

ASSOCIAZIONE TICINESE TERZA ETÀ

# Anziani abili e soddisfatti di utilizzare le tecnologie



Negli ultimi 12 mesi si sono tenuti 70 corsi con più di 160 lezioni online e con una partecipazione di oltre 2'500 persone

## I divieti di riunione durante il lungo periodo della pandemia hanno incentivato la comunicazione digitale

di Silvano Marioni, informatico e membro del Comitato cantonale



La signora Lidia ha passato la novantina. Vedova da qualche anno, ottima cuoca, salute di ferro, vive da sola. La sua passione è cucinare per figli, nipoti e pronipoti. Prepara qualsiasi manicaretto a richiesta. Unica condizione: che le recapitino a domicilio tutti gli ingredienti. Le ricette le conosce a memoria, per cui è molto veloce. Così le resta parecchio tempo libero. Ma da quando la pandemia l'ha relegata in casa ha cominciato ad annoiarsi e perciò ha iniziato a fare domande su quel poco ingombrante strumento digitale chiamato tablet che usano i parenti. Se n'è fatto regalare uno e spiegare come funziona. All'inizio è stata un po' dura. Premeva con troppa forza i tasti, a volte li schiacciava esplorativamente e poi non sapeva come proseguire. Allora spegneva tutto e aspettava che rientrasse dal lavoro il vicino di pianerottolo, un ragazzo che gentilmente si metteva a sua disposizione per spiegarle come e cosa fare. A poco a poco si è impraticata e adesso passa un certo tempo a fare giochi di carte o di parole, come scarabeo. Anzi, ogni tanto si lamenta che quell'apparecchietto le fa perdere troppo tempo. Però è una civetteria, perché se la si stuzzica ammette di rammaricarsi: se avesse imparato qualche anno fa a usare il tablet, oggi sarebbe molto più brava.

Come la signora Lidia sono tanti gli anziani che si sono avvicinati ai dispositivi digitali e hanno imparato con soddisfazione a usarli, trasformando la situazione creata dalla pandemia in un'opportunità per nuove esperienze. L'entrata in vigore dei divieti di riunione che ha fatto seguito alla pandemia ha creato grossi problemi per tutti. Anche per le attività sociali dell'Associazione Ticinese Terza Età (Atte), che in tutto il cantone conta circa 12'000 soci, ai quali proponeva una grande varietà di offerte per socializzare e occupare il tempo libero. È stato impossibile proseguire con gli incontri nei Centri diurni e con le apprezzate proposte del settore viaggi. Ma si è voluto provare a continuare l'attività didattica dell'Università della terza età (Uni3), decidendo di utilizzare le videoconferenze con il programma Zoom. Nonostante i dubbi iniziali sulla capacità dei neofiti di utilizzare questo strumento tecnologico, i risultati sono stati molto incoraggianti, anche grazie alla disponibilità del personale del Segretariato nel fornire l'assistenza tecnica. La direzione dell'Uni3 ha immaginato e impostato un programma culturale stimolante e di buon livello, con proposte anche a carattere interdisciplinare, perfettamente interpretate dai molti docenti coinvolti.

Questo ha stimolato l'interesse dei partecipanti a usare il nuovo strumento per approfondire temi, imparare cose nuove, e mantenersi in contatto con gli altri.

### Lezioni online

Negli ultimi 12 mesi si sono tenuti 70 corsi con più di 160 lezioni online e con una partecipazione di oltre 2'500 persone. A titolo di confronto, nell'analogo periodo precedente, con lezioni in presenza, ci sono stati 120 corsi con oltre 350 lezioni e la partecipazione di circa 5'400 persone. Il calo dei partecipanti è dovuto in parte al fatto di non possedere o di non avere familiarità con le apparecchiature informatiche ma anche perché, prima della pandemia, l'Uni3 poteva proporre fino a 10/15 lezioni settimanali, organizzate in contemporanea nelle principali sedi regionali (Chiasso, Mendrisio, Lugano, Bellinzona, Locarno) mentre ora è stata costretta a centralizzare tutto, con la possibilità di offrire "solo" 5 corsi a settimana.

Chi ha seguito i corsi online ha avuto un'esperienza positiva, come si può leggere dai commenti pubblicati sull'ultimo numero di Terza Età, la rivista sociale dell'Atte.

Caterina durante la pandemia ha seguito i corsi online: "All'inizio avevo un po' di ansia, perché temevo di non riuscire a usare il Pc, invece mi sono dovuta ricredere. Ho chiesto aiuto alla signora che mi sistema sempre il computer e imparare è stato facile. Del resto, mi piace la tecnologia".

Anche Elena, un'altra assidua frequentatrice dei corsi Uni3 ha apprezzato la modalità online: "Inizialmente temevo l'aspetto tecnico, mia figlia mi diceva che sarebbe stato semplice ma era facile per lei dirlo! Invece ho imparato velocemente e posso dire che le videoconferenze sono una cannonata! Alla mia età (ha quasi 90 anni, ndr) è l'appuntamento in sé a darmi fastidio: il fatto di dovermi per forza spostare per seguire una conferenza che mi interessa. Insomma essere in un luogo preciso a un'ora precisa. L'ho fatto per tanto tempo, ora non ne ho più voglia e la soluzione delle videoconferenze la trovo perfetta. Quindici minuti prima dell'inizio del corso, il mio telefono squilla per avvertirmi, a quel punto mi basta attraversare una stanza per essere all'appuntamento. Senza contare che ci vado in pantofole".

### Viaggi virtuali

Visto il successo dei corsi online dell'Uni3, l'Atte ha pensato anche di organizzare videoconferenze per fare dei viaggi virtuali in Paesi e regioni impossibili da visitare in questo periodo pandemico. Questo ha permesso ai partecipanti di esplorare, comodamente seduti sulla poltrona di casa, destinazioni che volevano conoscere, per immaginare ed eventualmente pianificare i viaggi che vorranno fare quando la situazione si sarà normalizzata.

Allo stesso modo si sono potute organizzare visite virtuali a mostre e musei con la collaborazione dei docenti dell'Uni3.

Da inizio anno sono state organizzate 13 videoconferenze, ribattezzate "Viaggi in poltrona", con la partecipazione di oltre 550 persone.

Anche per questa iniziativa ci sono stati commenti positivi da parte dei partecipanti, come sottolinea ad esempio Sonya: "In questo periodo in cui non si può viaggiare perlomeno uno scorcio su qualche bel Paese lo si può avere. Ci sono anche i documentari, vero; ma il viaggio virtuale è un'altra cosa perché è condiviso con altre persone e ne senti la presenza, anche se solo online. È bello vedere chi c'è, ritrovi anche persone con le quali hai già condiviso un viaggio e hai l'occasione di scambiare due chiacchiere".

Durante il periodo della pandemia l'Atte ha così sperimentato con successo nuovi modi per restare in contatto con i propri soci. In particolare le videoconferenze hanno permesso la continuazione dell'attività didattica dell'Università della terza età e l'avvio di nuove proposte quali i viaggi virtuali. In prospettiva futura, il numero di persone in grado di seguire una videoconferenza sarà sempre maggiore e il suo utilizzo potrà diventare una modalità standard di comunicazione. Queste iniziative potranno essere proposte anche dopo il periodo Covid quando saremo tornati alla normalità, in modo da rendere sempre partecipe delle iniziative culturali proposte dall'Atte anche chi vive in località discoste o ha problemi di spostamento.



Per altre informazioni: Segretariato Atte in Piazza Nosetto 4 a Bellinzona. Tel. 091 850 05 50, www.atte.ch

Basta un po' di pratica