco offre in sintesi

il risultato di studi di ricercatori e scienziati che mostrano gli effetti deleteri di questa sistema: il surriscaldamento del pianeta, la perdita di biodiversità, l'inquinamento dell'acqua, dell'aria e del terreno, l'impoverimento del patrimonio ittico dei mari, la deforestazione nelle zone umide, ecc. Deterioramento dell'ambiente – sottolinea con forza il papa – che colpisce in modo speciale i più poveri. I quali non hanno mezzi e risorse sufficienti per fare fronte al funesto impatto di cambiamenti climatici dovuti al surriscaldamento globale.

L'enciclica è un pressante invito a non perdere altro tempo se l'umanità vuole «uscire

La Fap del Trentino promuove la FESTA DEI NONNI 2015

Dando seguito a quanto comunicato nel precedente numero, siamo ora in grado di fornire maggiori dettagli sulla nostra iniziativa.

[continua a pagina 5](#)

PELEGRINAGGIO PIETRALBA 20 SETTEMBRE 2015

In occasione della festa patronale
per la solennità della Madonna Addolorata

[pagina 3](#)

dalla spirale dell'autodistruzione». È questa l'ora di agire. Con un «approccio integrale: per combattere la povertà, restituire dignità agli esclusi e, nello stesso tempo, prendersi cura della natura», mirando all'attuazione di uno sviluppo sostenibile ed equo.

Le sfide davanti a noi sono gigantesche. Papa Bergoglio ci incoraggia ad affrontarle

con fiducia. In particolare, fa appello alla coscienza di ogni cristiano che nella fede può trovare le motivazioni profonde per un'ecologia integrale, dove si possa realizzare il sogno del Poverello di Assisi che «visse in armonia meravigliosa con Dio, con sé stesso, nella fratellanza con tutto il creato».

[da Nigrizia luglio 2015]

AL VIA LA CAMPAGNA DELLE ACLI CONTRO I PRIVILEGI DELLA POLITICA

Le Acli, con l'adesione di tante altre associazioni e movimenti della società civile, sentono il bisogno di intervenire con una proposta operativa sulla questione dei privilegi della politica al fine di riavvicinare la vita di coloro che si occupano

a livello professionale della gestione del bene comune con la vita degli altri cittadini. Con questa proposta viene fissato in legge l'obiettivo di far risparmiare alle casse della Regione Trentino Alto Adige ben 5.240.000 euro l'anno che andranno

a costituire un Fondo per il sostegno della famiglia e dell'occupazione come segnale tangibile di solidarietà fra amministratori ed amministrati.

Le Acli organizzeranno nelle prossime settimane tavoli in tanti paesi e città del Trentino oltre che presso le segreterie dei comuni.

Firma anche Tu contro i privilegi!

Aggiornamento delle pensioni

La perequazione riconosciuta per gli anni 2012 e 2013 – LIQUIDATA UNA TANTUM

La nuova formulazione del decreto legge si occupa di definire nello specifico la nuova disciplina delle pensioni da applicare con riferimenti agli indici di rivalutazione già stabiliti per gli anni 2012 e 2013. Il meccanismo adottato è simile a quello previsto dalla legge di stabilità 2014.

La nuova disposizione si applica sull'importo complessivo costituito dalla somma di tutte le pensioni possedute dal pensionato e prevede, per i trattamenti superiori a tre volte il trattamento minimo INPS, il riconoscimento della rivalutazione automatica secondo aliquote decrescenti applicate in rapporto al valore dell'importo pensionistico.

Nella tabella sottostante è possibile visualizzare i quattro scaglioni di importo e le relative percentuali da applicare all'indice di rivalutazione previste per gli anni 2012/2013.

FASCE DI IMPORTO PENSIONISTICO	% INDICE DI RIVALUTAZIONE ANNI 2012/2013
Fino a 3 volte il TM	100%
Oltre 3 volte il TM e fino a 4 volte il TM	40%
Oltre 4 volte il TM e fino a 5 volte il TM	20%
Oltre 5 volte il TM e fino a 6 volte il TM	10%
Oltre 6 volte il TM perequato	Nessun aumento

Destinatari del nuovo intervento sulla rivalutazione sono quindi i soggetti che a dicembre 2011 avevano in godimento una pensione mensile lorda superiore a tre volte il trattamento minimo INPS e coloro che, alla stessa data, erano titolari di una pensione non superiore a 6 volte il trattamento minimo INPS. Per ciascuna classe di importo la norma prevede inoltre una clausola di salvaguardia a favore delle pensioni che si collocano immediatamente oltre il limite di ciascuna fascia. Si tratta della "fascia di garanzia", adottata anche nel regime di rivalutazione valido per il 2014/2016, la quale è applicata quando, calcolando la perequazione con la percentuale della fascia di appartenenza il risultato è inferiore al limite della fascia precedente rivalutato.

