

SERVIZIO EMERGENZA ANZIANI
Località San Defendente n° 60 FRINCO
e mail: seavalleversa@gmail.com
C.F. 92072210054

VALLEVERSA ODV - ETS

Organizzazione di Volontariato - Ente Terzo Settore

ASSOCIAZIONE DI VOLONTARIATO OPERATIVA NEI COMUNI DI:
CALLIANO - CASTELL'ALFERO - FRINCO - PORTACOMARO - TONCO - FRAZIONI E PAESI LIMITROFI

S.E.A. NEWS

Numero 7 - 2023

Bollettino d'informazione Annuale

CENTRO DI ASCOLTO



334 7714188

Se vuoi aiutare gli anziani della Valleversa col tuo 5X1000

Il nostro Codice Fiscale è: 92072210054

Per donazioni con bonifico bancario a Sea Valleversa

Iban: IT04H0608547341000000023131



**"QUESTO PRODOTTO E'
UN SERVIZIO
GRATUITO
DEL CSVAA"**



IL PRESIDENTE

SEA: COME FUNZIONA?

Non è affatto facile far funzionare un servizio sociale come il Servizio Emergenza Anziani.

Rispondere ed essere pronti ed attivi per tutte le necessità che giornalmente si presentano.

L'ascolto è la principale dote che bisogna osservare.

Ascoltare gli anziani in tutte le loro grandi e piccole necessità e saper intervenire al momento opportuno, là dove è necessario e nei tempi dovuti.

Ascoltare i volontari che sono la parte più importante del volontariato, sono loro che vanno a contatto e provvedono e questo lo fanno gratuitamente, anche loro hanno bisogno di scaricare di tanto in tanto le tensioni, le incomprensioni e le insufficienti interpretazioni, ognuno ha il suo modo di essere e va compreso. Saper ascoltare le Autorità ed il loro modo di pensare ed intervenire; talvolta questi tempi non coincidono con quelli disponibili al volontariato, allora si fermano progetti e realizzazioni da portare a termine.

Saper osservare e far osservare, per quanto possibile, le regole imposte dal Terzo Settore è una cosa molto complessa anche perché è molto articolata e non sempre si può fare come la logica suggerisce.

E stiamo parlando solo di anziani, un

settore importante ma non è il solo; infatti integrazione, rispetto dell'ambiente, tutela della gioventù ecc. ecc. talvolta rimangono materie sconosciute.

Il SEA Valleversa grazie ai volontari possiede una compagine solida e preparata e per quanto sono interessato e responsabile, ringrazio i nostri volontari che sono ben formati e sempre pronti ad intervenire nelle varie necessità e per questo esprimo il mio grazie anche a nome di tutti gli anziani.

Il Presidente
Renato Bonini

II VOLONTARIO

Quando mi chiedono:
"Perché lo fai" Ti Pagano?"

io rispondo; "Sì,

mi pagano e nemmeno poco,
mi pagano con un sorriso,
con un "Grazie",

con la consapevolezza di
aver dato qualcosa di prezioso
a qualcuno in difficoltà e questo per
me, ha un valore Inestimabile



ASSOCIAZIONE DI PROMOZIONE SOCIALE “ANNA E LUIGI RAVIZZA”
COLLABORA CON IL SEA VALLEVERSA.

L'Associazione scientifica per la Ricerca e lo Studio delle Malattie Mentali ha posto la sua sede legale nella biblioteca di Frinco, alla quale Anna la consorte, scomparsa nel 2018, e Luigi Ravizza scomparso nel 2019, hanno donato circa 1500 libri della loro biblioteca personale. Loro avevano fortemente espresso il desiderio che fosse fondata questa Associazione di ricerca e che i lavori di studio continuassero con un gruppo di medici ed amici che possiamo definire discepoli.

Altro loro desiderio molto sentito era quello di aiutare la nostra Associazione: infatti è stato istituito un fondo che, insieme ad altri finanziatori, permetterà al SEA VALLEVERSA di disporre di un veicolo adatto all'accompagnamento degli anziani disabili.

