

# Silver poverty

*L'impegno delle Caritas sarde per far fronte alle povertà degli anziani: progetti, persone ed esperienze formative*

Caritas

Delegazione regionale della Sardegna

**X Rapporto annuale** 2026

*Questa pubblicazione è stata realizzata grazie ai fondi dell'8xmille della Chiesa cattolica.*

Caritas
Delegazione regionale della Sardegna

# *Silver poverty*

*L'impegno delle Caritas sarde per far fronte alle povertà degli anziani: progetti, persone ed esperienze formative*

Il Rapporto annuale della Delegazione regionale Caritas
è stato curato da Raffaele Callia e Stefania Pusceddu
in sinergia con i direttori e le équipe delle Caritas diocesane.

In particolare, si ringrazia per la collaborazione alla stesura dei testi:
Stefania Pusceddu, per la Caritas diocesana di Ales-Terralba;
Roberto Fiori, per la Caritas diocesana di Alghero-Bosa;
Alice Brundu, per la Caritas diocesana di Cagliari;
Ilaria Perduca, per la Caritas diocesana di Iglesias;
Cristiana Boi, per la Caritas diocesana di Lanusei;
la Caritas diocesana di Nuoro;
la Caritas diocesana di Oristano;
Annamaria Sanciu, per la Caritas diocesana di Ozieri;
la Caritas diocesana di Sassari;
la Caritas diocesana di Tempio-Ampurias.

Un ringraziamento va inoltre a tutti gli intervistati per la loro preziosa disponibilità

Indice


6 La Caritas/la Chiesa in Italia e nel mondo

7 La Caritas/la Chiesa in Sardegna

9 Una rete di attenzione agli anziani

Caritas diocesana di Ales-Terralba
10 La terza età tra solitudine e speranza: quando l'aiuto restituisce il sorriso

Caritas diocesana di Alghero-Bosa
12 Il calore della dignità

Caritas diocesana di Cagliari
14 Il coraggio di chiedere aiuto

Caritas diocesana di Iglesias
16 «Tiriamo avanti»: la forza di Sandra, tra il dolore e la voglia di esserci

Caritas diocesana di Lanusei
18 Agnese, ottant'anni e una gioia da condividere

Caritas diocesana di Nuoro
20 Fame e sete di spiritualità

Caritas diocesana di Oristano
22 La cura delle relazioni: il valore della prossimità contro solitudine e fragilità

Caritas diocesana di Ozieri
24 Ascoltati e capaci di futuro: la rinascita che vince povertà e isolamento

Caritas diocesana di Sassari
26 La storia di Mario, da volontario instancabile a testimone per i giovani

Caritas diocesana di Tempio-Ampurias
28 Una vita tra emigrazione, il ritorno in Sardegna e un impegno che continua

# La Caritas/la Chiesa
# In Italia e nel mondo

La Caritas, nata in Italia nel 1971 su impulso del pontefice San Paolo VI, opera (a livello parrocchiale, diocesano, regionale, nazionale e internazionale) principalmente attraverso l'adesione volontaria di quanti intendono impegnarsi concretamente in favore dei più bisognosi. Nel compiere la sua missione non riduce il proprio agire al mero assistenzialismo (che sarebbe contrario alla promozione integrale della persona e della sua autonomia) e neppure intende supplire al compito che è proprio della comunità, nella sua organizzazione civile e istituzionale e nella sua espressione ecclesiale. È di grande importanza il collegamento e confronto tra le oltre 200 Caritas diocesane impegnate sul territorio nazionale nell'animazione della comunità ecclesiale e civile e nella promozione di strumenti pastorali, servizi e opere-segno: centri di ascolto, osservatori delle povertà e delle risorse, Caritas parrocchiali, strutture di accoglienza, mense, empori della solidarietà, servizi per il sostegno economico, etc.

