



Nestore Informa

Marzo 2003 - N° Quattro

Indice

Da Mnemon.....con amore

Le attività svolte ottobre 2002 – marzo 2003

- *Fotografie e tempo libero (concorso fotografico)*
- *L'arte di invecchiare bene (tavola rotonda)*
- *La prima riunione del Comitato Scientifico*

I programmi in corso:

- *Un nuovo corso pilota promosso dall'Associazione*
- *Seconda edizione di Mnemon*
- *Riparlamo di CSV*
- *Un ponte verso i giovani*

Rubrica "I nostri soci":

- *Presentiamo Andromedia*

Notizie in breve

Da "Mnemon"..... con amore

"Ho un'amica di recente acquisizione che è andata a fare un giro negli Stati Uniti con la famiglia. Mi sono sentito un po' solo ed ho pensato di scrivere un diario giornaliero che mi tenesse compagnia e che mi facesse sentire lei meno lontana. Al suo ritorno glielo ho regalato: credo di aver fatto il più bel regalo della mia vita.

La notte di Natale ho iniziato una corrispondenza (unilaterale, naturalmente) col mio nipotino di tre anni: mi ero appena travestito da Babbo Natale ed, assolutamente irriconoscibile, ho portato i doni. Ho deciso di iniziare da lì una specie di diario, disordinato e discontinuo, che abbia lui come interlocutore, come ascoltatore di cose sue e mie. Glielo regalerò fra vent'anni, se ci sarò. Altrimenti prima, se

qualcuno frugherà fra le mie carte.

Il mese scorso ero andato a casa di mia madre a sostituire il suo badante. Mi annoiavo, come ogni tanto mi capita. Ho allora, quasi casualmente, aperto il cassetto delle fotografie, C'era di tutto, dalle foto fine ottocento della bisnonna alle ultime del nipotino, che la mamma custodisce con assoluto disordine. Ho selezionato, ho ordinato per periodi, ho deciso di fare un album, non di quantità, ma di qualità e significato, come una specie di albero genealogico fotografico della famiglia.

Cosa c'entra tutto questo con il corso "Mnemon, raccontare e raccontarsi per sé e per gli altri"? Tanto. Quelli citati sono tutti stimoli che il corso mi ha dato. Sono stato condotto, con sapienza ed esperienza, da Dante Bellamio e Stefania Freddo, attraverso un percorso di cinque incontri iniziali e di successivi tre incontri con l'utilizzo del magneto-fono. Ho appreso a ripercorrere e a far ripercorrere il passato, ho appreso ad ascoltare me stesso per essere poi in grado di ascoltare l'altro in modo autentico, "curioso", attento, partecipe, attivo, empatico, non giudicante. Ho appreso a far affiorare ciò che non si sapeva di sapere, a riportare alla luce ciò che si riteneva dimenticato, a suscitare una più matura consapevolezza di ciò che si è fatto. Il tutto attraverso una serie di "interviste narrative" che ho fatto al badante peruviano della mamma, ad una amica di Nestore e ad un compagno di volontariato. Ho rivisto il passato in funzione di una progettualità futura, tenendo presente che le esperienze vissute sono necessarie al cambiamento. Chiuderei con una citazione di G.G. Marquez, ricordata al corso e che secondo me rappresenta la "summa" di tutto: <Agli anziani insegnerei che la morte non arriva con la vecchiaia, ma con la dimenticanza>". (Alberto di Suni)

Le attività svolte ottobre 2002 marzo 2003

Fotografie e tempo libero

La nostra festa natalizia a dicembre 2002 è stata caratterizzata da uno specifico evento, come sta diventando d'abitudine: nel 2001 presentavamo il primo "Progetto Mnemon" (che abbiamo poi realizzato tra febbraio e giugno); nel 2002 abbiamo voluto coinvolgere soci e amici in un'avventura collettiva dedicata a una delle attività più piacevoli e creative che si possano realizzare nel tempo libero. Abbiamo invitato soci e amici ad inviarci le loro fotografie per partecipare ad un **"Concorso fotografico"** ispirato al tema della "transizione dal lavoro al pensionamento: ieri, oggi, domani", dando precise indicazioni sulle modalità tecniche (dimensioni delle foto, modalità di invio, requisiti, ecc.) ma lasciando la massima libertà nell'interpretazione del tema.

