

NOTE



Confartigianato
VICENZA

Prendi
nota e
vieni
con noi!

I.P.

INFO

SPORTELLO ANAP
Apertura al pubblico:
da lunedì a venerdì ore 8 - 13
pomeriggio solo su
appuntamento

Per qualsiasi informazione
siamo a tua disposizione.



Confartigianato
VICENZA

**ASSOCIAZIONE NAZIONALE
ANZIANI E PENSIONATI**
Via E. Fermi, 134 Vicenza / Tel. 0444 168314
angolopensionato@confartigianatovicenza.it

ASPETTIAMO I TUOI CONTRIBUTI
per la rubrica
"SPAZIO SOCI",
uno spazio tutto vostro
per condividere: racconti di
viaggio o gite, poesie, fotografie,
informazioni, segnalazioni.

COME FARE?
INVIA il tuo contributo a:
angolopensionato@confartigianatovicenza.it
entro il 10 del mese.

Scrivi il tuo nome completo
e un recapito.
Grazie!

IN EVIDENZA: UTILE SAPERE

BONUS GAS E LUCE

Il Bonus Gas 2018, il Bonus Energia Elettrica 2018 ed il nuovo Bonus acqua 2018, sono tre agevolazioni istituite dal Governo per venire incontro alle famiglie più bisognose. I cittadini con diritto a ricevere il bonus ottengono una riduzione, uno sconto direttamente sulle bollette del gas, della luce e dell'acqua.

CONDIZIONI

1. Avere un ISEE 2018 non superiore a € 8.107,50, mentre per le famiglie numerose (con più di 3 figli a carico) il limite di reddito non deve superare i € 20.000;
2. Essere un cliente domestico titolare di una utenza Gas naturale e/o energia elettrica con un contratto di fornitura diretto o con un impianto condominiale;

COME FARE

• Presentarsi presso il Comune di residenza o il CAF Confartigianato con l'attestazione ISEE e con le bollette del Gas, Energia elettrica e Acqua ed indicare, con riferimento al gas, se l'utilizzo avviene per produzione di Acqua Calda e Cottura o solo riscaldamento oppure Acqua Calda + Cottura + Riscaldamento.

- Il bonus dura 12 mesi ed inizia dal primo giorno del secondo mese successivo dall'inserimento dell'istanza nel sistema informatico del Comune.
- La richiesta di rinnovo del bonus gas deve essere presentata ogni 12 mesi, entro due mesi dalla scadenza.

NUOVA CONVENZIONE per i soci

Centro Sordità ELETTRONOR Srl

- Vicenza - Strada Ca' Balbi 320 - Tel. 0444/911244
- Asiago - Via Dante Alighieri 41 - Tel. 0424/463691
- Bassano del Grappa - Via Scalabrini 47 - Tel. 0444/529034
- Lonigo - via Roma 62 - Tel. 0444/831246
- Montecchio Maggiore - Largo Vittorio Boschetti 17 - Tel. 0444/499913
- Santorso - Via Ognibene dei Bonisolo 29 - Tel. 0445/540678

Sconto 15 % per acquisto di apparecchi acustici.
Prenotazione telefonica e presentazione di tessera

Insieme per vincere la solitudine

Solitudine? In Inghilterra il fenomeno l'hanno preso di petto, tanto da istituire un ministero, appunto il "Ministero della Solitudine". Perché, come dice il prof. Trabucchi, intervistato in questo Notate, la solitudine è mortale. È un fenomeno sempre più diffuso e mai apertamente discusso in modo diretto.

Nel Regno Unito da molti anni si studiano le condizioni di vita dei cittadini. Da questi studi sono emersi dati provati sul fatto che la solitudine sia presente in tutte le età e provochi conseguenze pesanti sulla salute, accorciando la vita e procurando intensa sofferenza nella popolazione. Un governo attento alla qualità della vita dei cittadini non poteva trascurare un dato di tale importanza che ha portato quindi all'istituzione di quel Ministero. E da noi?

Nasce proprio in questi giorni, il 15 novembre, la "Giornata nazionale contro la Solitudine dell'Anziano", per far fronte a un fenomeno che ci interpellava tutti. La nostra Associazione, che cerca di tutelare anziani e pensionati, non può non rispondere a questa "chiamata all'azione".

Ne parliamo in questo Notate, con l'ideatore della Giornata contro la solitudine, il prof. Marco Trabucchi, che abbiamo incontrato in un convegno dello scorso settembre.

Trabucchi ci offre alcuni suggerimenti sul ruolo della nostra Associazione: "Non basta un ministero per vincere la solitudine se la società non è convinta che deve farsi carico di chi è meno fortunato per organizzare difese a suo favore. Contano moltissimo associazioni come la vostra, che sa capire i veri bisogni dei concittadini del nostro tempo. Fino a 15-20 anni fa la solitudine degli anziani riguardava una quota minima di persone. È un'emergenza dell'oggi, che ci chiede risposte intelligenti, flessibili, generose."