Di seguito un articolo della stampa locale riguardante l'evento di posa di una targa dell'Associazione nella biblioteca di Frinco.

Gazzetta d'Asti | 20 ottobre 2023

FRINCO

Promuove la ricerca sui disturbi mentali e sulla salute del cervello

E' nata l'associazione “Anna e Luigi Ravizza”

È stata presentata in Municipio la neonata associazione senza fini di lucro “Anna e Luigi Ravizza”, con sede nella biblioteca pubblica. Presenti, oltre al sindaco Luigi Ferrero, alla presidente Giovanna Crespi e a tutti i soci fondatori, anche Renato Bonini, Sandra Cantino, Gianluca Isoardi, Dino De Santis, Enrico Zanalda, Alessandra Boetti Villanis, Primo Maronati e Daniela Rosa Cattaneo. L'associazione nasce dalla volontà del prof Luigi Ravizza che ha espressamente chiesto, nel proprio testamento, di destinare alcuni beni affinché venisse costituito un ente con il suo nome e quello della moglie Anna.

Luigi Ravizza nasce a Castell'Alfero nel 1924 e, dopo essersi laureato a Torino, ha svolto la sua carriera clinica e scientifica alla

Clinica Malattie Nervose e Mentali e la Clinica Psichiatrica dove è stato direttore per molti anni. Ha pubblicato ben 350 studi su Neurologia e Psichiatria ed è stato uno dei fondatori del Trattato Italiano di Psichiatria. Obiettivo dell'associazione è quello di promuovere la ricerca sui disturbi mentali e sulla salute del cervello e a rendere più conosciuti e accessibili i trattamenti disponibili. “Anche il nostro piano sanitario nazionale vede la malattia mentale come una delle principali cause di disabilità”, ha dichiarato la presidente nel suo dettagliato intervento. Quello dell'associazione rappresenta quindi un nuovo approccio culturale alla salute mentale, ormai equiparata alla salute fisica. Attività di ricerca e formazione e il conseguente miglioramento della conoscenza,



za scientifica diventano così la spina dorsale dell'ente, concretizzandosi, giorno dopo giorno, anche attraverso il ricorso a casi clinici provenienti dal mondo reale, indispensabile veicolo di integrazione. Un'ulteriore finalità dell'associazione è anche quello di promuovere la partecipazione dei centri di ricerca e di assistenza specialistica psichiatrica italiana ai registri per patologia istituiti ad hoc e consultabili al fine di ottenere indicazioni più specifiche e dettagliate. In programma, anche l'organizzazione di corsi ed eventi scientifici divulgativi sulle neu-

rosienze, sulla ricerca, sulla prevenzione e sulla cura della malattia mentale. Tutte le attività di ricerca riabilitativa, psicoterapeutica o farmacologica promosse o incentivate dall'associazione rispetteranno le linee guida stabilite dall'European Medicines Agency e le Linee Guida dell'Agenzia Italiana del Farmaco. A breve, sarà online anche il sito internet, con tutte le informazioni necessarie ad approfondire la filosofia dell'associazione “Anna e Luigi Ravizza”, la mission e i progetti in corso.

> Emanuela Crosetti

ORGANICO VOLONTARI SEA VALLEVERSA

QUESTE PERSONE
DOTATE DI GRANDE
ALTRUISMO,
TUTTI I GIORNI
PROVVEDONO
GRATUITAMENTE
ALLE NECESSITA'
DEGLI ANZIANI
DELLA
VALLEVERSA.

