

NOTIZIARIO

ARTIGIANO

SPECIALE ANAP

1 SUP N.10 ~ 2021

ANAP: VACANZA A ISCHIA

GRAND HOTEL DELLE TERME "RE FERDINANDO" 4 STELLE LUSSO-ISCHIA PORTO DAL 20 FEBBRAIO AL 6 MARZO 2022

Anche quest'anno l'Anap Confartigianato organizza le cure termali ad Ischia. Il soggiorno si svolgerà come sempre presso l'Hotel Re Ferdinando, situato in posizione centrale, a 300 metri dal porto principale ed a pochi passi dall'area pedonale di Corso Vittoria Colonna e dalla famosa Riva Destra, vivamente animate da graziosi ristoranti, bar, negozi, boutique.

L'offerta include:

Hall, Sala Tv, Sala Lettura, Sala Cinema, Sala Carte, Sala Giochi, Dieci Ampie Sale per Ricevimenti e Congressi fino a 500 persone. Una Piscina Termale Semi Olimpionica 36°, Una Piscina Termale Coperta 38°, entrambe attrezzate con lettini ed Ombrelloni. Bar, Snack Bar con Terrazza vista piscina. Piano Bar Tutte le Sere. Ampio Parcheggio Auto. Quattro Ascensori. Sono Ammessi Animali di piccola Taglia (con Supplemento). Tre Boutique. Si accettano tutte le carte di Credito. A Pagamento: consumazioni extra.

Ristorazione:

Colazione al Buffet. Il ristorante propone cucina regionale e nazionale, menù a scelta, o à la carte e servizio ai tavoli. Una Gran Soirée a Settimana.

Terme & Benessere:

Stabilimento Interno Convenzionato SSN 1° Livello Super per le Cure Fangoterapiche o Inalatorie. Palestra, Circuito Benessere, Grotta Termale, Percorso Romano, Sauna e Bagno Turco. Spa a pagamento per massaggi e trattamenti Beauty Centro Medico- Estetico, Consulenza Dietologica.

E' richiesto il certificato medico da parte del medico curante per trattamenti benessere. Per 1 Ciclo di Fanghi e Bagni Termali deve essere specificata "Diagnosi Artrosi Diffusa", mentre per 1 Ciclo di Inalazioni ed Aerosol "Diagnosi Sinusite Cronica".

La quota di **SOLO SOGGIORNO** in camera doppia

standard è di **620 €** per persona, in camera singola 970 €.

Nella quota sono compresi l'assicurazione medico bagagli e annullamento; e la Tassa di soggiorno.

Diverse le opzioni di viaggio (a persona) :

- **AEREO: EURO 700** (QUOTA SOGGIORNO + TRANSFER DA E PER L'AEROPORTO + TRAGHETTO; ESCLUSO VOLO, CHE RIMANE A LIBERA ORGANIZZAZIONE DEI PARTECIPANTI)
- **BUS : EURO 760** (QUOTA DI SOGGIORNO + BUS A/R - Domodossola, stazione FFSS; Gravelona Toce, Ipercoop; Arona, autostrada; Novara, parcheggio ristorante Da Ciccio, corso Risorgimento - TRAGHETTO. Sul pullman posti contingentati per Covid)
- **TRENO: EURO 780** (QUOTA DI SOGGIORNO+ convenzione Dimhotel FFSS: FRECCIA ROSSA+ TRANSFER + NAVE)

I posti sono limitati e soggetti a contingentamento COVID: vi preghiamo dunque di comunicare le adesioni a Segreteria ANAP (Novara tel 0321.661111) il prima possibile.

L'adesione deve confermata con il versamento della quota di acconto di 250 € sul Conto Corrente Bancario IT74F 05034 10100 00 00 000 30178Intestato a CIR[1]COLO AMICI ARTIGIANI, cui versare anche il saldo (Causale ISCHIA 2022).

Ricordiamo che l'organizzazione e lo svolgimento del viaggio deve osservare le norme anti COVID (Super Green Pass, Mascherine, Distanziamento, Disinfezione frequente delle mani). Al momento il viaggio è confermato ma ci adegueremo a quanto eventualmente ordinato dalle Autorità nell'immediato futuro in caso di peggioramento della situazione sanitaria.

