



Città di Bolzano



**BRIXEN
BRESSANONE**

Stadtgemeinde Brixen · Città di Bressanone



W. Venturelli

CONVEGNO SOLITUDINE ANZIANI

Carissime socie e soci, nell'ambito del Progetto "Mind the gap", la nostra Associazione in collaborazione con il Ministero del Lavoro e delle Politiche Sociali, ANTEAS Nazionale, FNP SGB-CISL, ha organizzato un Convegno-Tavola Rotonda sul tema della "Solitudine degli anziani, spezzare l'isolamento e il disagio sociale degli anziani più deboli e fragili", che si è svolto il 9 ottobre scorso presso la Sala di Rappresentanza del Comune di Bolzano con il Patrocinio del Sindaco e che grazie al contributo di Relatori competenti e professionali e alla tematica sociale presentata, ha avuto un buon successo di pubblico, la presenza delle Istituzioni provinciali e comunali e l'attenzione dei media locali. ...**Segue a pagina 2**

TURISMO 2025/2026

Quest'anno la nostra associazione ha organizzato molte attività turistiche per i nostri cari soci. Tra le più apprezzate ci sono stati il tour delle Cinque Terre per ammirare i borghi, le escursioni a Mantova per scoprire la storia e una visita al Lago d'Iseo per passeggiare immersi nella natura. Chi cercava relax ha potuto godersi i soggiorni a Cattolica e Riccione con sole e mare. Un grande successo ed apprezzamento ha avuto un Tour della Toscana. Alta partecipazione anche ai soggiorni termali a Montegrotto. Ringraziamo tutti i partecipanti e vi invitiamo a guardare le foto di questi momenti speciali!...**Segue a pagina 3**



B. Falcomatà

IN PROGRAMMA NOVEMBRE E DICEMBRE :

- **FESTA DA BALLO IL 16/11 E 14/12**
- **CAPODANNO A MONTEGROTTO**
- **SPORTELLO DELL'INFERMIERE OGNI LUNEDÌ**
- **GIOCO DI BURRACO OGNI LUNEDÌ E GIOVEDÌ**
- **CORSO DI BALLO OGNI MARTEDÌ**
- **CORSO DI GINNASTICA DOLCE OGNI MARTEDÌ**
- **CONFERENZE IL MERCOLEDÌ POMERIGGIO**
- **GRUPPO CAMMINATORI OGNI MARTEDÌ**
- **FESTA DEL VOLONTARIO IL 19.12.2025**



ASSEMBLEA SOCI

28.11.2025



Ritaglia l'avviso a pag.5



ODV organizzazione di volontariato APS associazione promozione sociale

Associazione Nazionale Tutte le Età Attive per la Solidarietà
Nationaler Verein aller aktiven Altersgruppen für die Solidarität

Viale Europa 60, 39100 Bolzano

Sito: www.anteas-agasbolzano.it

Tel. 0471/283161 - C.F.: 94060340216/94146120210 * E-mail: antea.bz@virgilio.it * Pec: anteas-agasbz@pec.it



CONVEGNO "SOLITUDINE DEGLI ANZIANI"

... segue dalla prima

...Di seguito uno stralcio del mio intervento.

... "Mi ritorna in mente un film, il bel film del regista Ermanno Olmi, "L'albero degli zoccoli" del 1978, un film drammatico, un romanzo storico, ambientato nella chiusa pianura bergamasca di fine 1800, che narra le vicende di alcune povere famiglie contadine, che vivevano in un'unica corte, condividendo lo stesso spazio, una vita quasi in simbiosi, dove insieme vivevano tre/quattro generazioni, neonati, bambini, ragazzi, adulti, anziani; certamente erano presenti pesanti e difficili problematiche sociali, ma probabilmente in quel contesto la solitudine non veniva né sentita né percepita. Il film raccontava un mondo antico, un mondo ormai perduto!

Semplificando possiamo dire che la solitudine ha due facce, un lato negativo che porta sofferenza psicologica ed isolamento, l'altro può essere una condizione positiva che porta ad una crescita personale, se vissuta come una scelta consapevole.