**BONINI
RENATO**



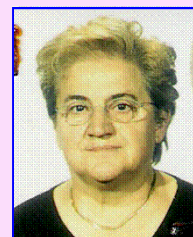
*Presidente
*Socio
Fondatore
*Consigliere
*Volontario

**CANTINO
FRANCESCO**



*Vicepres.te
*Socio
Fondatore
*Consigliere
*Volontario

**CANTINO
SANDRA**



*Tesoriere
*Socio Fond.
*Consigliere
*Operatore
Centro Asc.to
*Volontario

**CANTINO
DANIELA**



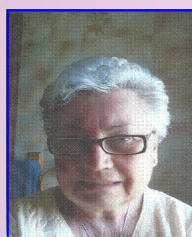
*Segretario
*Socio
Fondatore
*Consigliere
*Volontario

**PERINEL
ANGELO**



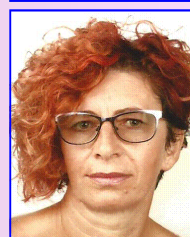
*Consigliere
*Socio
Fondatore
*Volontario

**TESTOLIN
M. GRAZIA**



*Consigliere
*Socio
Fondatore

**HUSANU
DANIELA**



*Consigliere
*Socio
Fondatore
*Volontario

**BORSA
PAOLA**



*Socio
*Volontario
*Operatore
Centro
Ascolto

**BURIASCO
GIUSEPPE**



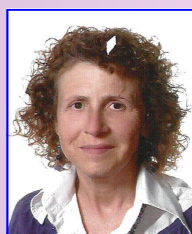
*Socio
*Volontario

**CICILIATO
SIMONA**



*Socio
Fondatore

**FALETTI
ANNA M. IDA**



*Socio
*Volontario

**FERRERO
LUIGI**



*Socio
Fondatore

**FURIATO
MARILENA**



*Socio
Fondatore
*Volontario
*Operatore
Centro Asc.to

ORGANICO VOLONTARI SEA VALLEVERSA



**GASPARDONE
ATTILIA**



*Socio
*Volontario

**GASPARDONE
FRANCO**



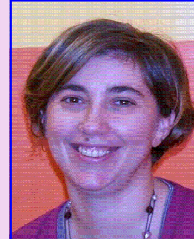
*Socio
Fondatore

**LANFRANCO
FRANCO**



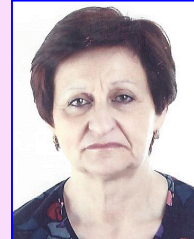
*Socio
Fondatore
*Volontario

**LANFRANCO
ROBERTA**



*Socio
Fondatore

**MORRA
BRUNA**



*Socio
Fondatore
*Operatore
Centro Asc.to
*Volontario

**MOSSETTI
ELDA**



*Socio
Fondatore
*Operatore
Centro
Ascolto

**RATALINO
MONICA**



*Socio
Fondatore

**SGANGA
DON CLAUDIO**



*Socio
Fondatore
*Guida
Spirituale
SEA

**VERCELLI
CLAUDIO**



*Socio
*Volontario

**VISCA
ELDA**



*Socio
*Volontario

**VITTONE
FRANCA**



*Iscritta
al SEA

**RAVIZZA
GUIDO**



*Socio
*Volontario

**CANTINO
NADIA**



*Socio
*Volontario

**MONTESANO
ROCCO**



*Socio
*Volontario

**SCASSA
ISABELLA**



*Socio
*Volontario

L'ANZIANO E LA PATENTE

COME SI CREANO PROBLEMI AGLI ANZIANI.

Molto spesso presso le strutture sanitarie nascono problemi per le persone anziane.

Certamente non c'è l'intenzione di danneggiare queste persone che sono degne di tutto rispetto ma, anche se involontariamente, talvolta si creano problemi enormi.

Un giovane, di fronte ad alcune difficoltà create dalle nuove tecnologie, non ha problemi; ma per l'anziano non è così, la tecnologia sempre più innovativa non lo aiuta.

Anche per le cose più semplici cerca aiuto e conforto e vivendo in un mondo la cui tecnologia non dà tregua si trova in un ambiente sfavorevole e pieno di insidie che lui non ha voluto e rifiutato.

