



UNITRE

L'Universo dell'Università delle Tre Età

Pagina autogestita dalla Sede di Potenza, Via Stigliani s.n.c, c/o Centro Sociale PZ;
Tel. 376.1113828; e.mail: info@unitrepz.it; Sito: www.unitrepz.it; Resp. Comunicazione Giuseppe Rita

ODIO DIGITALE E LEONI DA TASTIERA

Una delle più grandi invenzioni dell'era digitale è rappresentata dai salotti virtuali, i cosiddetti "SOCIAL NETWORK". Tra questi, il più diffuso è FACEBOOK: uno spazio dove si dovrebbero poter esprimere le proprie opinioni nel rispetto altrui. Accade però sempre più spesso che alcune persone si sentano autorizzate a dire ciò che nella vita reale non direbbero mai.

La libertà di espressione andrebbe limitata quando è incompatibile con i valori della tolleranza, della pace sociale, della sicurezza pubblica, e per prevenire espressioni che diffondono, incitano, promuovono discorsi di odio, insultano o offendono la morale e le altrui convinzioni.

A chi quotidianamente frequenta i social network, per lavoro o per semplice svago, non può essere sfuggito un aspetto macroscopico e, a mio parere, inquietante legato al comunicare in rete: Facebook, ma non solo, più che per mantenere i contatti con le persone della propria vita, è spesso usato per esprimere insofferenza, quando non vero e proprio odio, verso determinate realtà del mondo e verso coloro che le rappresentano. Sotto i colpi di questa penna virtuale cadono o, perlomeno, barcollano a turno le figure più diverse: i vegani, le donne, i gay, gli immigrati, il personaggio pubblico, il ministro di turno o semplicemente il conoscente verso il quale si nutrono sentimenti



assumono atteggiamenti aggressivi e spesso offensivi nei confronti di altre persone.

Facebook, Instagram ecc., che erano stati concepiti come una vera e propria piazza virtuale, per ritrovare amici di cui si erano perse le

di invidia o di astio e verso cui non si ha il coraggio di esprimere il proprio risentimento "face to face". In questi casi, la presenza fisica non è un dettaglio, bensì un regolatore psicologico.

E così nel variegato mondo dei social, si verifica sempre più di frequente di incontrare i così detti "leoni da tastiera", i quali, protetti da uno schermo,

tracce o semplicemente per allargare la propria cerchia di conoscenze e poter mantenere un dialogo al fine di accorciare le distanze, con il tempo è diventato il luogo dove ognuno può dimostrare la parte di sé più audace, aggressiva e spregiudicata che spesso si nasconde dietro l'anonimato. Anche quando il profilo è riconducibile a una persona reale, la distanza psicologica creata dal mezzo digitale riduce il senso di responsabilità. Godono nel provocare dolore altrui per noia, superiorità illusoria o bisogno di attenzione, spesso canalizzando frustrazioni reali (lavoro precario, problemi familiari, solitudine ecc.) da dover scaricare in qualche modo su altri. È una forma di aggressività "di rimbalzo": colpisce un bersaglio raggiungibile perché il bersaglio vero è inaccessibile. La rete oggi rappresenta il più grande mezzo di comunicazione e la libertà di espressione è un valore fondamentale che dovrebbe essere tutelato ed è ingiustificabile la violenza verbale.

ARRIVEDERCI!

Con questo numero termina, per la stagione corrente, la nostra collaborazione con questa Testata.

Con la speranza di aver contribuito, anche se in minima parte, all'apprezzamento del settimanale, salutiamo i Nostri affezionati lettori, dando loro appuntamento al prossimo mese di settembre, con l'inizio del 39° Anno Accademico.