È una nuova sfida che impegna la nostra Associazione, i dirigenti ma anche ciascuno di noi, per concretizzare un'affermazione a noi cara da molto tempo: MAI SOLI!



Il presidente
Severino Pellizzari

Prendi nota e vieni con noi!

EDITORIALE

MARCO TRABUCCHI Presidente dell'Associazione Italiana di Psicogeriatría



Prof. Trabucchi, la solitudine dell'anziano è un nemico da affrontare. Perché?

Va combattuta perché è "deadly", come dice la letteratura scientifica internazionale. È mortale! Questa forte affermazione corrisponde ad una mole ormai indiscutibile di osservazioni, condotte in ambienti diversi, secondo le quali la persona sola rischia di morire prima (vi sarebbe un aumento del 20% della mortalità), avrebbe maggiori pericoli di malattie in generale ed in particolare il rischio di sviluppare una demenza.

Cosa può fare la nostra associazione per vincere la solitudine dell'anziano?

Un'associazione come ANAP può fare molto in vari ambiti. Il primo riguarda la capacità di **costruire comunità** attorno alle persone che vanno in pensione, attraverso incontri, discussioni, luoghi di incontro, momenti di svago. Occorrerebbe un'associazione viva,

capace di andare a "snidare" anche gli anziani che non chiedono aiuto, chiusi nella loro solitudine disperata.

Un secondo aspetto riguarda il **dare senso alla vita** di chi va in pensione chiedendo agli artigiani di offrire volontariamente la loro competenza per aiutare le persone povere o isolate. Sarebbe grandioso se a Vicenza si sapesse che ci sono artigiani dalle più varie competenze a disposizione delle famiglie numerose, di chi ha perso il lavoro, degli immigrati, pronti ad aiutare nelle mille crisi che le persone fragili devono affrontare ogni giorno. Così l'artigiano avrebbe occasione di confrontarsi con colleghi e con chi fruisce i vantaggi del suo lavoro, vincendo di fatto la solitudine.

Un terzo aspetto potrebbe riguardare il **mutuo aiuto** all'interno della stessa ANAP Confartigianato, che così diventa una vera comunità vivente. Se si ha notizia di un socio che per qualsiasi ragione (ad esempio un lutto) è ridotto in solitudine si deve concentrare su di lui l'azione coordinata e organizzata di altri aderenti all'Associazione per farlo uscire di casa. Se invece non è più autosufficiente è importante portare a casa una presenza vivace, allegra, fattiva.



INTERVISTA DEL MESE

COLTIVIAMO LE NOSTRE RELAZIONI SOCIALI

"NEMICA SOLITUDINE - Analisi e proposte per vincere la solitudine dell'anziano": è il titolo di un importante convegno organizzato a Padova il 15 novembre dal Centro Studi sull'Invecchiamento dell'Uomo "Alvise Cornaro", in occasione della Giornata Nazionale contro la Solitudine dell'Anziano. Questo Centro Studi ha ideato il vademecum sull'Invecchiamento Attivo con i 10 suggerimenti per INVECCHIARE BENE. Uno di questi riguarda le strategie per combattere la solitudine, coltivando le nostre relazioni sociali. Ecco cosa consigliano gli studiosi.

Man mano che passano gli anni, mantenere contatti e relazioni significative con familiari e amici contribuisce a tutelare e a sostenere non solo la nostra salute mentale, ma anche quella fisica.

Avere una buona rete sociale promuove infatti lo scambio di idee, nuovi apprendimenti e aiuta a ridurre i livelli di stress.

Impegnati dunque nel coltivare le relazioni già esistenti ma anche nel crearne di nuove e significative.

1. Mantieni e frequenta - con costanza - un gruppo di amici e/o familiari con cui ti vedi e ti senti regolarmente;
2. Partecipa ad associazioni/organizzazioni;
3. Sii attivo nella tua comunità (anche religiosa);
4. Informati sulla rete territoriale di centri e comunità in cui poter fare nuove conoscenze;
5. Conosci nuove persone che potranno diventare nuovi amici con cui condividere i tuoi hobby o interessi;
6. Partecipa a progetti di volontariato;
7. Non disdegnare la compagnia di un animale domestico;
8. Fai attività fisica, meglio se in gruppo.

Prendi nota e vieni con noi!