Il livello informatico di oggi è ossessivo, non appena un sistema informatico è stato messo a punto, subito cambia per proporne uno più aggiornato. Il motivo è ovvio, si possono vendere nuovi prodotti, ma a chi? Agli anziani?; sì certamente, possiamo dotarli di nuovi e più potenti computer perché quelli vecchi non hanno più le caratteristiche affidabili, inventiamo pass e Spid, codici che vengono forniti in tempo reale, leggibili sul cellulare, appuntamenti che vengono fissati da segreterie automatiche che indicano di rimanere in attesa per lungo tempo o talvolta, se non cade la linea, ci si può mettere in contatto con un operatore che suggerisce di rivolgerci al sito; inventiamo la posta elettronica certificata, ed avanti chi più ne ha più ne metta.

Ed il povero anziano, fanalino di coda, subisce l'andamento di queste cose.

Mi ricordo di un anziano che si è rivolto alla nostra Organizzazione di Volontariato per essere accompagnato per il rinnovo della patente di guida e strada facendo mi chiedeva "me la daranno ancora la patente? perché vede io ne avrei proprio bisogno". Nei nostri paesi dell'Astigiano, sui bricchi, non arrivano gli autobus ed il taxi bisogna chiamarlo da Asti e costa; agli amici si può chiedere una volta o due e dopo ti dicono che non hanno tempo; a me la macchina serve per "andè al negosi, per andè a paghè la buletta dla luce, del gas, dl'acqua, o al campusantu a trovè mia fumna. La me macchina la stra' che a dev fé la sa da sola". Fra un discorso e l'altro siamo arrivati a destinazione non senza aver capito che questo anziano lotta per la sopravvivenza.



Lui con il bastone, camminando in modo instabile, entra nella struttura e raggiunge la prima sedia disponibile e si siede senza fiato.

L'unica infermiera alta e bruna si è fatta sentire ed ha fatto subito presente che era sola perché la collega era ammalata. Rivolgendosi all'anziano gli chiede "Lei cosa vuole?"

L'anziano, stressato ed impappinato, la guarda e gli risponde "lo sai nen";

L'infermiera fa l'elenco di tutte le tipologie di pratiche che loro fanno, fra cui il rinnovo patente;

a questo punto l'anziano dice, proprio così, devo fare il rinnovo dla patente.

L'infermiera replica "rinnovo patente dalla commissione o rinnovo normale? e lo Spid ce l'ha?"

L'anziano risponde "lo sai nen", cosa le lo Spid?

L'infermiera, pensando ad alta voce, "sentenzia" ecco se io fossi a posto dei medici a questi anziani la patente la toglierei a tutti.

Meno male che arrivano altre persone e l'infermiera interrompe le sue considerazioni rivolgendosi a quelli che sono entrati in quel momento.

L'anziano si rivolge a me e dice: "c'al senta monsu, anduma a cà, la patente m' la dan pi nen".

Mentre si tornava a casa mi sono accorgo che questo anziano aveva le lacrime agli occhi e per rincuorarlo gli ho suggerito di rivolgersi ad una autoscuola per l'istruzione della pratica.

Ho tratto le mie considerazioni, "ma quella infermiera, ha un padre? e se suo padre fosse trattato come lei ha trattato quell'anziano, sarebbe contenta?"

Queste storie devono essere raccontate, ma soprattutto il personale che si rapporta con il pubblico deve essere formato e selezionato. Un pizzico di umanità e comprensione alla fine non guasta e tutti noi abbiamo un destino "quello di diventar vecchi se Dio lo vuole".

UN VOLONTARIO DEL SEA VALLEVERSA

CURIOSITA' di Daniela

VITELLO TONNATO ALLA MANIERA ANTICA

Ingredienti:

1 Kg di magatello di vitello
(altrimenti detto *rotondino*
o *girello*)
1 foglia di alloro
1 spicchio d'aglio
1/2 cipolla
1 gambo di sedano
25 ml d'olio d'oliva

Il vitello tonnato, chiamato anche vitel tonnè è un classico della cucina piemontese. E' sempre stato considerato un piatto per il "dì di festa", ovvero per la festa del patrono, o per Natale o Pasqua. Magari nei ristoranti di lusso questo piatto è cucinato in modo elaborato ma le nostre nonne lo cucinavano in modo molto semplice, rustico, legato alla tradizione. Si può servire come antipasto o come secondo, l'importante è che le fettine di carne siano sottili (se possibile tagliatele con l'affettatrice) e cotte al punto giusto per amalgamarsi al meglio in bocca con la salsa a base di tonno, tuorli, capperi e acciughe.