NELLA MANOVRA SOLO 100 MILIONI PER GLI ANZIANI NON AUTOSUFFICIENTI.

UN INCIAMPO NEL PERCORSO DI RIFORMA DELLA NON AUTOSUFFICIENZA

“Nonostante gli impegni assunti dal Governo nei confronti dell'Europa con il PNRR, con il quale si dovrebbe procedere ad una riforma della non autosufficienza e della disabilità, la Manovra finanziaria da 30 Miliardi del Governo stanziava solo 100 milioni a questo scopo, briciole che rischiano di allontanare il percorso di riforma che colmerebbe un vuoto nel nostro assetto legislativo”.

È quanto ha dichiarato Guido Celaschi, Presidente dell'Anap Confartigiano dopo la diffusione del testo definitivo del disegno di Legge di Bilancio presentato in Parlamento per la sua approvazione.

In effetti la Legge di Bilancio stanziava, per il 2022, solo 100 milioni di euro per i servizi domiciliari sociali erogati dai Comuni agli anziani non autosufficienti. Dunque, 200

milioni in meno di quanto previsto dal Patto per un Nuovo Welfare sulla Non Autosufficienza - a cui aderisce anche l'Anap -, che aveva chiesto che l'1% delle risorse stanziate con la Legge di Bilancio - ossia 300 milioni su 30 miliardi - fosse destinato a costruire un rafforzamento stabile dei servizi di assistenza domiciliare erogati dai Comuni.

“Sebbene la manovra li configuri come livelli essenziali delle prestazioni, così come da noi richiesto, si prevede per questi servizi appena lo 0,3% del totale delle risorse investite. Briciole, rispetto alle esigenze degli anziani e delle loro famiglie”, dichiarano le organizzazioni del Patto.

“Con tali risorse non solo si potrà fare ben poco per invertire la tendenza rispetto alla scarsità attuale delle risposte fornite a questa

fascia di popolazione - oggi riceve domiciliarità sociale appena l'1,3% degli anziani - ma anche per le prospettive di riforma.

Nelle intenzioni del Patto, infatti, le maggiori risorse per la domiciliarità sociale avrebbero dovuto affiancare i nuovi fondi previsti nel PNRR per la domiciliarità sanitaria delle Asl, pari nel 2022 a 584 milioni, per iniziare a realizzare nei territori quelle risposte unitarie e integrate, tra Comuni e Asl, che rappresentano la migliore risposta per gli anziani”.

“Chiediamo pertanto - concludono le organizzazioni - che nel passaggio parlamentare si proceda ad un re-integro dei fondi. A tal fine presenteremo degli emendamenti sui quali chiediamo il sostegno unitario di tutte le parti politiche”.



LONGEVITÀ

un contributo ALLE ECONOMIE EUROPEE

Una serie di rapporti pubblicati dall'International Longevity Centre UK (ILC) evidenziano le opportunità economiche di una vita più lunga in tutta Europa. Secondo tali rapporti, i contributi degli anziani in tutta la regione europea sono significativi e in crescita:

- In Germania, il 77% delle persone tra i 50 e i 64 anni ha un lavoro
- In Francia, quasi 1 lavoratore su 3 ha più di 50 anni
- Entro il 2035, in Italia quasi 3 su 5 lavoratori (il 59%) potrebbero avere 50 anni e più
- Più di 6 euro su 10 nell'economia spagnola sono stati spesi da famiglie guidate da persone con più di 50 anni nel 2015
- Entro il 2040, nel Regno Unito 63 penny su ogni sterlina saranno spesi da famiglie di anziani
- In tutta l'UE e in Turchia, l'assistenza e il volontariato degli anziani contribuiscono all'economia più di quanto questi paesi spendano per la difesa.

Tuttavia, il rapporto avverte anche che la barriera che potrebbe vanificare il realizzarsi di queste opportu-

nità è la cattiva salute, costituendo essa una limitazione della capacità delle persone di rimanere attive quando invecchiano. Confrontando i paesi del G20, il rapporto "Salute uguale ricchezza" evidenzia che:

- Nei paesi che spendono di più per la salute, gli anziani lavorano, spendono e fanno più volontariato
- L'aumento della spesa sanitaria preventiva di appena lo 0,1 per cento può sbloccare un aumento del 9% nella spesa annuale degli anziani e 10 ore aggiuntive di volontariato ogni anno.