AGENDA

10
Sabato

Incontro dei soci del mandamento di Valdagno

SCADENZA ADESIONI: **3 novembre**
Giornata organizzata dal gruppo ANAP di Valdagno
 Ore 11 - Messa alla Chiesa di Castelgomberto
 Ore 12.30 - pranzo Trattoria Antica Belvedere - via Capitello della Cocca 10 - Castelgomberto - tel. 0445/940014
Quota: € 29 (da versare al ristorante)
Informazioni e iscrizioni: Gianni Feriotti - tel. 349/1794561; Roberto Bortolati - tel. 340/6674302; Franco Facchin - tel. 335/5930368; Davide Lovato - tel. 338/1271690; Mandamento di Valdagno - tel.0445/428800

18
Domenica

Incontro degli artigiani e pensionati del mandamento di Arsiero

SCADENZA ADESIONI: **9 novembre**
Giornata organizzata dal gruppo ANAP con Confartigianato - Mandamento di Arsiero
 Ore 10.30 Messa alla Chiesa Arcipretale di San Michele Arcangelo; ore 12 pranzo al ristorante "Italia Risorta" - Piazza F. Rossi, 20 ad Arsiero.
Quota: € 30 da versare in sede **al momento dell'adesione.**
Informazioni e prenotazioni: Antonio Canale - tel. 347/2558061; Nerino Menegolli - tel. 349/6118208; Confartigianato Arsiero - tel. 0445/740266

21
Mercoledì

Gas, luce, risparmio energetico in casa: consigli pratici

Incontro organizzato dal gruppo ANAP del mandamento di Vicenza - area Ovest

Ore 15.30
 Sandrigo - Sede Cooperativa Sociale Margherita - Via Andretto 7
 Come leggere le bollette del gas ed energia elettrica? Cosa ci aspetta con la liberalizzazione del mercato dell'energia? Quali consigli per risparmiare in casa? La parola agli esperti.

Incontro con Roberto Grotto, responsabile Categorie Termoidraulici, Elettricisti, Antennisti e altri installatori Confartigianato Vicenza e Enrico Raumer, responsabile tecnico Consorzio CAEM.

Ingresso libero.

Informazioni: Giuliano Nicoli - tel. 0444/659085, 335/6817400

ANTEPRIMA Dicembre

7
Venerdì

Festa del socio ANAP

SCADENZA ISCRIZIONI: **30 novembre**
 ore 11 messa al Santuario di Monte Berico
 ore 12.45 pranzo al Ristorante Dai Gelosi
 - via Aldo Moro 75 - Valproto di Quinto
 Vicentino.

Quota: SOCI € 25 (da versare al ristorante)

Informazioni e iscrizioni: Sportello ANAP
 0444/168314 ore 8-13 da lunedì a venerdì.

Servizio di trasporto con pullman a richiesta: contributo di € 5 a persona; partenze a **richiesta e con minimo 40 persone per pullman** da:

PULLMAN 1 - Arsiero ore 8.15 / Cogollo del Cengio 8.30 / Thiene 8.45 / Santo 9
 PULLMAN 2 - Recoaro Terme ore 8.30 / Valdagno 8.45 / Cornedo 9 / Trissino 9.15 / Montebelluna 9.30
 PULLMAN 3 - Bassano del Grappa ore 8.30 / Marostica 9.15 / Schiavon 9.30

31
Lunedì

Veglione di Capodanno

SCADENZA ISCRIZIONI: **30 novembre** e fino a esaurimento posti

Organizzato dal gruppo ANAP di Marostica

Marostica - Hotel Ristorante Europa - Viale Stazione 5/A -Marostica - tel. 0424/77842
 ore 20.30 aperitivo con buffet di benvenuto; ore 21 inizio cena di fine anno; ore 24 brindisi per salutare l'arrivo del nuovo anno con pandoro della tradizione; ore 24.10 apertura danze con musica dal vivo; buffet con frutta fresca e dolci golosità; ore 2: spaghettonata sfiziosa.

Quota: € 65 con acconto di € 25 da versare in sede di Confartigianato a Marostica
Informazioni e iscrizioni: Antonio Marcon - tel. 348/2103008; Bruno Dalla Palma - tel. 338/6423312



OCCHIO alle scadenze

Soggiorno marino per "svernare" a Tenerife - Canarie

Dal 18 febbraio al 4 marzo 2019

Vacanza all'Hotel Sol (4 stelle) presso Playa de las Americas.
Minimo 30 partecipanti.