I suoi compiti sono fondamentalmente i seguenti: collaborare con i vescovi nel promuovere nelle Chiese particolari l'animazione della carità e il dovere di tradurla in interventi concreti; curare il coordinamento delle iniziative e dei servizi di ispirazione cristiana; indire, organizzare e coordinare interventi di emergenza in Italia e all'estero; inoltre, in collaborazione con altri organismi di ispirazione cristiana, realizzare studi e ricerche sui bisogni per aiutare a scoprirne le cause; promuovere il volontariato e favorire la formazione degli operatori pastorali della carità e del personale di ispirazione cristiana impegnato nei servizi sociali; contribuire allo sviluppo umano e sociale dei Paesi poveri del mondo anche attraverso la sensibilizzazione dell'opinione pubblica.

Educazione alla pace e alla mondialità, dialogo, corresponsabilità sono anche le linee portanti degli impegni della Caritas nel mondo. Anche negli interventi internazionali vale il principio della sussidiarietà, nel senso di integrare gli sforzi che primariamente spettano a ciascuna Chiesa locale dei Paesi colpiti da calamità o in cammino verso lo sviluppo. Si cerca anche di creare le condizioni di intervento per le Caritas diocesane disponibili ai gemellaggi, preziosa occasione di reciprocità. Importante la "rete" di Caritas Internationalis che raccoglie in federazione oltre 160 organizzazioni; ne riunisce 49, invece, Caritas Europa. Ci sono, inoltre, i microprogetti di sviluppo, di piccola entità ma significativi per l'autopromozione locale, proposti dalle stesse comunità più povere del mondo e divulgati dalla Caritas. Sono finanziati da parrocchie, scuole, associazioni, famiglie che così entrano direttamente in contatto con chi riceve per uno scambio di valori.

(fonte www.caritas.it)

Caritas Italiana
organismo pastorale della CEI

**La Caritas Italiana è l'organismo pastorale della CEI (Conferenza episcopale italiana) per la promozione della carità. Ha lo scopo di promuovere «la testimonianza della carità nella comunità ecclesiale italiana, in forme consone ai tempi e ai bisogni, in vista dello sviluppo integrale dell'uomo, della giustizia sociale e della pace, con particolare attenzione agli ultimi e con prevalente funzione pedagogica»**

*(art. 1 dello Statuto)*

# La Caritas/la Chiesa
# In Sardegna

La Delegazione regionale della Caritas, secondo quanto formulato dal Concilio plenario sardo, è lo strumento della Conferenza episcopale sarda sorto con lo scopo di «facilitare la comunione tra le Caritas diocesane [della Sardegna], per sostenere le loro finalità specifiche e per armonizzare e potenziare sul territorio la promozione e l'animazione della cultura della carità e della giustizia. Di conseguenza, in via ordinaria essa non è un'agenzia di solidarietà e di servizi, ma uno strumento di evangelizzazione mirante a creare e diffondere una mentalità animata dall'amore verso i poveri, predicato dal Vangelo» (n. 131).

Nel promuovere la testimonianza della carità nella comunità ecclesiale sarda la Delegazione regionale Caritas opera in sintonia con la Caritas Italiana e, pertanto, agisce anch'essa «in forme consone ai tempi e ai bisogni, in vista dello sviluppo integrale dell'uomo, della giustizia sociale e della pace, con particolare attenzione agli ultimi e con prevalente funzione pedagogica» (art. 1 dello Statuto della Caritas Italiana).

Tenuto conto della sua natura e identità, la Delegazione regionale della Caritas si impegna a:

*- collaborare con i vescovi delle diocesi sarde nel promuovere l'animazione della carità, contribuendo a tradurla in interventi concreti, anche attraverso il coordinamento di iniziative specifiche promosse dalle Caritas diocesane della Sardegna;*

*- promuovere il volontariato e curare le opportune iniziative di formazione e accompagnamento degli operatori, sostenendo in tale compito le Caritas diocesane;*