In lingua Inglese il concetto di solitudine viene espresso con due differenti vocaboli, SOLITUDE e LONELINESS: SOLITUDE si riferisce alla solitudine che da piacere, una scelta personale, la volontà di una persona di vivere sola; vivere la solitudine in modo sereno, un sentimento quindi positivo. "Sei proprio un orso", usiamo spesso forse in modo improprio l'espressione entrata da tempo nel linguaggio comune, per indicare le persone solitarie e meno propense a fare conoscenze; pensiamo all'eremita, che si ritira nella solitudine per anni in una grotta per dedicarsi alla meditazione o alla preghiera. L'altro vocabolo LONELINESS, si riferisce al dolore, al dispiacere provati in condizioni di solitudine, la differenza rispetto a quella positiva è che questa solitudine appunto è subita e causa chiusura e diffidenza e si rivela come una condizione trasversale che colpisce giovani ed anziani, un fenomeno in forte crescita. Oggi il mio pensiero è per le Persone anziane.



L'anziano fino all'inizio, metà del secolo scorso, era considerato il saggio della famiglia, colui che dettava la linea della famiglia e come tale veniva rispettato; nella società moderna, soprattutto nei Paesi più ricchi, l'anziano non ha più il suo posto di primo piano, ma spesso viene relegato in un angolo, anche dalla sua stessa famiglia.

L'anziano ha da sempre rappresentato il pilastro portante della società basata sulla famiglia. La struttura della famiglia nei tempi moderni è cambiata radicalmente in brevissimo tempo e per molti anziani, soprattutto le persone che vivono sole o che si sentono sole, abbandonate, questo può generare una percezione di inutilità sociale.

Viviamo in un mondo dove tutti corrono spesso senza una meta, le informazioni viaggiano

velocemente, i cambiamenti avvengono in maniera repentina, la società cioè le persone sono cambiate negli ultimi anni e se non riesci a stare al passo con i tempi, rischi di rimanere "indietro". E se sei solo, i problemi di salute, sia fisici che psicologici, possono

destabilizzare la tua vita e lasciarti in uno stato di smarrimento che a lungo andare può talvolta trasformarsi in grave depressione e anche portare alla morte.

... ; riporto una breve frase tratta dal libro "Opinioni di un clown" di H. Boell : "quando sei triste e solo, a volte ti rendi conto di quanto terribili possano essere gli oggetti che una persona a cui volevi bene lascia dietro di sé quando va via o non c'è più ... "

I ricordi, gli oggetti appunto che ci circondano, ci costringono a fare un bilancio, rappresentano una scatola preziosa di storia della nostra vita, sta a noi selezionarli, richiamare alla mente quelli che ci danno serenità, che ci ricordano tempi felici, quelli che allontanano la tristezza e ci possono aiutare a superare la solitudine. Per esperienza ti consiglierei di non smettere di essere curioso e di dedicarti ad interessi culturali, hobby che non riuscivi a dedicare il giusto tempo nel passato,

alla lettura che fa bene alla nostra mente e allevia sicuramente il senso di solitudine, alle passioni artistiche, di avvicinarti ad Associazioni di Volontariato, come la nostra, che ti aiutano a coltivare relazioni.

Da alcuni anni sono in questa Associazione e all'inizio ho svolto l'attività di volontario a tenere compagnia settimanalmente a una signora ultranovantenne. Incontri che mi hanno permesso di crescere e mi hanno aiutato in quel triste periodo a sviluppare l'autostima, l'empatia e hanno contribuito a un mio maggior benessere psicofisico.

Alcune delle attività dell'Associazione realizzate dai nostri Volontari che ricordiamo donano parte del loro tempo libero, consistono nell'accompagnare alcuni anziani soli a spostarsi per le proprie esigenze, a passeggiare con loro, a prendere un caffè o ad accompagnarli con le nostre auto di servizio alle visite presso i vari centri terapeutici cittadini ed anche ad attività di animazione ed ascolto: soprattutto l'ascolto, in quanto gli anziani e non solo loro, desiderano

essere ascoltati, si sentono così vivi, un ascolto attivo permette di aiutare e consigliare meglio, è la base per instaurare un rapporto di fiducia con loro; azioni che possono apparire semplici, banali, ma sono umane, solidali, molto utili ed efficaci.