IL MECCANISMO ADOTTATO È SIMILE A QUELLO PREVISTO DALLA LEGGE DI STABILITÀ 2014

La perequazione riconosciuta per il biennio 2014/2015 e dal 2016

Secondo l'interpretazione della norma che l'Istituto sembra orientato ad adottare, l'incremento di rivalutazione riconosciuto negli anni 2012-2013 non verrà pienamente "trascinato" negli anni successivi, ma verrà riconosciuto in una determinata misura percentuale pari al 20% per gli anni 2014/2015, ed a un ulteriore 30% a decorrere dal 2016.

A partire, poi, dall'1 gennaio 2016 si prevede l'aggiunta di un'ulteriore quota pari al 30% dell'incremento di rivalutazione spettante per gli anni 2012 e 2013, tale da consentire il raggiungimento della misura del 50% indicata dal comma stesso. Come già ricordato a partire dal 1 agosto 2015 l'INPS ha messo in pagamento le somme arretrate. Al momento non è ancora chiaro se le somme da corrispondere ad agosto comprenderanno anche i ratei fino a dicembre 2015 o soltanto quanto dovuto fino ad agosto. In tale seconda evenienza, a partire dal primo di settembre sarà evidente per il pensionato un incremento mensile del rateo pensionistico correntemente in pagamento.

Per quanto riguarda le tutele delle singole situazioni il Patronato Acli ha fornito le seguenti indicazioni:

"Riteniamo sostenibili le pretese dei pensionati volte ad ottenere una maggiore quantificazione della perequazione spettante a partire dal 2012, con riferimento quantomeno ai trattamenti pensionistici d'importo complessivamente inferiore a sei volte il trattamento minimo.

Nei confronti di coloro i quali si rivolgeranno ai nostri uffici si potrà quindi procedere all'inoltro di una domanda di ricostituzione".

La circolare Inps, n.125 sopra richiamata, ha inoltre chiarito che gli eredi dei soggetti aventi diritto agli arretrati spettanti occorre presentare apposita domanda. 

Pellegrinaggio Pietralba 20 settembre 2015

IN OCCASIONE DELLA FESTA PATRONALE PER LA SOLENNITÀ DELLA MADONNA ADDOLORATA



PROGRAMMA

- ore 9,30** Ritrovo per partenza in pullman al parcheggio ex Zuffo Trento
- ore 10,30** Arrivo al Santuario di Pietralba
- ore 11,00** **Celebrazione Eucaristica** in lingua italiana con **Indulgenza Plenaria**
- ore 12,00** Pranzo (al sacco o con convenzione al ristorante attiguo al Santuario)
- ore 15,00** **Processione solenne** nei prati e nei boschi attorno al Santuario con immagine della Madonna portata dagli Schutzen, accompagnata dalla banda musicale
- ore 16,00** **Solenne benedizione** dei paesi e delle vallate del Trentino alto Adige
- ore 16,30** Partenza per rientro

Informazioni e prenotazioni

Segreteria FAP Acli - Trento, Via Roma 57 III piano - Tel 0461 277244 (ore 8.00 - 12.30)
o presso Segreteria Pastorale Anziani Via Barbacovi 10 - Tel 0461 891386 (ore 9.00-12.00)

Quote partecipazione

- Soci FAP viaggio pullman € 5,00
- Soci ACLI viaggio pullman € 10,00
- Non Soci viaggio pullman € 15,00

SERVIZIO PULMANN CON PARTENZE DA:

I LINEA

- Avio > ore 8.30 Sabbionara Piazza
- Ala > ore 8.40 Statale, davanti Supermercato Poli
- Rovereto > ore 9.00 Stazione FS
- Besenello > ore 9.10 Piazza della Chiesa
- Trento > ore 9.30 Piazzale Zuffo

II LINEA

- Fiera Primiero > ore 7.30 Albergo Astoria
- Predazzo > ore 8.45 davanti Supermercato Poli
- Cavalese > ore 9.15 Fermata Bus Piazza Francescani

III LINEA

- Borgo > ore 8.15 Ristorante S. Giorgio, Via Fratelli
- Levico > ore 8.45 Supermercato Poli, C.so Centrale
- Pergine > ore 9.10 Stazione Viale Dante
- Trento > ore 9.20 Palazzo Regione
- Trento > ore 9.30 Piazzale Zuffo

"DEDICATO A TE"

La Memoria: a pesca di ricordi...