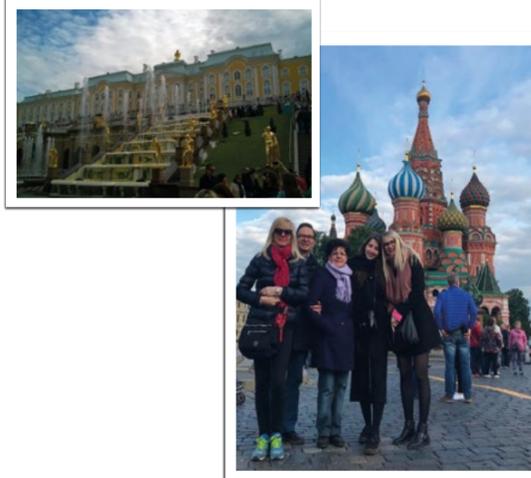
Pagamento e iscrizioni:
 acconto € 400 - Agenzia Viaggi Caliba
 tel. 0444/927534, info@caliba.it

Quota: (a persona in camera doppia) **SOCI € 1.410, NON SOCI € 1.440**, comprende viaggio in aereo da Bergamo con trasferimenti in bus Gran Turismo, pensione completa a buffet con ½ acqua e ¼ vino ai pasti, assicurazione medico bagaglio e annullamento viaggio.
 Supplemento camera singola: € 504 (disponibilità limitata).

Informazioni:
 Alessandro Stella - tel. 347/2718441;
 Agnese Gastaldi - tel. 349/4737756

SCADENZA
ADESIONI
20/11

IN RUSSIA CON LA FAMIGLIA



Gentili colleghi, scrivo per condividere con i voi la bella esperienza che ho vissuto in famiglia. Sono stata in Russia, in occasione della Laurea Magistrale in "Traduzione ed Interpretariato" di mia nipote Ilaria, alla prestigiosa Università Statale MGU di Mosca.

Abbiamo visitato la bellissima città, affollata di tifosi per i mondiali di calcio, la Piazza Rossa, la spettacolare Cattedrale di San Basilio e il Teatro Bolshoi, meraviglioso e pieno di fiori. Ci siamo trasferiti anche a San Pietroburgo e abbiamo visitato il famoso Museo dell'Ermitage e la residenza estiva di Pietro il Grande a Peterhof, progettata dall'architetto italiano Bartolomeo Rastrelli.

Quest'ultima è affacciata sul Mar Baltico e ha un parco immenso con cento fontane, una meraviglia che vi consiglio di visitare! Un'esperienza emozionante che ho voluto condividere con voi.

Lina Artuso, Marostica

DELTA DEL PO

Un grazie di cuore per la bella gita: interessante la visita a Pomposa e alle foci del Po, ottimo il pranzo in motonave! Un saluto e l'appuntamento alla prossima.

Stella e Fontana da Arsiero

Grazie di cuore a tutti per la vostra gradita presenza. Un abbraccio e a presto.

Agnese e Alessandro Stella, Vicenza



MI PIACE LEGGERE, ECCO PERCHÉ



Era il lontano '68, ero in centro città e dovevo consegnare una lettera alla Libreria in Do Rode. Ero ragazzina, non frequentavo ancora le librerie e vedendo così tanti libri ne rimasi affascinata. Il titolare mi guardò e vedendo il mio stupore ed ammirazione mi disse: ti regalo un libro, semplice, leggero, di uno scrittore bravo, spero che questo ti invogli a leggere.

E così è stato, la mia casa ora ha più libri che altro. Il titolo del libro è "Angeli della Notte" di A.J. CRONIN. L'ho ora riletto per farvi un riassunto; certo non è il libro della mia vita ma è il libro che ha dato vita alla mia meravigliosa voglia di leggere.

Il libro ha le pagine ingiallite è ancora nella mia libreria, anche nel ricordo della persona che mi ha fatto questo dono, Virgilio!

Lo scenario è quello di un povero ospedale, due sorelle che lavorano come infermiere, povere, sole, Anna e Lucia.

Che dire, dopo aver ri-letto questo libro capisco che la letteratura ha fatto passi da gigante ci sono ora autori che ti invogliano a leggere dandoti storie, argomenti, testimonianze che mi nutrono.

Ed ora con un'altra età, e con una vita vissuta, mi fa sorridere pensando ad Angeli della Notte, libro elementare; Cronin comunque è stato un bravo scrittore, le sue opere sono state le più lette nel secolo scorso, alla fine Scapin sapeva come attirare il lettore alla lettura!

Giuliana Nobile, Vicenza

FESTA DEL SOCIO ANAP: MISSIONE COMPIUTA!



Resort Gran Valentino a Castellaneta Marina, luogo di nascita del famoso Rodolfo Valentino.

Siamo stati soddisfatti per il mare, la spiaggia e il vitto! Eravamo in 1.050 soci a livello nazionale, di Vicenza solo 9 "pellegrini", un piccolo gruppo affiatato e solidale.

Perché così pochi? Si sa, durante l'anno vengono effettuati altri soggiorni marini e molti si riversano in... altri lidi.

Resi Casarotto, Vicenza