*Soffriggere in un tegame in olio d'oliva lo spicchio d'aglio schiacciato e toglierlo appena imbiandito.

*Porre il magatello a rosolare, regolando di sale e pepe. *Aggiungere alla cottura prima le verdure tagliate a dadini, poi la foglia d'alloro.

Proseguire la cottura per un'ora e mezza bagnando con del brodo. *Lavare i capperi in acqua per togliere il sale, lavare e asciugare le acciughe.

*Fare un trito con una manciata abbondante di prezzemolo, timo, capperi e acciughe.

*Soffriggere per pochi minuti il tonno sbriciolato e sfumare con un cucchiaino di aceto bianco. *Lasciare intiepidire poi aggiungere i tuorli delle uova sode.

*Frullare il tutto aggiungendo la quantità d'olio necessaria per ottenere una crema omogenea. *Aggiungere ancora un cucchiaino di aceto bianco e mezzo cucchiaino di timo tritato. *Affettare a fette sottili il magatello raffreddato e disporlo nel piatto di portata.

*Ricoprire le fettine di carne con la salsa tonnata guarnendo a piacere con foglioline di sarsèt (=valerianella) e capperi.

Per la salsa tonnata

150 gr. di tonno
2 tuorli d'uovo sodi
4 filetti di acciuga
1 cucchiaino di capperi
Timo e prezzemolo freschi
Olio di oliva q.b.
3 cucchiaini di aceto bianco





COMUNE DI FRINCO



INCONTRO SULLA SICUREZZA

Sabato 15 Luglio 2023
Ore 19.00
Nel Salone del Mutuo Soccorso
(ex scuola San Defendente)

Il 15 Luglio a Frinco
nel Salone del Mutuo Soccorso a San Defendente è avvenuto un incontro pubblico sulla sicurezza rivolto a tutta popolazione. **Relatore** il Comandante della Stazione Carabinieri di Montiglio:

Mar. Ord. Andrea Gnagni.



CONSIGLI UTILI PER COLORO CHE VIVONO ED OPERANO CON PERSONE ANZIANE SOLE

FIGLI, NIPOTI E PARENTI

Ricordate sempre loro di adottare tutte le cautele necessarie nei contatti con gli **SCONOSCIUTI**.

Se hanno il minimo dubbio, fate capire loro che è importante chiedere aiuto a voi, ai vicini di casa oppure alle Forze dell'Ordine.

Ricordate che, anche se non ve lo chiedono, hanno bisogno di voi.

VICINI DI CASA

Se alla loro porta bussano degli sconosciuti, esortateli a contattarvi per chiarire ogni dubbio. La vostra presenza li renderà più sicuri.

Segnalate alle Forze dell'Ordine ogni circostanza anomala o sospetta che coinvolga gli anziani vostri vicini di casa.

IMPIEGATI DI BANCA O UFFICIO POSTALE

Quando allo sportello si presenta un anziano e vi fa una richiesta spropositata di denaro contante, perdetevi qualche minuto a parlare con lui. Spiegate agli anziani che all'esterno delle banche e degli uffici postali nessun impiegato effettua controlli, tanto meno si reca presso le loro case per effettuarli.

QUANDO CHIAMATE IL 112...

Quando avete dei dubbi o sorgono dei problemi, ricordate che potete chiamare, a qualsiasi ora, il numero di emergenza **"112"**.

All'operatore che risponde alla vostra telefonata fornite, con calma, le seguenti informazioni:

Date il vostro nome e cognome, senza timore, le richieste anonime possono creare ostacolo ad un pronto intervento.

Dite da dove state chiamando e qual è il vostro numero telefonico, l'operatore vi richiamerà qualora cadesse la linea.

Raccontate brevemente cosa è successo o cosa sta ancora accadendo, specificando il luogo del fatto.