Non facciamo miracoli, ma il nostro obiettivo è quello di non lasciarli soli, perché non dobbiamo dimenticare che le Persone anziane rappresentano una risorsa di memoria ed esperienza inestimabile e anche per questo cerchiamo di aiutare queste persone a mantenere vive le loro relazioni sociali, aiutandoli a coltivare un sano ottimismo nella vita!

Concludo con la famosa locuzione tratta dalle Odi del Poeta latino Orazio, "carpe diem - cogli l'attimo-cogli il presente", un invito per tutti e per tutte le età, giovani ed anziani quindi, di sfruttare ogni attimo della propria vita, a viverlo, a coglierlo e ad apprezzarlo fino in fondo, poiché il tempo scorre e non si può tornare indietro!"

TURISMO 2026

Stiamo già lavorando sul programma turistico 2026. Tra le offerte che potrete trovare a breve presso la nostra sede e sui nostri siti saranno:

- **Tour Parigi – fine aprile**
- **Cinque Terre – maggio**
- **Isola d'Elba – Pasqua**
- **Crociera – maggio**
- **Trenino del Bernina – settembre (1 notte)**
- **Lago Chiemsee – ottobre (1 notte)**



Gite di 1 giorno:

- **gita a Padova**
- **gita a Treviso**
- **gita alle Grotte di Catullo Sirmione**
- **gita a Parma (Rocca di San Vitale)**

SOGGIORNI MARINI:

- **CATTOLICA (giugno)**
- **RICCIONE HOTEL KENT (luglio)**
- **CATTOLICA/RICCIONE (fine agosto)**

SOGGIORNI TERMALI:

- **MONTEGROTTO Hotel Marco Polo**



292 PARTECIPANTI
NEL 2025

**TRA SOGGIORNI, TOUR
E GITE DI 1 GIORNO**



**CONCERTO
ARMONICA A BOCCA
DI PAGLIANI RENATO
19 NOVEMBRE 2025**

**ALLE ORE 15:30
presso la sede di Viale Europa 60**

Guarda la galleria sulla prossima pagina



...Segue dalla prima
...Fortsetzung von der ersten Seite



ASSEMBLEA ANNUALE SOCI ANTEAS-AGAS ODV – APS JAHRESVERSAMMLUNG DER ANTEAS-AGAS ODV APS MITGLIEDER

Cara Socia /Caro Socio

Sei invitato alla tradizionale assemblea annuale che teniamo sempre nel mese di novembre che ha l'obiettivo di verificare quanto fatto nel corso dell'anno e accogliere i suggerimenti per redigere il programma del 2026.

A questo proposito ti **invitiamo**:

A partecipare all'ASSEMBLEA Generale Ordinaria fissata per il **28 NOVEMBRE 2025** alle ore 7.30 in prima convocazione e **alle ore 15,00** in seconda convocazione in Viale Europa 60 a Bolzano, per discutere e decidere insieme sui seguenti punti all'ordine del giorno:

- Informazioni e Relazione dei presidenti
- Informazioni sull'andamento del bilancio di esercizio 2025
- Programma attività 2026
- VARIE

Data l'importanza degli argomenti in programma ti raccomandiamo di non far mancare la tua preziosa partecipazione.

p. I consigli Direttivi di Anteas-Agas ODV e APS
Il Presidente Walter Venturelli
F.f. Bruno Falcomatà

Bolzano, 3 novembre 2025

Sehr geehrtes Mitglied,

Sie sind herzlich zur traditionellen Jahresversammlung eingeladen, die wir immer im November abhalten, um die Tätigkeiten des abgelaufenen Jahres zu analysieren und Vorschläge für die Gestaltung des Programmes für 2026 zu sammeln.

In diesem Zusammenhang sind Sie eingeladen an der ordentlichen Generalversammlung teilzunehmen, die am **28. November 2025** um 7.30 in erster Einberufung und um 15.00 Uhr in zweiter Einberufung, in der Europaallee 60 in Bozen stattfinden wird, um gemeinsam über folgende Tagesordnungspunkte zu diskutieren und zu entscheiden:

- Informationen und Berichte der Präsidenten
- Informationen über den Ablauf des Haushaltsplanes 2025
- Programme der Tätigkeiten für 2026
- Allfälliges

In Anbetracht der Bedeutung der Tagesordnungspunkte ersuchen wir Sie um Ihre geschätzte Anwesenheit.

f. die Verwaltungsräte von Anteas Agas ODV und APS
Der Präsident Walter Venturelli
i.A. Bruno Falcomatà

Bozen, 3. November 2025

Al termine dell'incontro seguirà un piccolo aperitivo.