La mostra è stata inaugurata nella Biblioteca dell'Umanitaria, totalmente trasformata per l'occasione, il 12 dicembre alle 17.00 in coincidenza con il nostro brindisi natalizio, ed è stata un successo, grazie ad un febbrile lavoro organizzativo e alla generosità di numerosi sponsor che hanno concorso con premi di significativo valore (Assessorato alla Cultura del Comune di Milano, Christofle, Dupont, Metro, Mondadori, Nivea Vital, Società dei Concerti e Società Umanitaria).



La mostra all'Umanitaria

Man mano che i giorni passavano, la risposta avuta nell'invio delle foto è stata di gran lunga superiore alle aspettative e qualitativamente molto bella: anche noi – gruppo operativo Nestore – ci siamo sentiti sempre più affascinati e coinvolti e abbiamo desiderato partecipare con i nostri contributi fotografici e le nostre interpretazioni personali.

Ci sono pervenute in tutto 45 foto, a colori e in bianco e nero, illustranti soggetti assai diversi fra loro, ispirati a esperienze, visioni del "pensionamento". suggestioni e interpretazioni del tutto originali e personali, da partecipanti di tutte le età – dai 30 agli 80 anni – e soprattutto ricche di una fortissima carica emotiva che, da sola, catturava l'occhio del visitatore più scettico e disattento. A tutte le foto era stato attribuito dagli autori un titolo e alcune righe di interpretazione del tema che aiutava la decodifica del significato e delle motivazioni

Non sapevamo all'inizio quanto lavoro avremmo dovuto fare! Dalla ricerca degli sponsor (che ci hanno permesso di premiare le 5 foto giudicate migliori dando un senso concreto al "concorso"); alla composizione della giuria, formata quasi completamente da fotografi professionisti per accrescere lo standard delle valutazioni; alla scelta e messa a punto del layout espositivo, realizzato come un "photographic saloon" che alternava i pannelli espositivi con tavolini e sedie per consentire ai visitatori di rilassarsi e chiacchierare sorseggiando un drink e mangiucchiando salatini; all'organizzazione minuta del tutto. Chi ne ha avuto l'onere maggiore è stata una nostra socia, l'Arch. Emira Manina che ha saputo valorizzare al massimo il materiale e le strutture messe a disposizione dall'Umanitaria per ottenere un insieme funzionale e accogliente, e ha predisposto tutte le foto, le scritte e i pannelli con pazienza e professionalità.

Il successo del pubblico (abbiamo visto affluire in uno squarcio di pomeriggio quasi 80 persone) e il



La sua prosecuzione all'AUSER

breve tempo consentitoci per la mostra ci ha indotto a riproporla dal 6 febbraio presso una delle sedi AUSER (gentilmente offertaci), a Via A. Visconti 22/D, dove è stata allestita il 6 febbraio e si è chiusa da pochi giorni.

Perché è piaciuta l'idea di una "mostra fotografica"? Che cosa ci ha spinto ad organizzarla? Le nostre risposte erano sintetizzate nel pannello di apertura della mostra:

*“Esprimere attraverso le immagini le riflessioni e le esperienze vissute e prefigurate sul tema dell'abbandono del mondo del lavoro e della transizione al pensionamento, ci sembra un modo al tempo stesso poetico e suggestivo per raccontare un **passaggio**, spesso intriso di stereotipi e luoghi comuni, o drammaticamente percepito, e anche per stimolare la fantasia e la sensibilità individuali su un tema di grande attualità.*