Con l'avanzare dell'età le strutture dell'organismo si indeboliscono gradualmente e alcune capacità funzionali diminuiscono. Una delle prime avvisaglie dell'invecchiamento che viene spesso riferita e talvolta vissuta con disagio e preoccupazione riguarda la memoria. Si stima che dopo i 50 anni il 50-70% delle persone si lamenti della propria memoria e si tratta principalmente di dimenticanze che riguardano la *memoria a breve termine*. Ma che cos'è la memoria a breve termine? Quella particolare memoria che ha il compito di immagazzinare per brevi periodi di tempo le informazioni e permettere di ricordare da 5 a 9 informazioni differenti per al massimo 90 secondi. Ecco che allora si possono dimenticare parole o nomi di persone, numeri di telefono, il codice del bancomat, indirizzi, perdere il filo del discorso, entrare in una stanza e dimenticare cosa si aveva in mente di fare, perdere oggetti quotidiani, dimenticare le chiavi di casa... La memoria è una delle funzioni più complesse dell'attività umana, è quell'insieme di funzioni del cervello che ci consentono di registrare messaggi o informazioni grazie alla collaborazione degli organi di senso (udito, vista, tatto..) e di rievocarli quando lo desideriamo. Per esempio, una riduzione dell'udito, che talvolta si verifica con l'avanzare dell'età, può portare alla difficoltà di ascoltare la voce delle persone o di comprendere alcuni tipi di parole, una persona che ha un disturbo dell'udito



La nuova Rubrica di Psicologia che ha l'obiettivo di affrontare tematiche inerenti l'invecchiamento e la terza età.

A cura della dott.ssa **Ylenia Farris**
Psicologa clinica e
Insegnante di massaggio infantile

A settembre prenderà il via lo **"Spazio di ascolto e supporto psicologico"**, spazio promosso dalla FAP Acli, nel quale poter ricevere un aiuto di tipo psicologico in caso di situazioni di difficoltà proprie o che riguardano i propri famigliari.
La Dott.ssa Ylenia Farris sarà disponibile ad accogliervi nei giorni ed orari indicati.

Il servizio è gratuito per i Soci FAP.

Con l'attuale crisi socio-economica, non è sempre possibile accedere ed usufruire dei Servizi convenzionati, questo servizio nasce per supportare il Servizio pubblico nella prevenzione e promozione del benessere psicologico e rispondere sul territorio alle sempre maggiori richieste di intervento sul disagio psicologico.

può apparire smemorata, mentre il vero problema è la mancanza di informazioni corrette. Anche i deficit della vista possono determinare in maniera indiretta, deficit della memoria.

Altro importante fattore che influenza la memoria è il livello di attenzione che si rivolge ad un determinato evento, dalla risonanza affettiva che questo evento esercita su di noi e dalle circostanze in cui l'evento viene ricordato. Se è vero oggettivamente che la memoria invecchiando si arrugginisce un po', è altrettanto vero che essa può continuare a funzionare normalmente se la si aiuta, esistono infatti dei piccoli esercizi quotidiani, oltre a veri e propri programmi di stimolazione e potenziamento cognitivo che possono aiutare a mantenere giovane la memoria oppure a bilanciarne le lacune. L'esercizio può essere costituito da riassunti di letture o di programmi televisivi mentalmente o ad alta voce, almeno una volta al giorno, dall'esecuzione di cruciverba e dalla ripetizione di filastrocche, poesie o storielle, un po' come si faceva a scuola. Un'altro metodo per facilitare il ricordo è la creazione di collegamenti tra nomi, oggetti o fatti, oppure la loro trasposi-

zione in immagini, colori o numeri poiché ciò richiede l'elaborazione del contenuto e quindi ne facilita il ricordo. È poi possibile aiutare la memoria ricorrendo ad alcuni semplici presidi che la possono sostenere, utilizzando gli ausili che servono a ricordarci che dobbiamo fare qualcosa, anche se non specificano cosa dobbiamo fare come sveglie, timer, oppure utilizzare i blocchi per gli appunti, le agende, i computer, i registratori per fissare le informazioni che si vogliono conservare.