*- organizzare e coordinare interventi di emergenza in Sardegna, in Italia e all'estero (in particolare nei Paesi in via di sviluppo), non trascurando l'impegno nell'educazione alla pace, alla giustizia sociale e alla mondialità, suscitando un'adeguata presa di coscienza di tali temi da parte dell'opinione pubblica;*

*- realizzare studi e ricerche sui fenomeni di disagio, sui processi di impoverimento, sui fenomeni migratori, sui bisogni (anche al fine di scoprirne le cause) e sulle risposte esistenti (e/o mancanti) a livello territoriale. Tali studi e ricerche hanno il compito precipuo di animare la comunità ecclesiale e civile.*

La Delegazione regionale Caritas si compone di dieci Caritas diocesane: Ales-Terralba, Alghero-Bosa, Cagliari, Iglesias, Lanusei, Nuoro, Oristano, Ozieri, Sassari e Tempio-Ampurias.

Caritas
Delegazione regionale della Sardegna

**La Delegazione regionale della Caritas è *«l'organismo specifico della Chiesa sarda»* costituito *«per meglio aiutare la comunità cristiana dell'Isola a vivere la testimonianza della carità nel servizio dei poveri»*, in base alle indicazioni date dalla Conferenza episcopale italiana.**

*(CES, La Chiesa di Dio in Sardegna all'inizio del terzo millennio. Atti del Concilio plenario sardo, n. 131).*



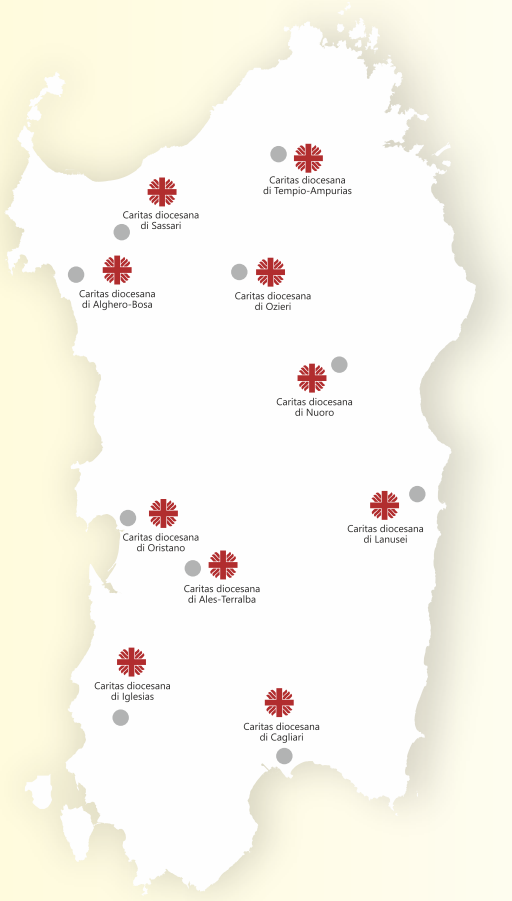
Caritas
Delegazione regionale della Sardegna

Essa è strutturata in tre aree principali: *Promozione Caritas* (Identità Caritas in ambito diocesano e parrocchiale), *Promozione umana* (Politiche sociali e Welfare) e *Promozione mondialità (Mondialità, pace e conversione ecologica).*

L'area *Promozione Caritas* sostiene le Caritas diocesane sarde nel loro compito di promozione e rafforzamento della testimonianza della carità. Perciò, i destinatari privilegiati sono i Coordinamenti unitari promozione Caritas, che operano in ciascuna Caritas diocesana e che vedono coinvolti: i direttori Caritas, i referenti dei Centri di ascolto, i referenti degli Osservatori delle povertà e delle risorse e i referenti dei Laboratori di promozione e accompagnamento delle Caritas parrocchiali. Gli stessi soggetti, a livello regionale, costituiscono il Coordinamento unitario regionale promozione Caritas. Il Servizio promozione Caritas pone al centro delle proprie attività l'organizzazione delle iniziative riguardanti le tre aree della formazione, dell'animazione e comunicazione, degli studi e delle ricerche.