Ma da parte di chi ha partecipato c'è forse, oltre al desiderio di un'espressione libera e creativa legata ad un momento significativo ed importante della vita, anche un bisogno di trasmissione e di memoria perché altri possano conoscerci e perché contribuisca (come appare in molte foto) a gettare un ponte fra le generazioni: con i più giovani (la nipotina, gli allievi di una scuola), e con i più vecchi (i genitori, gli anziani soli, la vecchia maestra), un ponte fra i propri stati d'animo, fra la gioia e la malinconia, fra il passato e il futuro, fra chi c'è e chi non c'è più: insomma un grande affresco di esperienze e di vita. Credo che da questa mostra, affrontata con allegria e divertimento, siamo usciti tutti un po' migliori, perché ci ha avvicinati e ci ha fatto pensare. Proprio per questo stiamo esplorando la possibilità di farne un



3° premio—“La giovane maestra” di Leonardo Pellegratta

“album”, perché anche al Nestore resti un legame tra i soci e gli amici di oggi e quelli di domani, e la voglia di realizzare altri gioiosi momenti insieme.

“L'arte di invecchiare bene”: tavola rotonda

Di grande interesse è stata la tavola rotonda che l'Associazione Nestore ha organizzato il 29 ottobre 2002 presso la propria sede alla Società Umanitaria, in collaborazione con la Fondazione LN-A (Lotta alla Non-Autosufficienza) sul tema “L'arte di invecchiare bene” – Vi hanno partecipato come relatori **Dante Bellamio**, consigliere, membro del Comitato Scientifico e socio fondatore dell'Associazione Nestore, nonché docente di Metodologia della Formazione Aziendale all'Università di Milano Bicocca; **Francesco Cefis**, Presidente della Fondazione LN-A, **Antonio Fumagalli**, psicologo; **Victor Bella**, geriatra.

L'idea base che ha guidato i relatori nella trattazione del tema è stata quella di un perseguimento e accrescimento del *benessere* individuale e quella della *prevenzione* ai possibili mali che prima o dopo coinvolgeranno in prospettiva gli adulti anziani.

In coerenza con le finalità di fondo dell'Associazione Nestore che si interroga sul *prima* e vuole sensibilizzare individui e gruppi sociali alle preoccupazioni, ai disagi e ai traumi che emergono in una fase quale quella dell'abbandono del lavoro e della transizione al pensionamento, l'incontro si è posto l'interrogativo di quali siano i punti critici che collegano *il pensionamento con l'invecchiamento*, e di che cosa si possa fare per vivere serenamente il *dopo* e sfruttare le opportunità che la scienza, gli esperti e le risorse personali a livello fisico e intellettuale, ci offrono.

Alle esposizioni dei quattro relatori è seguita la proiezione di alcuni CD-ROM, elaborati da Mario Racchetti a supporto dell'attività della Fondazione, con il patrocinio della Regione Lombardia (sulla memoria, l'alimentazione, l'agilità fisica e mentale, ecc.) che unitamente ai manuali relativi, sono stati messi a disposizione delle ASL.

Alcuni CD-ROM e manuali sono stati distribuiti al pubblico presente al termine della riunione, che si è conclusa con un vivace dibattito allargato a tutti, oltre le 19.30.

La prima riunione del Comitato Scientifico

Finalmente! La prima riunione del Comitato Scientifico dell'Associazione Nestore si è tenuta il 26 novembre 2002 nella Sala Ferri dell'Umanitaria, presenti quasi tutti i componenti, ed ha avuto risultati significativi e di ampio respiro.