Quando una persona però presenta disturbi di memoria che ostacolano la possibilità di una vita autonoma o che riguardano informazioni importanti è necessario che si rivolga al proprio medico curante che saprà indicare l'iter più adatto per capire ed affrontare al meglio la situazione. Se siete infastiditi da frequenti dimenticanze, avete l'impressione di avere (voi o un vostro parente) la difficoltà di collocarvi nel tempo e nello spazio, o se vi sentite spesso tristi o in ansia, parlate con qualcuno, una persona cara, il vostro medico o rivolgetevi ad uno Psicologo, che potrà aiutarvi o consigliarvi esami più approfonditi. 

LA FAP DEL TRENINO PROMUOVE LA

Festa dei Nonni 2015

segue da pagina 1

EVENTI TERRITORIALI

All'iniziativa di Federanziani "mille piazze" hanno aderito 6 circoli appartenenti alle Acli Trentine che, nei giorni **2 - 3 e 4 ottobre** p.v., in collaborazione con i circoli anziani locali, daranno vita ad una serie di iniziative territoriali finalizzate a sottolineare l'importanza del ruolo svolto dai nonni all'interno delle famiglie e della società in genere - *la Festa Nazionale dei Nonni giunta al decimo anno dalla sua istituzione si celebra il 2 ottobre, giorno dedicato dalla Chiesa agli Angeli Custodi.*

EVENTO PROVINCIALE

Per dare maggiore risalto all'iniziativa la Fap Acli del Trentino ha poi programmato la

1^ FESTA PROVINCIALE DEI NONNI

che si svolgerà in

Piazza Fiera a Trento venerdì 16 ottobre 2015

L'evento che sarà organizzato in collaborazione con Federanziani e l'Agenzia Provinciale per la Famiglia, con il coinvolgimento delle scuole d'infanzia e primarie della città, prevede il seguente programma di massima

PRIMA PARTE

- ore 9,30** ritrovo dei partecipanti presso il tendone allestito in Piazza Fiera a Trento
- ore 10,00** Santa Messa
- ore 11,00** interventi di riflessione **sull'importanza dei nonni: una risorsa per le famiglie**
- ore 12,30** pranzo offerto presso il tendone

SECONDA PARTE

- ore 14,30** gli scolari incontrano i nonni:
 - apertura della **mostra concorso sui disegni** predisposti dagli alunni delle scuole materne ed elementari sul tema dei nonni
 - recita delle **poesie**, in concorso, sui nonni **scritte dai nipoti**
 - recita delle **poesie** dedicate ai nonni partecipanti al **concorso "Cuore e memoria"**
 - le recite saranno intramezzate da **esibizioni degli allievi della scuola musicale.**
- ore 17,30** premiazione concorso di pittura, di poesia e di musica.
- ore 18,00** chiusura della festa.

Sono previsti vari pullman che raccoglieranno i partecipanti provenienti dalle vallate del Trentino.

I soci FAP non dovranno mancare a questo importante appuntamento che sarà il prologo ai **festeggiamenti del 70^ anno dalla fondazione delle Acli Trentine sempre in Piazza Fiera sabato e domenica 17 e 18 ottobre.**



FAP del Trentino aderisce a Feder Anziani Senior Italia. Feder Anziani è la Federazione della terza età che, con più di 3,5 milioni di aderenti e oltre 3.500 centri diffusi sul territorio nazionale, si propone lo scopo di tutelare i diritti degli anziani aiutandoli a migliorare la qualità della loro vita.



Buona sanità con meno risorse: una sfida possibile

DALLA POLITICA DEI TAGLI E DEGLI ESUBERI ALLA COSTRUZIONE DI UNA SANITÀ DI VALORE

Recentemente l'Azienda Sanitaria di Trento ha promosso un convegno per approfondire la sfida futura di "fare una buona sanità con meno risorse".

Offrire ai cittadini una sanità di valore, pur disponendo di minori risorse, è uno degli obiettivi che si pone il piano per la salute del Trentino 2015-2025.

A questo proposito è intervenuto il dott. Bonaldi presidente italiano di Slow Medicine, il quale nel suo intervento ha posto l'attenzione sulla necessità di cure più sobrie, più rispettose ed eque; questo anche in rapporto ai nuovi bisogni emergenti, le liste di attesa, le disuguaglianze, gli errori medici, gli sprechi ed i conflitti di interesse. Non mancano anche medicine dagli effetti dannosi, sovra diagnosi e trattamenti che influiscono negativamente sulla salute dei cittadini.