L'area *Promozione umana* provvede all'attivazione di una progettualità unitaria delle Caritas diocesane sarde nell'ambito della promozione integrale della persona, attraverso le "opere-segno" e gli altri servizi. In questa prospettiva cura al proprio interno diversi coordinamenti, fra cui inclusione finanziaria, carcere e giustizia riparativa, immigrazione ed etnie minoritarie, area giovani e Servizio civile.

L'area *Mondialità, pace e conversione ecologica* assicura lo sviluppo e la cura di una progettualità unitaria delle Caritas diocesane sarde nell'ambito dell'educazione alla mondialità; destinatari privilegiati sono i Gruppi diocesani di educazione alla pace e alla mondialità (GDEM), che operano in ciascuna Caritas diocesana. A livello regionale i referenti di tali gruppi costituiscono il Gruppo regionale di educazione alla pace e alla mondialità (GREM). Rientrano in quest'area anche le iniziative concrete di solidarietà internazionale con le "Chiese sorelle" (scambi, gemellaggi solidali, etc.).



# *Una rete di attenzione agli anziani*

Per quanto la Sardegna goda della fama di essere terra longeva, dove la vita arriva ad età estremamente avanzate, diventare anziani nell'Isola non è affatto facile.

Se un terzo circa degli abitanti della nostra Regione non ha un medico di base, se la spesa per l'energia e l'acquisto di generi di prima necessità ha subito un continuo innalzamento dovuto alle guerre e all'inflazione che ha eroso il potere di acquisto di circa un terzo della popolazione, chi vive di una pensione minima fa ancora più fatica ad andare avanti.

Se a questo si aggiunge lo spopolamento delle aree interne e l'emigrazione, occorre fare i conti spesso anche con l'isolamento e la solitudine – per mancanza di persone o per problemi di salute che impediscono l'autonomia – elementi che non sempre vengono individuati direttamente come fattori di povertà.

In tutte queste situazioni *la comunità cristiana resta talvolta l'unica che offre ancora una rete di attenzione agli anziani*, attraverso le Parrocchie, le Caritas, i volontari, i ministri straordinari della Comunione, coloro che si impegnano a visitare gli ammalati.

Spesso donne e uomini avanti con gli anni sono anche volontari e attivi in parrocchia e nell'associazionismo laico della terza età.

I racconti che leggerete in queste pagine ci restituiscono immagini di relazioni intessute di speranza, bagnate di carità, costruite con fede e con quella tenacia che nasce dal riconoscere nell'altro un fratello e una sorella, un essere umano bisognoso come ciascuno di noi di ascolto, di comprensione, di amicizia.

Le Caritas diocesane della Sardegna, attraverso i Centri d'ascolto e anche con specifici progetti legati alla terza età, cercano di offrire un supporto materiale e morale a tante persone anziane, senza peraltro dimenticare che è necessario sempre più attivarsi perché siano riconosciuti i diritti fondamentali alla salute e alla tutela della fragilità, anche attraverso una maggiore sinergia con i servizi sociali territoriali e sviluppando percorsi di cittadinanza attiva che possano far riscoprire la bellezza delle relazioni di vicinato, la solidarietà tra compaesani, la partecipazione gli uni alla vita degli altri.

Non ci arrendiamo all'idea che diventare anziani sia una sciagura, ma lavoriamo per un dialogo intergenerazionale, costruendo ponti sociali, affinché gli anziani possano riscoprire che sono portatori di memoria, di consiglio, di sapienza e si sentano quindi partecipi e attivi nella vita comunitaria, anche quando talvolta il fisico risente degli acciacchi di salute e i problemi finanziari diventano preponderanti.

Non tutto si fa semplicemente attraverso risorse economiche, perché siamo chiamati a prenderci cura gli uni degli altri, visto che gli altri siamo noi, e domani anche noi saremo anziani: pensare al benessere e alla dignità degli anziani è pensare al benessere di tutta la società.