In particolare il gruppo di studiosi e docenti ha risposto pienamente al ruolo loro attribuito di: "orientamento culturale per quanto concerne le scelte e le strategie dell'Associazione, con particolare riferimento alla qualità dell'immagine istituzionale, delle attività organizzate e della comunicazione all'esterno nonché alle scelte relative alle possibili fonti di finanziamento per l'Associazione"

In attesa ancora di una risposta definitiva circa la richiesta di contributo, da noi sottoposta alla Fondazione Cariplo e alla Regione Lombardia per la realizzazione del progetto di ricerca "Analisi della transizione", il Comitato Scientifico ha espresso alcune idee e suggerimenti qualificanti in merito agli orientamenti futuri e alle attività dell'Associazione, manifestando curiosità, condivisione e interesse alle finalità associative e alle scelte fatte finora, con domande di chiarimenti e osservazioni pertinenti. I contributi offerti in questa prima riunione esprimono inoltre una indubbia attenzione agli standard delle attività e dell'immagine associative, e alla fattibilità concreta dei progetti già avviati o proposti, con l'invito a cercare dei partners per la loro realizzazione. Per quanto concerne i contenuti, è emerso il suggerimento di introdurre o approfondire (con un Convegno annuale, la pubblicazione di Quaderni, l'inserimento nei corsi o la realizzazione di incontri specifici) alcuni temi considerati meritevoli di attenzione quali *l'educazione alla salute, il disperato inseguimento della gioventù, che subentra man mano che l'età avanza, la modifica della struttura della spesa, il potere*, ecc per elencarne solo qualcuno..

Ma più di tutto ci ha colpito la lucida sottolineatura della "complessità" che caratterizza di per sé la transizione al pensionamento, quale finalità di fondo di Nestore, e la sua concomitanza con altre transizioni, e con diversi modelli di transizione, tutti egualmente significativi e interdipendenti fra loro, e tutti potenzialmente rilevanti come oggetto di studio parallelo.

Da questo Comitato nascono per l'Associazione nuovi impegni e nuovi possibili traguardi per cui lavorare : ce la faremo?

I programmi in corso

Un nuovo corso pilota promosso dall'Associazione

Martedì 11 marzo è partito il nuovo corso pilota di "Orientamento e preparazione ad attività di volontariato per pensionandi e neo-pensionati", con 16 partecipanti, che rappresenta una novità nel panorama dei corsi finora realizzati.

Come è noto, il tema di fondo attorno al quale si costruisce tutta l'attività dell'Associazione Nestore è il "processo di transizione al pensionamento", ovvero ciò che attiene al trauma di questo passaggio, a volte atteso, a volte temuto cui si giunge per la maggior parte dei casi, impreparati. I corsi finora realizzati da Nestore si sono sempre focalizzati a stimolare consapevolezza e a trasmettere metodi e strumenti per affrontare meglio questo passaggio, dando un senso positivo al dopo, senza per altro orientare concretamente i partecipanti verso una o un'altra scelta o progetto di vita.

Questo nuovo corso per la prima volta si occupa anche del "dopo" orientando e informando le persone circa il ruolo e il mondo del "volontariato", come sbocco privilegiato e possibile del dopopensione, sia per rispondere all'esigenza di maggiore qualificazione e preparazione che proviene appunto dal mondo del volontariato, sia per verificare le motivazioni e le competenze individuali atte ad affrontare questo percorso nel campo sociale. E' quindi un corso che affronta a 360° le prospettive del pensionamento, ponendosi da un'angolazione specifica di concreta utilità e fattibilità per i partecipanti coinvolti.

Il corso è promosso e finanziato completamente dall'Associazione con i disavanzi attivi del bilancio 2002. Consiste in 14 sessioni di 3 ore e mezzo ciascuna, che si svolgeranno tra marzo e maggio (si concluderà il 15 maggio) e ha come responsabile Mauro Vaiani e come tutor Sivia Ventura, entrambi titolari di una collaudata esperienza come formatori in ambito Nestore. Gli altri docenti sono Dante Bellamio, Claudia Bruni, Stefania Freddo e Giorgio Vitrotti.