Am Ende der Versammlung findet ein kleiner Umtrunk statt.



DELEGA

Il sottoscritto/a _____ socio 2025

Impossibilitato/a a partecipare all' ASSEMBLEA DEL 28/11/2025,

DELEGA

Il signor/la signora _____ a rappresentarlo,
così come previsto dall'articolo n. 8 dello Statuto, capoverso n. 6 e 7

BOLZANO, _____

firma il Socio

TAGUNG EINSAMKEIT IM ALTER

Liebe Mitglieder, im Rahmen des Projekts „Mind the gap“ hat unser Verein in Zusammenarbeit mit dem Ministerium für Arbeit und Sozialpolitik, ANTEAS National, FNP SGB-CISL eine Konferenz und Podiumsdiskussion zum Thema „Einsamkeit älterer Menschen – Isolation und soziale Ausgrenzung der schwächsten und verletzlichsten Seniorinnen und Senioren durchbrechen“ organisiert. Die Veranstaltung fand am 9. Oktober in der Repräsentanzhalle der Gemeinde Bozen unter der Schirmherrschaft des Bürgermeisters statt. Dank der Beiträge kompetenter und professioneller Referentinnen und Referenten sowie der gesellschaftlich relevanten Thematik erfreute sich das Treffen einer guten Publikumsbeteiligung, der Anwesenheit von Vertretern der Landes- und Gemeindeverwaltungen und der Aufmerksamkeit der lokalen Medien....
Fortsetzung auf Seite 2

TOURISMUS2025/2026

In diesem Jahr hat unser Verein viele touristische Aktivitäten für unsere geschätzten Mitglieder organisiert. Besonders beliebt waren die **Rundreise durch die Cinque Terre**, um die malerischen Dörfer zu bewundern, die **Ausflüge nach Mantua**, um die Geschichte dieser Stadt zu entdecken, sowie ein **Besuch des Iseosee**, bei dem man gemütlich inmitten der Natur spazieren konnte. Wer Entspannung suchte, konnte die **Aufenthalte in Cattolica und Riccione** mit Sonne und Meer genießen. Großen Erfolg und viel Anerkennung fand auch eine **Rundreise durch die Toskana**. Eine hohe Teilnahme gab es zudem bei den **Thermenaufenthalten in Montegrotto**. Wir danken allen Teilnehmenden herzlich und laden Sie ein, sich die Fotos dieser besonderen Momente anzusehen!

Fortsetzung auf Seite 2

IM PROGRAMM NOVEMBER UND DECEMBER:

- **TANZFEST AM 16/11 UND 14/12**
- **SILVESTER IN MONTEGROTTO**
- **PFLEGEKONTAKTSTELLE JEDEN MONTAG**
- **BURRACO SPIEL JEDEN MONTAG UND DONNERSTAG**
- **TANZKURS JEDEN DIENSTAG**
- **SANFTER GYMNASTIKKURS JEDEN DIENSTAG**
- **VORTRÄGE AM MITTWOCH NACHMITTAG**
- **WANDERGRUPPE JEDEN DIENSTAG**
- **FEST DER EHRENAMTLICHEN HELFERN AM 19. DEZEMBER 2025**



MITGLIEDERVERSAMMLUNG

28.11.2025



Schneide die Mitteilung auf Seite 5 aus.



ODV Freiwilligenorganisation APS Verein für soziale Förderung

**Associazione Nazionale Tutte le Età Attive per la Solidarietà
Nationaler Verein aller aktiven Altersgruppen für die Solidarität**

Europapalace 60, 39100 Bozen

website: www.anteas-agasbolzano.it

Tel. 0471/283161 - C.F.: 94060340216/94146120210 * E-mail: antea.bz@virgilio.it * Pec: anteas-agasbz@pec.it



.....Fortsetzung von der ersten Seite

Im Folgenden ein Auszug aus meinem Beitrag.