Ascoltate attentamente le direttive che vi fornisce l'operatore e non riattaccate il ricevitore finché non ve lo dice lui.

IN CONCLUSIONE...

- Gli appartenenti alle Forze dell'Ordine se vengono nella vostra casa indossano l'uniforme ed hanno veicoli riconoscibili con scritte quali: "CARABINIERI", "POLIZIA DI STATO", "GUARDIA DI FINANZA" o "POLIZIA LOCALE".
- Non aprite la porta di casa a **SCONOSCIUTI** anche se dichiarano di essere dipendenti di aziende di pubblica utilità, verificate sempre con una telefonata da quale servizio sono stati mandati. **ATTENZIONE!** Non chiamate utenze telefoniche fornite dagli **SCONOSCIUTI**, perché dall'altra parte potrebbe esserci un complice.
- **SE NON SIETE SICURI, NON Aprite LA PORTA PER NESSUN MOTIVO, DITEGLI DI TORNARE PIÙ TARDI E CHIAMATE IL 112.**
- Ricordate sempre che nessun Ente od azienda manda personale a casa per il pagamento delle bollette, per rimborsi o per sostituire banconote false. **I VERI FUNZIONARI PREANNUNCIANO LE LORO VISITE TRAMITE TELEFONATE E/O LETTERE. NESSUN DIPENDENTE PUÒ RISCOUTERE O RIMBORSARE IMPORTI IN DENARO A DOMICILIO.**
- Le aziende di servizi come gas, acqua e telefono non arrivano mai senza prima annunciarlo telefonicamente, specificando all'utente l'ora e il giorno della visita e le ragioni dell'intervento.
- Non fermatevi mai per strada per dare ascolto a **SCONOSCIUTI** che vi chiedono informazioni, dati personali oppure vi invitano a mostrargli documenti, denaro ed oggetti di valore.
- Per le operazioni in Banca e/o in Posta, se avete il dubbio di essere osservati, fermatevi all'interno e parlatene con gli impiegati o con il personale di vigilanza. Se questo dubbio vi assale per strada, entrate in un negozio o cercate una compagnia sicura.

**Se hai un dubbio
chiamaci, saremo con te
per aiutarti!**

CARABINIERI

112

GRANDI FESTEGGIAMENTI PER I RAGAZZI DELLA LEVA DEL 1943

A Frinco sono stati festeggiati gli ottantenni. Durante la Santa Messa sono stati ricordati i coscritti della leva 1943 e i 6 anni del Sea Valleversa. La festa è continuata nel cortile del "Centro Pastorale Polifunzionale Luigi Ravizza" continuando l'antica tradizione, nata da un'idea di don Guido Martini nel 1984. I festeggiati erano otto, purtroppo per motivi di salute non tutti hanno potuto partecipare.

Tra di loro c'erano due "pilastri" della festa: Grazia Testolin fondatrice del comitato "anziani", e il diacono Francesco Cantino stretto collaboratore per 12 anni. Il sindaco Luigi Ferrero a nome del Comune ha consegnato ai festeggiati una cornice con la copia dell'atto di battesimo per i battezzati a Frinco e una poesia per quelli battezzati in altri comuni.

Don Claudio ringraziando i presenti ha sottolineato che è importante continuare questa tradizione per favorire il legame tra generazioni. Il futuro di un popolo richiede l'incontro tra giovani e an-

ziani: i giovani sono la vitalità di un popolo in cammino e gli anziani rafforzano questa vitalità con la memoria. Tra questi ottantenni ci sono tre persone che hanno collaborato e collaborano tutt'ora con la chiesa: il diacono Francesco, Maria (che tutti noi conosciamo come Carla) che per 15 anni è stata la rettrice della chiesa di San Defendente, Grazia che ha istituito e gestisce il coro Maria Nascenti.