Seconda edizione di "Mnemon"

La seconda edizione del Mnemon, promossa e finanziata dall'Associazione Nestore, partirà il 6 maggio 2003 con la conduzione di Stefania Freddo, plurilaureata dell'Università degli Studi di Milano Bicocca, Facoltà di Scienze della Formazione. Il corso consisterà in un ciclo complessivo

di otto sessioni di tre ore ciascuna. Inizierà con un prima fase di cinque sessioni focalizzate sui presupposti culturali, scientifici, metodologici; la sperimentazione della scrittura autobiografica, l'ascolto, la narrazione orale e scritta, il colloquio, il recupero delle memorie e la loro restituzione. La seconda fase consisterà in un'attività individuale dei partecipanti che si eserciteranno a raccogliere storie di vita con il magnetofono. Seguirà una terza fase in aula, a settembre, per lo scambio delle esperienze ed infine un seminario conclusivo martedì 30 settembre 2003 per l'inventario del materiale raccolto e la possibilità di coinvolgere i giovani nel progetto. Infine il 18 novembre vi sarà un incontro finale per la diffusione, la valorizzazione e la prosecuzione del lavoro svolto che potrà continuare per iniziativa personale dei partecipanti.

Riparlamo di CiEsseVi

Da tempo abbiamo ripreso i contatti con il CiEsseVi (Centro Servizi di Volontariato) per la realizzazione di un nuovo corso e stiamo al momento preparando tutta la documentazione necessaria al relativo bando che si chiude il 7 aprile prossimo. In caso di accettazione il corso inizierà nel gennaio 2004 per concludersi nel maggio dello stesso anno. Su suggerimento dello stesso CiEsseVi abbiamo deciso di dare a questo nuovo corso un taglio più pratico e concreto, ampliando ed evidenziando l'azione di orientamento in modo da dare ai frequentatori maggiori strumenti per attivarsi e operare al meglio nel campo del volontariato.

Nel frattempo stiamo già sperimentando questo nuovo indirizzo nel corso Nestore che, partito a metà marzo, si concluderà a metà maggio e che per struttura e svolgimento dovrebbe servire da traccia per la progettazione e programmazione del futuro corso CiEsseVi.

Un ponte verso i giovani

Nell'ultimo Consiglio Direttivo, che si è tenuto il 18 marzo, è emersa da uno dei nostri soci collettivi, Gianfranco Bigatti dell'ANLA, un'idea interessante che – sebbene in una fase del tutto iniziale, e non ancora elaborata come progetto – risponde al bisogno, già anticipato all'Assemblea 2002, di gettare un ponte verso i giovani e superare con iniziative di reciproca utilità il gap generazionale che divide da loro i “pensionati”.

Si tratta di un'idea che fa riferimento al “Progetto Mnemon” (valorizzazione della memo-

ria per un recupero di motivazioni e di identità), e che potrebbe condurre i dirigenti pensionati dell'ANLA e del Nestore, a narrare la loro storia di lavoro e di vita ai giovani allievi delle scuole superiori che stanno per entrare nel mondo del lavoro, ai fini di una trasmissione di valori concreti: la fatica, la professionalità, l'esperienza, ecc. con cui dovranno sicuramente fare i conti.

L'idea, tutta da verificare e da sviluppare, rappresenta un altro “ponte” che Nestore potrebbe gettare questa volta verso le giovani generazioni, ai fini di offrire loro utili riferimenti storici, e di lavorare per un radicamento più aperto in un mondo sempre più globale, che si evolve ogni giorno. Se son rose, fioriranno!

Rubrica “I nostri soci”: presentiamo ANDROMEDIA

Andromedia S.a.s. opera dal 1987, con sedi a Sesto San Giovanni e a Milano. E' una società di consulenza, selezione e formazione specializzata nella costituzione di strutture di Direct Marketing e Telemarketing - interne alle aziende - di Call-Center, Servizio Clienti e Relazioni con il Pubblico.

Dispone di know-how specifici che permettono interventi organizzativo-gestionali oltre che formativi per i quali si avvale di specialisti di settore.