Cordialmente

G.R. Redazione UNITRE

Rosa Palladino



L'UNITRE IERI, OGGI E...DOMANI

In passato pensavo che la vecchiaia fosse una fase ineluttabile della vita, ma che fosse ancora molto lontana da me. Non pensavo alle rughe, ai dolori, alle malattie; non prendevo in considerazione che le persone avanti in età potessero abbandonarsi a forme di disperazione o depressione o che, convinte della propria inutilità, potessero scoraggiarsi e sentirsi "fuori dal giro" in questa società immersa nel "futuro", che lusinga i giovani, esalta l'attivismo e il dinamismo. Mi sentivo forte, piena di una energia che avrei voluto trasferire a tutti i membri sofferenti della mia famiglia. Ma il 3 maggio del 2021, la mia vita è repentinamente e totalmente cambiata: c'è stato un avvenimento per me sconvolgente che mi ha indotta a riflettere con più realismo e a prendere coscienza di una verità: che per certe situazioni una cosa è giudicarle in astratto, altro è sperimentarle in concreto: l'impatto esiste! E' proprio vero quanto afferma Seneca: "Sappiamo che dobbiamo morire eppure viviamo come se fossimo convinti di essere eterni"

Non avevo mai progettato un "Piano B" per il futuro, quando a me e a mio marito giunse l'invito da parte di Don Biagio e del prof. Malvarosa, ad aderire alla fondazione di un atto costitutivo per accogliere anche a Potenza l'intuizione geniale del prof. Vellas fondatore in Francia della Università della Terza Età. Ad attivarsi fu infatti il prof. Malvarosa che aveva per primo conosciuto questa realtà e compreso le grandi potenzialità dell'iniziativa. Grazie anche all'incoraggiamento costante e convinto del Sen. Verrastro, anche nella nostra città nel 1988 nacque l'Unitre.

La costituzione della nuova Associazione ha dato inizio ad un processo rivoluzionario di liberalizzazione della età avanzata: non più tempo vuoto, senza prospettive, con progressivo decadimento fisico e mentale, ma una vita piena di stimoli, proiettata verso un più sereno futuro. Il segreto? non più assistenza, ma partecipazione attiva: lo studente non è più oggetto ma soggetto, non utente di un servizio ma protagonista. Leggere, studiare, ascoltare, mettersi in gioco rallenta il declino intellettuale: il cervello, se esercitato, con i dendriti che si formano, dà nuova vitalità alla mente donando più vita agli anni.

Ma oltre al sapere migliora anche l'essere, infatti l'Associazione non è un club di élite, ma un centro di servizi culturali e sociali aperto a tutti (indipendentemente dal titolo di studio) in cui ciascuno riceve e dona qualcosa all'altro per un arricchimento reciproco.

In questa epoca densa di situazioni mondiali molto difficili l'Unitre appare un approdo sicuro dove è ancora possibile ritrovare luce e calore per quella umanità che oggi è in via di lenta e drammatica estinzione.

Lucia Spirito Aprea - Direttrice dei corsi



Ascoltare l'anima: un diritto di tutti

Il Bonus Psicologo è stato istituito nel 2022, con la Legge n. 197, per supportare coloro che, a seguito della pandemia, avevano sviluppato un disagio psicologico.

I dati recenti sul Bonus Psicologo confermano un'emergenza nazionale: la richiesta di supporto è altissima, segno che le fragilità post-pandemia sono ancora vive e chiedere aiuto sono persone di ogni età. La salute mentale è preziosa quanto quella fisica e parlarne apertamente è il primo passo per stare meglio.

Nella maggior parte dei casi ci hanno insegnato che le ferite che non si vedono vanno portate in silenzio, con dignità. Ma la verità è che l'anima, proprio come il corpo, a volte ha bisogno di qualcuno che

se prenda cura. Ammettere di sentirsi un po' fragili, magari stanchi di fronte ai cambiamenti del mondo, non è un segno di debolezza, ma di estrema intelligenza.

E in questo periodo post-pandemia, tra ansie e solitudini, abbiamo capito che la salute mentale è un diritto di tutti, nessuno escluso. Per noi dell'Unitre, che curiamo la mente attraverso la bellezza della cultura, questo tema è molto caro. Sappiamo che la curiosità ci tiene giovani, ma è l'ascolto che ci tiene vivi. Non dobbiamo avere paura di cercare un sostegno professionale o di tendere la mano a chi ci sta vicino.

Non lasciamo che l'ansia o la malinconia diventino compagne invisibili: parlarne è il primo passo per trasformare una fragilità personale in una forza condivisa.

Perché, in fin dei conti, stare bene con sé stessi è il primo passo per tornare a guardare avanti con fiducia e ritrovare la pace nel cuore.

Annalucia Gagliardi