La festa è stata allietata da alcuni canti popolari eseguiti dal coro "La Gerla" di Torino diretto dal maestro Roberto Bertina, che hanno alleggerito la festa coinvolgendo i presenti. La lettura dei principali avvenimenti accaduti a Frinco nell'anno 1943 ha fatto riflettere su come sono cambiati i tempi, mentre come sempre i bravissimi Alberto e Beppe, hanno reso il pomeriggio allegro e spensierato. La festa si è conclusa con un rinfresco offerto dal Sea Valleversa grazie al contributo della Fondazione Cassa Risparmio di Asti.

D.C.



Gazzetta d'Asti 13 ottobre 2023

FRINCO Nel corso di una bella e partecipata messa

Festeggiati gli anniversari di matrimonio

Per Frinco domenica 8 ottobre è stata una giornata importante. Dopo un anno, la santa messa è tornata di nuovo di domenica e per tale ricorrenza sono stati festeggiati gli anniversari di matrimonio, in una chiesa addobbata con gusto. La celebrazione è diventata un appuntamento annuale per tutta la parrocchia in occasione della quale le coppie che hanno ricevuto il sacramento del matrimonio rinnovano comunemente le promesse nuziali. Quest'anno sono stati festeggiati: Francesco Bonvicino e Rosa Cavallero (65 anni); Guerrino Nicoletto e Rosa Pastrone (55 anni); Renato Bonini e Sandra Cantino (50 anni); Giuseppe Comotto e Bruna Dezzani (50 anni); Luigi Ferrero e Giovanna Bussi (30 anni); Claudio Penna e Roberta Lanfranco (20 anni); Diego Sarboraria ed Elena Pescarmona (15 anni); Franco Gaspardone e Simona Ciciliato (5 anni); Massimiliano Prudeniano e Patrizia Alasia (5 anni).

Il matrimonio è un per-

corso di vita fatto di gioie, ma anche di difficoltà e di tutte quelle prove che la quotidianità ci pone davanti. La presenza di queste coppie sono un segnale positivo, uno stimolo forte per i giovani, un esempio di come sia importante credere in quei valori legati alla famiglia che in questo momento storico rischiano di essere compromessi. Insieme hanno attraversato giornate felici e giornate tristi, ma sempre uniti come quel primo giorno, mano nella mano, su una strada che sembrava spesso in salita, ma che oggi li ripaga di tante fatiche. Forse il matrimonio è proprio questo, godersi i giorni belli, attraversare insieme le tempeste della vita e riprendere il cammino più uniti di prima.

Desidero ringraziare queste coppie di compaesani, perché rappresentano l'esempio più vero di come con la dedizione, la volontà e un giusto senso del dovere, sia possibile costruire nel tempo un rapporto autentico e indissolubile. Al termine della celebrazione euca-

ristica don Claudio ha consegnato loro una lanterna come ricordo della giornata, con un messaggio: "Il Signore con il suo amore ha illuminato la vostra unione e continua a benedire il vostro cammino".

> Daniela Cantino

Le prime due persone da sinistra sono Soci Fondatori del Sea Valleversa: Maria Grazia e Francesco

Renato
Bonini
(Pres.te)
e Sandra
Cantino
(Tes.re)



Oltre a Sandra e Renato, erano presenti ai festeggiamenti i seguenti Soci

SEA VALLEVERSA:

- ◆ Luigi Ferrero (Socio) e Giovanna Bussi.
- ◆ Roberta Lanfranco (Socio) e Claudio Penna
- ◆ Franco Gaspardone e Simona Ciciliato (Soci)



INVECCHIARE

"NON E' FACILE INVECCHIARE CON GARBO..."

di Cecilia Resio

Non è facile invecchiare con garbo.
Bisogna accertarsi della nuova carne, di
nuova pelle, di nuovi solchi, di nuovi nei.

Bisogna lasciarla andare via, la giovinezza, senza mortificarla in una nuova età che non le appartiene, occorre far la pace con il respiro più corto, con la lentezza della rimessa in sesto dopo gli stravizi, con le giunture, con le arterie, coi capelli bianchi all'improvviso, che prendono il posto dei grilli per la testa.



farli brillare come minuscole cariche di polvere da sparo. Bisogna coltivare l'ironia, ricordarsi di sbagliare strada, scegliere con cura gli altri umani, allontanarsi dal sé, ritornarci, cantare, maledire i guru, canzonare i paurosi, stare nudi con fierezza. Invecchiare come si fosse vino, profumando e facendo godere il palato, senza abituarlo agli sbadigli.