Andromedia ha maturato un'esperienza significativa nella formazione pubblica impostando e seguendo strutture nell'ambito sanitario, per l'Ente Poste e uffici comunali.

L'utilizzo delle strategie di Marketing Diretto, di cui Andromedia possiede il know-how ha permesso di ideare e realizzare un progetto per una raccolta d'arte contemporanea, unica nel suo genere, destinata ad una dimensione museale di prestigio: “Memorie: cinquant'anni dopo”.

Sono tre i settori nei quali opera la società:

Andromedia Consulenza: *si occupa di attivare e supportare strutture di Call-Center, Customer Care, Help Desk e Telemarketing. Opera per importanti società nel campo dell'informatica, delle telecomunicazioni, dei servizi, banche e assicurazione, e con Enti Pubblici.*

Andromedia Formazione: *è specializzata nell'erogazione di corsi che vengono di volta in volta tarati sulle reali esigenze formative dell'Azienda o dell'Ente interessato. Si occupa della formazione di operatori di Call Center, Supervisor e operatori di Telemarketing.*

Andromedia Selezione: *si occupa della selezione*

del personale addetto al Servizio Clienti, Call Center e Telemarketing.

Per avere informazioni più dettagliate vedere la pagina web: **www.andromediasas.it** oppure mettersi in contatto con la Sede di via Gorizia 15, 20099, Sesto S.Giovanni (MI)
- Tel. 02.22477942 - Fax 02.26265039.

Notizie in breve

• Attualmente (marzo 2003) l'Associazione conta 58 soci tra individuali e collettivi. La crescita rispetto all'anno scorso (43 soci) è dovuta principalmente alle nuove iscrizioni richieste per la fre-

quenza del corso di "Orientamento e preparazione ad attività di volontariato" che è partito l'11 marzo.

- A seguito delle dimissioni di Amedeo Fioroni (per incompatibilità con la rappresentanza CIDA) e di un diretto interesse del Centro Maderna alle attività Nestore, sono stati cooptati nel Consiglio Direttivo Giovanni Locatelli, in sostituzione di Fioroni, e Anna Maria Melloni, Presidente del Centro Maderna, al posto di Corrado Morozzo.
- Il nostro "Gruppo Operativo" cresce: attualmente ne fanno parte: Giovanna Bellasio, Giancarlo Bonghi, Paola Cavallazzi, Alberto di Suni, Fabrizio Ferrari, Giovanni Locatelli, Emira Manina, Fiorella Nahum.

I premiati del Concorso Fotografico

1° premio, **Dorino Jemmi** : Malinconia 1, Malinconia 2, Malinconia 3

2° premio, **Simona Zinanni**: Scuola di lavoro

3° premio, **Leonardo Pellegatta**: La giovane maestra

4° premio, **Cecilia Caldarola**: Il meritato riposo

5° premio, **Virginio Locatelli**: Liberi di scoprire il mondo

Premio del pubblico, **Giorgio Vitrotti**: Libertà da

"Mnemon":

Un progetto dell'Università degli Studi di Milano – Bicocca e della Libera Università dell'Autobiografia di Anghiari, promosso e finanziato dall'Associazione Nestore

partirà il 6 maggio 2003.

Per prenotazioni e informazioni telefonare ad Alberto di Suni, lunedì e giovedì dalle 9.00 alle 12.30, o inviare una e-mail

Quote associative 2003

Soci individuali	Euro	25,00
Soci collettivi	Euro	80,00
Soci individuali sostenitori	Euro	130,00
Soci collettivi sostenitori	Euro	390,00

Coordinate bancarie dell'Associazione Nestore:
Banca Popolare di Milano - Ag.21
ABI 05584; CAB 01621; C/C 42676

Redazione

Via Daverio 7 - 20122 Milano
Tel. 02/57968324 - Fax. 02/5511846
sito Web: www.associazioni.milano.it/nestore
e-mail: associazionenestore@virgilio.it