Don Marco Statzu

*Delegato regionale Caritas Sardegna*

# La terza età tra solitudine e speranza: quando l'aiuto restituisce il sorriso

*di Stefania Pusceddu*

## La testimonianza di Lucia, un'ottantaseienne rimasta sola con le figlie all'estero, mostra le difficoltà quotidiane legate a pensioni minime e isolamento, evidenziando come l'ascolto e il sostegno della Caritas restituiscano dignità e speranza

«Tra poco compirò 86 anni e sono ancora in piedi! Mi considero fortunata rispetto ad altri». Si fa coraggio e sorride Lucia (nome di fantasia), nonostante le difficoltà del quotidiano. Ha tre figlie e una vita di grandi sacrifici alle spalle, condivisi con il caro marito scomparso qualche anno fa. Una vita fatta di lavori precari in agricoltura e in edilizia, con enormi sforzi per assicurare in casa un piatto caldo. Una famiglia mandata avanti a forza di resilienza e amore, finché le figlie, una volta maggiorenni, hanno cercato lavoro all'estero.

Ora che Lucia è rimasta vedova e le figlie sono lontane, si è ritrovata sola. La casa, per quanto piccola, è diventata improvvisamente troppo grande e avvolta nel silenzio. In più la pensione, che fino a qualche anno fa era sufficiente per vivere, oggi non basta più per pagare le bollette, fare la spesa e comprare le medicine.

«Ho fatto di tutto per risparmiare all'osso», racconta lei, che non conosce vizi. Nemmeno nell'estate più torrida, con temperature fino a 45 gradi, si è potuta comprare un ventilatore. A casa d'estate rimane senza condizionatore e d'inverno mette solo qualche tronco di legna nel camino in cucina: «Non importa, sono abituata a sopportare il caldo e il freddo. D'inverno mi copro bene e d'estate tengo sempre le tapparelle abbassate, così le stanze non si scaldano troppo. E quando proprio non ce la faccio più vado al supermercato: lì sì che c'è fresco! Me lo godo per un pochino e poi rientro a casa. Lo sa che ci vado tutti i giorni? Entro, compro una cosa per volta ma guardo tutto quello che c'è negli scaffali in cerca di offerte. Non posso permettermi prodotti a prezzo pieno. E se non li mettono mai in offerta, allora ci rinuncio. Non so da quanto tempo non riempio una bella busta della spesa: è impossibile per me!». La sua preoccupazione per i continui rincari nel tempo è cresciuta, ma non voleva mettere in allarme le figlie, già alle prese con le loro difficoltà, le tante spese e i lavori precari.

E poi ci sono i problemi di salute: «Alla mia età non è che sia proprio in forma. Ogni tanto devo fare dei controlli e in più mi prescrivono farmaci e integratori a pagamento. A quelli, mi dispiace, ci rinuncio: costano troppo. Pazienza, prendo solo quelli con l'esenzione. Per le visite mi accompagna un