Nei rapporti si invitano i paesi a favorire meglio i contributi economici degli anziani, in particolare attraverso maggiori investimenti in misure sanitarie preventive che sostengano un invecchiamento sano. E' necessario che i governi inve-



stano almeno il 6% dei loro bilanci sanitari su questi interventi, come vaccini, screening, diagnosi precoce e gestione delle malattie.

All'inizio di quest'anno, la Commissione Europea ha adottato il suo Libro Verde sull'invecchiamento, che ha indicato come i vari paesi debbano operare per adattarsi alle loro popolazioni che invecchiano, compreso il modo di sostenere l'invecchiamento sano.

Tuttavia, fino ad oggi, non ci sono stati annunci di un previsto Libro Bianco o di impegni vincolanti. Con una lettera aperta inviata la scorsa settimana, l'ILC Europe Network, una rete paneuropea sulla longevità, ha invitato la Commissione a garantire che il Libro Verde sia seguito da azioni concrete e significative.

È vitale che questo Libro Verde non sia messo su uno scaffale a prendere polvere, ma sia invece un passo importante verso una risposta europea concertata all'invecchiamento. E' necessario un Libro bianco dell'UE sull'invecchiamento con il quale i paesi europei vengano impegnati ad adottare politiche e decisioni concrete per favorire lo sviluppo di una società per tutte le età.

L'ALIMENTAZIONE NELL'ETÀ EVOLUTIVA

Qualche consiglio per genitori e nonni

L'infanzia e l'adolescenza rappresentano i momenti fondamentali dello **sviluppo psico-fisico dell'individuo** e tra i fattori che condizionano questo sviluppo, l'**alimentazione** copre un **ruolo essenziale**. L'infanzia rappresenta però anche l'età più fragile perchè maggiormente esposta ai modelli di consumo presentati dalla pubblicità commerciale e dai media, in un'età in cui i gusti e le abitudini non ancora consolidate sono in via di maturazione. I potenziali effetti della pubblicità

televisiva nel promuovere conoscenze, atteggiamenti e comportamenti sta destando notevole preoccupazione non solo per l'eccessiva esposizione dei bambini a questo mezzo, ma soprattutto per l'incongruenza delle informazioni trasmesse attraverso gli spot televisivi, rispetto alle più **recenti raccomandazioni** in materia di **nutrizione e salute**. Da qui la necessità di educare le nuove generazioni a scelte più consapevoli e modelli di comportamento più sani. L'educazione alimentare

non può non coinvolgere le famiglie: gli errori infatti, spesso cominciano a casa, in primo luogo quello di saltare la colazione, situazione troppo frequente nei bambini e nei ragazzi. La **prima colazione** è invece fondamentale per impostare correttamente l'alimentazione e mettere l'organismo nelle condizioni migliori per affrontare gli impegni della giornata, dopo il lungo digiuno notturno.



Deve rappresentare un vero e proprio pasto, poiché l'apporto di tutti i principi nutritivi è essenziale per avviare correttamente il sistema metabolico. Gli alimenti migliori cui rivolgersi per ottenere buoni risultati sono: latte, yogurt, pane, fette biscottate, biscotti, dolci fatti in casa, miele, marmellata, spremute o succhi di frutta. Nel caso di giovani in crescita e soprattutto se praticano intensa **attività sportiva** possono essere indicati anche alimenti a carattere proteico come uovo, prosciutto o formaggio. Studi condotti sul rendimento scolastico del bambino hanno evidenziato una diminuzione delle prestazioni intellettuali, in particolare della capacità di memorizzazione, in chi salta la prima colazione.