... „Mir kommt ein Film in den Sinn – der wunderschöne Film des Regisseurs Ermanno Olmi „*L'albero degli zoccoli*“ („Der Holzschuhbaum“) aus dem Jahr 1978. Ein dramatischer Film, ein historischer Roman, der in der geschlossenen Landschaft der Tiefebene von Bergamo, am Ende des 19. Jahrhunderts spielt. Er erzählt die Geschichte einiger armen Bauernfamilien, die in einem einzigen Hof lebten, den gleichen Raum teilten, ein Leben fast in Symbiose führten, in dem drei oder vier Generationen zusammenlebten: Neugeborene, Kinder, Jugendliche, Erwachsene und Ältere. Sicherlich gab es damals schwere und schwierige soziale Probleme, aber wahrscheinlich wurde Einsamkeit in diesem Kontext weder empfunden noch wahrgenommen. Der Film erzählte von einer alten, längst verlorenen Welt.

Vereinfacht gesagt hat Einsamkeit zwei Seiten: eine negative, die psychisches Leid und Isolation mit sich bringt, und eine positive, die, wenn sie bewusst gewählt wird, zu persönlichem Wachstum führen kann.

Im Englischen wird dieser Unterschied durch zwei verschiedene Wörter ausgedrückt: **SOLITUDE** und **LONELINESS**.

SOLITUDE bezeichnet die gewählte, angenehme Einsamkeit – die Entscheidung eines Menschen, allein zu leben, die Einsamkeit in Ruhe und Gelassenheit zu genießen. Ein positives Gefühl. „Du bist wirklich ein Einzelgänger“, sagen wir oft, vielleicht nicht ganz korrekt, um Menschen zu beschreiben, die lieber für sich sind und weniger offen für neue Bekanntschaften. Man denkt etwa an den Eremiten, der sich für Jahre in eine Höhle zurückzieht, um zu meditieren oder zu beten.

LONELINESS hingegen bezeichnet Schmerz, Trauer und Leid, die in einem Zustand der Einsamkeit empfunden werden. Im Unterschied zur positiven Einsamkeit ist diese nicht gewählt, sondern wird erlitten. Sie führt zu Rückzug und Misstrauen und zeigt sich als ein Phänomen, das sowohl junge als auch ältere Menschen betrifft – ein Phänomen, das stark zunimmt. Heute gilt mein besonderer Gedanke den älteren Menschen.

Bis in die Mitte des letzten Jahrhunderts hinein galt der ältere Mensch als der Weise der Familie, als

jemand, der den Kurs der Familie vorgab und entsprechend respektiert wurde. In der modernen Gesellschaft – vor allem in wohlhabenden Ländern – hat die ältere Generation diesen herausragenden Platz verloren und wird oft, auch von der eigenen Familie, an den Rand gedrängt.

Der ältere Mensch war stets ein tragender Pfeiler der familiären Gesellschaft. Doch die Familienstruktur hat sich in der modernen Zeit in kürzester Zeit grundlegend verändert. Für viele ältere Menschen, insbesondere jene, die allein leben oder sich allein fühlen und verlassen vorkommen, kann dies ein Gefühl sozialer Nutzlosigkeit hervorrufen.

Wir leben in einer Welt, in der alle rennen – oft ohne Ziel. Informationen verbreiten sich rasend schnell, Veränderungen geschehen in rasantem Tempo. Die Gesellschaft, das heißt: die Menschen, haben

sich in den letzten Jahren verändert. Wer nicht Schritt halten kann, läuft Gefahr, „zurückzubleiben“. Und wenn man allein ist, können gesundheitliche Probleme – sowohl körperlicher als auch psychischer Natur – das Leben erschüttern und einen Zustand

der Orientierungslosigkeit hervorrufen, der auf lange

Sicht zu schwerer Depression führen und sogar tödlich enden kann.

... Ich zitiere einen kurzen Satz aus Heinrich Bölls Roman „*Ansichten eines Clowns*“: „Wenn du traurig und allein bist, merkst du manchmal, wie schrecklich die Dinge sein können, die ein Mensch, den du geliebt hast, zurücklässt, wenn er geht oder nicht mehr da ist...“

Erinnerungen, die Gegenstände, die uns umgeben, zwingen uns, Bilanz zu ziehen. Sie sind eine wertvolle Schatzkiste unserer Lebensgeschichte. Es liegt an uns, sie zu ordnen, diejenigen hervorzuholen, die uns Gelassenheit geben, uns an glückliche Zeiten erinnern, die Traurigkeit vertreiben und helfen können, die Einsamkeit zu überwinden.

