



FIRENZE

CRONACA

LA NAZIONE

POLITICA

SPORT

ALTRE SEZIONI

# Internet senza età, i giovani insegnano ai nonni



CONDIVIDI



CONDIVIDI



CONDIVIDI



CONDIVIDI

Gli anziani: "Tanti stimoli, addio alla solitudine"

di MANUELA PLASTINA



*Uno dei partecipanti al corso che si svolge al Salvemini-Duca d'Aosta insieme ad una giovane studentessa dell'Istituto*

Firenze, 16 febbraio 2016 - **I GIOVANI insegnano il**

**web agli anziani:** «un beneficio per tutti e sotto vari punti di vista». Manlio Matera, presidente dell'associazione Aima, da oltre 20 anni offre assistenza e sostegno ai malati di Alzheimer e alle loro famiglie. Ma la cura parte dalla prevenzione. «Uno stile di vita adeguato quando si è sani, può contrastare le malattie croniche, incluse le demenze senili. L'esercizio della mente è importante quanto quello fisico». L'avanzare dell'età, una vita sedentaria, di scarsa socializzazione può portare a un invecchiamento precoce. «CI VOGLIONO stimoli – dice Matera – nuovi interessi, momenti da condividere. I bambini e i giovani in generale già di per sé hanno questa importante funzione: suscitano interesse, fanno sorridere, danno stimoli alle persone di una certa età. E loro stessi, i ragazzi, non possono che trarre

benefici dallo stare con gli anziani e addirittura diventare i loro insegnanti». Le tecnologie poi rischiano di essere uno strumento di divisione tra le giovani generazioni e i nonni che spesso hanno quasi timore ad avvicinarsi a uno schermo al plasma.

«Eppure io son del parere che ad ogni età si possa imparare a fare tutto: suonare uno strumento musicale, tirar fuori la propria vena artistica, o andare su internet. Basta volerlo fare». Perchè, come in tutto, bisogna che lo stimolo parta innanzitutto dalla persona. «I giovani, in questo, possono essere il punto decisivo per invogliare l'anziano a mettersi in gioco». Imparare a fare qualcosa di nuovo, come sfruttare le potenzialità di un computer, «è un modo per mantenere le funzioni mentali, che se non vengono esercitate rischiano di perdersi nel tempo». Ci vuole però continuità. Ben vengano dunque iniziative come questa, «ma devono proseguire nel tempo, non essere sporadiche». Usare internet poi per una persona di qualsiasi età «è un modo per socializzare, per comunicare col mondo esterno» soprattutto quando ci sono problemi di mobilità, di minor indipendenza. «Mandare una mail, ricevere sul computer o sul cellulare le foto del nipotino che cresce, sono un modo per vivere nuove emozioni, per uscire dall'isolamento. E aumenta l'autostima e fiducia nelle proprie capacità». Allora ben vengano iniziative che siano di stimolo per la mente e di prevenzione del decadimento senile.

*di MANUELA PLASTINA*

*RIPRODUZIONE RISERVATA*