Essendo il primo pasto della giornata è anche quello che può aiutare a distribuire in modo corretto ed equilibrato le calorie durante tutta la giornata. In particolare un bambino che salta la prima colazione tenderà a consumare a spuntino **merende abbondanti** per tamponare un bisogno immediato di energia. L'effetto è quello di ottenere un eccessivo apporto di calorie che non vengono smaltite se non accompagnate da una adeguata attività fisica. Inoltre un sovraccarico energetico durante gli spuntini può essere causa di **digestione difficile** e prolungata che può portare a **stati di sonnolenza e torpore** oltre che ad una minore capacità di concentrazione e prontezza di riflessi, in quanto il sangue, invece di alimentare a dovere le cellule nervose e cerebrali, viene richiamato dall'apparato digerente sovraccaricato di cibo.

Va quindi sottolineato che **gli spuntini**, che necessariamente devono essere previsti negli intervalli fra colazione e pranzo e fra pranzo e cena nell'alimentazione dei bambini, non possono essere concepiti come sostitutivi dei pasti: così quello della mattina non può sostituire la funzione della prima colazione. E' da **evitare** inoltre l'uso frequente di **merendine, snack e prodotti industriali** in genere, ricchi di calorie, grassi soprattutto saturi, zuccheri e poveri di principi nutritivi importanti. Sono da preferire alimenti come latte, yo-

gurt, frutta o, se consentito dal proprio fabbisogno energetico, panini con prosciutto o formaggio. I genitori devono inoltre assicurare un'alimentazione il più possibile variata, basata su prodotti freschi e di stagione, l'unica in grado di garantire il giusto

apporto di tutte le sostanze nutritive di cui il bambino ha bisogno per la sua crescita e per un ottimale sviluppo psico-fisico. La loro dieta appare, spesso, troppo ricca di zuccheri raffinati, dolci, grassi e carne e povera, invece, di alimenti importanti come pesce, cereali, legumi e verdure.

Molto spesso l'alimentazione del bambino è costituita da fasi alterne di **rifiuto di alcuni generi alimentari** (comunemente verdura e frutta), e così i genitori rinunciano a presentare a tavola gli alimenti in questione poiché giudicati definitivamente non graditi. Se da un lato, l'eccessiva imposizione può risultare controproducente, dall'altra è pur vero che smettere di presentare sulla tavola i cibi in questione, non consente al bambino di superare il problema, anzi lo fortifica nel suo rifiuto. Sta alla mamma tentare di aggirare l'ostacolo usando fantasia e creatività nel modo di preparare e proporre determinati cibi, rendendoli più appetibili.

La situazione è più difficile nell'adolescenza quando il bisogno di affermare la propria identità anche attraverso il rifiuto dell'alimentazione familiare, comporta come conseguenza numerosi e frequenti errori, che possono sfociare in iperalimentazione o malnutrizione, se protratti nel tempo.

E' importante perciò costruire un **modello alimentare corretto** fin dai primi anni di vita del bambino quando è più facile intervenire sui gusti e sulle abitudini. È importante rispettare anche i ritmi della nutrizione: **orari dei pasti regolari** e tempi adeguati per garantire una corretta masticazione e **favorire la digestione**. Il bambino è molto sensibile al clima familiare e all'ambiente in cui vengono consumati i pasti, per cui un atteggiamento di calma, pazienza, comprensione e di rispetto della sua "lentezza" lo aiutano a stabilire un rapporto sereno con il cibo, e ad evitare conflitti madre-bambino o problemi psicologici più gravi. La carta dei diritti dell'infanzia è basata soprattutto sul rispetto che l'adulto deve al bambino e l'alimentazione adeguata, anche nei tempi, fa parte di questo rispetto!

Dott.ssa Daniela Boccolucci
Biologo Nutrizionista Specialista
in Scienza dell'Alimentazione

Sedi Confartigianato Imprese:

Novara - 0321 661111

Verbania - 0323 588611

Vercelli - 0161 282401

Stampa: ST.G.R.

Autorizzazione Tribunale C.P. Novara dell'1-7-1949 n. 57 del
R. Iscrizione ROC n. 25244 del 20.1.2015 Poste Italiane s.p.a Sped. Abb.
Post. 70% DCB FI

Direttore responsabile: Renzo Fiammetti

Redazione e Amministrazione:

Confartigianato Servizi Piemonte Orientale s.r.l.
via S. Francesco D'Assisi - Novara - tel. 0321 661111

Hanno collaborato:
Lucia Tercale, Fiorenzo Rabozzi.