Aus eigener Erfahrung würde ich empfehlen, die Neugier nicht zu verlieren und sich kulturellen Interessen, Hobbys, für die früher vielleicht die Zeit fehlte, sowie dem Lesen zu widmen, das unserem Geist guttut und Einsamkeit lindert. Auch künstlerische Leidenschaften, ehrenamtliches



Engagement – etwa in Vereinen wie unserem – helfen dabei, Beziehungen zu pflegen.

Seit einigen Jahren bin ich Mitglied dieser Vereinigung. Zu Beginn habe ich als Freiwilliger wöchentlich eine über neunzigjährige Dame besucht. Diese Begegnungen haben mir geholfen, zu wachsen, mein Selbstwertgefühl und meine Empathie zu stärken und mein psychisches und körperliches Wohlbefinden zu verbessern.

Einige der Aktivitäten, die unsere Freiwilligen durchführen – und für die sie einen Teil ihrer Freizeit schenken –, bestehen darin, ältere, alleinstehende Menschen zu begleiten: bei Besorgungen, Spaziergängen, einem Kaffee oder Fahrten mit unseren Vereinsfahrzeugen zu verschiedenen Therapiezentren. Ebenso wichtig sind Gesprächs- und Animationsangebote. Vor allem das Zuhören: Ältere Menschen – und nicht nur sie – möchten gehört werden. So fühlen sie sich lebendig. Aktives Zuhören hilft, besser zu unterstützen und zu

beraten. Es ist die Grundlage, um Vertrauen aufzubauen. Solche Handlungen mögen einfach oder banal erscheinen – sie sind zutiefst menschlich, solidarisch und äußerst wirkungsvoll.

Wir vollbringen keine Wunder, aber unser Ziel ist es, diese Menschen nicht allein zu lassen. Denn wir dürfen nicht vergessen: Ältere Menschen sind eine unschätzbare Quelle von Erinnerungen und Erfahrung. Deshalb versuchen wir, ihnen zu helfen, ihre sozialen Beziehungen aufrechtzuerhalten und einen gesunden Optimismus im Leben zu bewahren.

Ich möchte mit einem bekannten Zitat aus den Oden des römischen Dichters Horaz schließen: „*Carpe diem*“ – „Nutze den Moment – Nutze die Gegenwart“.

Ein Aufruf an alle, ob jung oder alt: jeden Augenblick des Lebens zu nutzen, ihn zu leben, zu ergreifen und zu schätzen. Denn die Zeit vergeht – und man kehrt nicht zurück.

TOURISMUS 2026

Wir arbeiten bereits am Tourismusprogramm 2026. Zu den Angeboten, die Sie in Kürze in unserer Geschäftsstelle und auf unseren Webseiten finden werden, gehören:

Reisen:

- Paris-Tour – Ende April
- Cinque Terre – Mai
- Insel Elba – Ostern
- Kreuzfahrt – Mai
- Bernina-Express – September (1 Nacht)
- Chiemsee – Oktober (1 Nacht)



Tagesausflüge:

- Ausflug nach Padua
- Ausflug nach Treviso
- Ausflug zu den Grotten des Catull in Sirmione
- Ausflug nach Parma (Rocca di San Vitale)

Meeresaufenthalte:

- CATTOLICA (Juni)
- RICCIONE – Hotel Kent (Juli)
- CATTOLICA/RICCIONE (Ende August)

Thermenaufenthalte:

- MONTEGROTTO – Hotel Marco Polo



292 TEILNEHMER
IM JAHR 2025

**ZWISCHEN AUFENTHALTE,
RUNDREISEN
UND TAGESAUSFLÜGE**

Sehen Sie sich die Fotogalerie an.



**MUNDHARMONIKA
KONZERT**
von Renato Pagliani
AM 19.NOVEMBER 2025
UM 15:30 UHR
im Sitz in der Europaallee60