Da tempo infatti è stato evidenziato che molti esami e



molti trattamenti chirurgici e farmacologici largamente diffusi non apportano benefici per i pazienti e anzi rischiano di essere dannosi: il **sovra utilizzo di esami diagnostici e trattamenti** si dimostra un fenomeno sempre più diffuso e importante. Si tratta di esami e trattamenti non supportati da prove di efficacia, che continuano ad essere prescritti ed effettuati per molteplici ragioni: per abitudine, per soddisfare pressanti richieste dei pazienti, per timore di sequele medico legali,

perché spiegare al paziente che non sono necessari richiede più tempo, per interessi economici, perché nelle organizzazioni sanitarie viene premiata la quantità delle prestazioni più della loro qualità e appropriatezza, per dimostrare al paziente di avere una vasta cultura scientifica o per applicare in modo acritico il concetto del "fare tutto il possibile".

Questi esami e trattamenti rappresentano un vero e proprio spreco di risorse.

Per ridurli è necessario agire in più direzioni: ci vuole in primo luogo una nuova consapevolezza e un'assunzione di responsabilità da parte dei medici, sottoposti a forti pressioni da parte di aziende di prodotti farmaceutici, di presidi e di servizi e condizionati dalla concorrenza di colleghi così scrupolosi da prescrivere tanti

esami, dall'informazione distorta fornita da corsi, seminari, congressi organizzati con lo scopo di enfatizzare l'efficacia di nuove terapie e strumenti diagnostici, e anche dagli stessi pazienti che traggono informazioni da riviste divulgative o da siti internet sostenuti dalle industrie.

Occorre che i cittadini si rendano conto che per la loro salute non sempre "fare di più significa fare meglio" e che non sempre il medico che prescrive più esami e prestazioni è il medico più competente; l'informazione a tutti i livelli dovrebbe essere più sobria, meno sensazionalistica e libera da conflitti di interesse; nelle organizzazioni sanitarie dovrebbe essere premiata la qualità e appropriatezza delle prestazioni più della loro quantità. 



Perché una medicina
sobria, rispettosa e giusta
è possibile



"AGGIUNGI VITA AGLI ANNI E NON SOLO ANNI ALLA VITA!"

La FAP ha a cuore la rappresentanza degli anziani e dei pensionati favorendo nuove opportunità di integrazione sociale



Patronato Acli

Per i servizi sociali dei lavoratori e dei cittadini

**INCONTRA LAVORO
COLF e BADANTI**



**INFORMAZIONE
PERIODICA**



**ORIENTAMENTO
SERVIZI ACLI**



**ALFABETIZZAZIONE
INFORMATICA**



**ASCOLTO
SOSTEGNO**



SANITA' e SALUTE



**LAVORI IN CASA
COSA FARE**



**VIAGGI culturali,
pellegrinaggi,
mare e terme**



**ATTIVITA' LUDICO
MOTORIE**

**QUI TROVERAI
IMPORTANTI
VANTAGGI e
SCONTI**

**AI SOCI FAP
SONO RISERVATE
TUTTE QUESTE
OPPORTUNITA'**

**RICHIEDI IL
DEPLIANT PER
MAGGIORI
INFORMAZIONI**

**FAP Acli Trento - Via Roma 57 tel 0461 277244
e.mail: fap@aclitrentine.it - www.aclitrentine.it**

APPROFITTA
DEGLI INCENTIVI 2015!

Plus

Abbiamo la formula per una vita più sana e confortevole.



Message pubblicitario con finalità promozionale. Le condizioni contrattuali ed economiche sono indicate negli annunci pubblicitari a disposizione del pubblico presso gli sportelli della Cassa Rurale di Trento e sul sito www.cassaruraleditrento.it

ECO FORMULA **casa** è il mutuo a tasso particolarmente vantaggioso per ristrutturare casa e renderla più sana ed ecologica. Installa nuovi impianti a risparmio energetico o che utilizzano fonti rinnovabili, oppure converti quelli vecchi e fai bonificare eventuali strutture in amianto. Rientrano nel finanziamento anche gli interventi di ristrutturazione generici.

Promozione valida fino al 31.12.2015. Ulteriori vantaggi economici se i lavori saranno effettuati da artigiani in possesso di attestato in materia di edilizia sostenibile o clienti della Cassa Rurale di Trento.


Associazione Artigiani

crt Cassa Rurale
di Trento 
BANCA DI CREDITO COOPERATIVO

La banca custode della città.

www.cassaruraleditrento.it