Bisogna camminare dritti, saper portare le catene, parlare in altre lingue, detestarsi con parsimonia. Non è facile invecchiare, ma l'alternativa sarebbe stata di morire ed io ho ancora tante cose da imparare.



Bisogna farsi nuovi ed amarsi in una nuova era, reinventarsi, continuare ad essere curiosi, ridere e spazzolarsi i denti per



CENA COMUNITARIA

Il 3 novembre 2023 i volontari di Sea Valleverza hanno potuto leggere l'avviso del Presiente Renato Bonini sul gruppo Facebook:

Carissimi volontari. *Propongo al Consiglio Direttivo di autorizzare l'organizzazione di una cena sociale. I nostri volontari e soci sono sempre disponibili per raggiungere i migliori risultati e con altruismo si impegnano per rendere meno difficile la vita dei nostri anziani della Valleverza. È per questa ragione che una volta all'anno propongo di incontrarci per socializzare attorno ad un tavolo, nell'intento di conseguire sempre migliori rapporti. La cena sarà organizzata presso il ristorante Nuovo Cicot in località Molinasso di Frinco, e sono invitati tutti i volontari, soci, consorti, compagni e compagne; quindi è necessaria la vostra adesione in modo che si possa prenotare in tempo utile entro il 15 novembre 2023. L'incontro è previsto la sera di venerdì 24 novembre alle ore 20.00.*

Menu previsto: insalata russa; carne cruda; polenta con funghi; risotto ai funghi; bollito misto; bunet. Acqua, vino e caffè. Si prega segnalare eventuali allergie alimentari.

Aspetto le vostre gradite adesioni e auguro a tutti una buona serata. Renato.

Nei giorni successivi al messaggio, la maggior parte dei volontari ha risposto positivamente e dispiace per coloro che per impegni vari hanno comunicato di non poter partecipare.

Ed eccoci arrivati alla serata della cena che si è svolta in allegria e amicizia. Le foto che proponiamo ne sono la testimonianza. Arrivederci al prossimo anno.

F.C.



NUMERI TELEFONICI UTILI

112 - Numero di emergenza unico europeo

Dopo aver capito di che emergenza si tratta, l'operatore del 112 passa la chiamata al servizio di soccorso sanitario, ai vigili del fuoco o alle forze di pubblica sicurezza, a seconda di cosa gli è stato detto. Se ci sono feriti, per esempio, si chiama sempre per primo il soccorso sanitario.

Farmacie: Tonco: 0141 991395
Portacomaro Stazione 0141 206574
Castell'Alfero..... 0141 204140
Dispensario Farmaceutico Frinco: 0141 904199

Distretti Sanitari ASL: Montechiaro..... 0141 990072
Calliano 0141 483670

Ospedale Cardinal Massaia: Centralino 0141 481111
C.D.C.: Numero verde per prenotazioni 800-237380
Centralino Asti 0141 590600
Guardia Medica: 800 - 700707

CUP Regionale per prenotazioni 800 - 000500

Segnalazione Guasti: ENEL..... 803500
GAS 0141 962323
ACQUEDOTTO 0141 911191

UN ANZIANO SOLO IN MENO

UN VOLONTARIO IN PIU'

- ♦ Il Sea offre i servizi in modo gratuito, chiamate il nostro centro di ascolto e troverete una voce amica pronta ad accogliere le richieste e risolvere i vostri problemi.
- ♦ Chi vuole offrire la propria personale collaborazione nel volontariato potrà rivolgersi alla segreteria.

I volontari S.E.A. Valleverza ringraziano tutti coloro che con il loro interessamento e sensibilità sanno essere di aiuto agli anziani della nostra zona.

Grazie anche a Francesco per la preziosa collaborazione.

Il nostro numero è **334 7714188**



BUCN NASALE 2023