

# Viva gli Anziani!

## EMERGENZA SOLITUDINE

### 10 CONSIGLI PER EVITARE L'ISOLAMENTO OGNUNO PUÒ FARE LA DIFFERENZA

#### HAI UNA VICINA O UN VICINO ANZIANO?

1. Se nella sua cassetta delle lettere si accumula la posta: verifica se è in vacanza
2. Se ha le finestre sempre chiuse: bussa alla porta di casa
3. Se noti che le luci e la TV sono sempre spente: fai una telefonata
4. Quando vai a fare la spesa chiedi a lei o a lui se serve qualcosa
5. Hai un po' di tempo libero? Passa a fare un saluto anche senza motivo
6. Nei giorni di FESTA ricordati di fargli gli auguri

#### INCONTRI UN'ANZIANA O UN ANZIANO NEL TUO QUARTIERE?

7. Fermati se ti accorgi che è in difficoltà
8. Mentre ci parli dà segni di confusione? La tua compagnia può essere molto utile
9. Indossa vestiti inappropriati? Forse ha bisogno di aiuto
10. Sei in fila alla posta o al supermercato? Conversare con un'anziana o un anziano la renderà meno noiosa