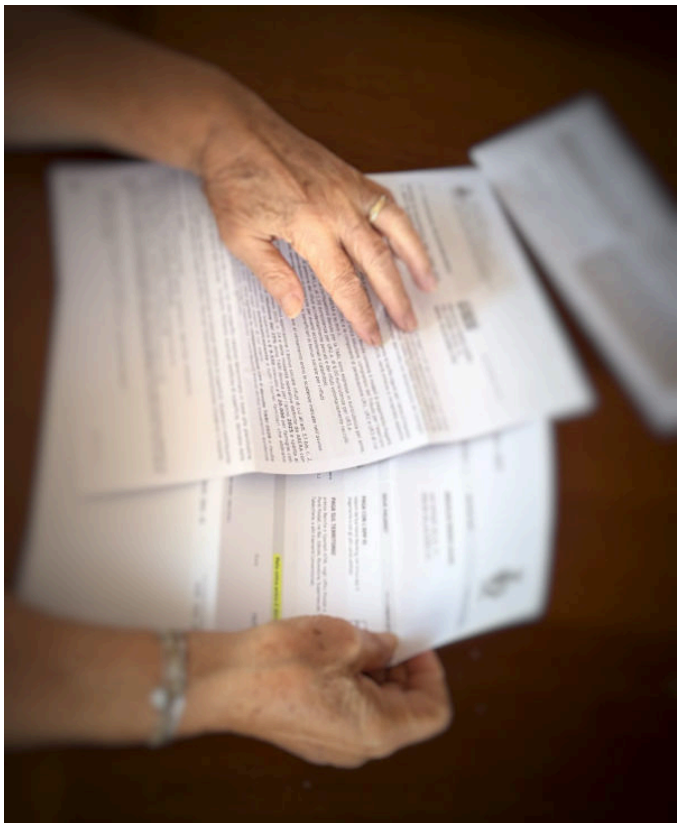
Il Centro d'ascolto diocesano

parente, ma non posso approfittarne: è anziano e vive della pensione anche lui, so bene quanto costa la benzina».

E infine fa i conti con l'isolamento: «Prima avevo degli hobby, ma ora mi fanno male le mani e non posso fare lavoretti. Però mi prendo cura dei fiori e cerco di mandare avanti la casa anche se non ho compagnia. Le mie giornate sono tranquille tutto sommato, c'è chi sta peggio. Non chiedo tanto, solo un po' più di serenità».

Lucia ha cercato in tutti i modi quella serenità provando a bussare alla porta della Caritas, dove ha subito trovato braccia e cuori aperti pronti ad accoglierla e ad ascoltarla. «Da quel momento sto meglio. Mi aiutano ad arrivare a fine mese: quando vado mi danno tanti prodotti buoni come il latte, lo zucchero, la pasta, il riso, l'olio e tante altre cose di cui ho bisogno. Per me è un grandissimo aiuto. Ogni volta parliamo un po' e mi fa davvero piacere. Mi trattano bene e mi sento capita. Lo sanno che gli anziani oggi faticano e che, nonostante cerchino di non sprecare, non ce la fanno comunque. Alla Caritas ci sono persone d'oro. Ora mi sono abituata e mi sento bene non solo per quello che mi danno - e li ringrazio tanto - ma per le parole e l'affetto che, a una donna sola con le figlie lontane, fanno sentire benvoluta».

Recentemente è caduta scivolando da un gradino: «Ho avuto paura. Sola a casa, come si fa? Non ho chiamato nessuno. Sono rimasta un po' per terra indolenzita e poi mi sono alzata. Ci penso molte volte a cosa potrebbe succedermi dato che non ho persone attorno. Cerco di cavarmela. Mi basta poter camminare, essere in grado di prepararmi da mangiare e avere un po' di cibo. Per il futuro mi auguro solo che le mie figlie stiano sempre bene. Le sento spesso e va bene così. Spero che tutti affrontino con coraggio questo futuro incerto come cerco di fare io. Ho imparato ad accontentarmi, a non abbattermi e, a un certo punto della vita, anche a chiedere aiuto con dignità. Mi auguro che altri possano trovare persone buone come quelle che ho incontrato io alla Caritas. Con il loro sostegno i problemi si fanno più leggeri».



La burocrazia quotidiana vista con gli occhi degli anziani



Lucia e il suo angolo di pace tra i fiori

In un contesto segnato da nuove e vecchie povertà, l'intervento della Caritas, attraverso i Centri di ascolto parrocchiali e interparrocchiali, non si limita alla semplice distribuzione di beni di prima necessità, ma punta a restituire dignità alle persone e a camminare al loro fianco, trasformando il bisogno individuale in un'occasione di incontro e riscatto. Dietro la consegna di una spesa, una visita a domicilio o una chiacchierata c'è il dono del tempo e dell'ascolto.

A questo si affianca il lavoro di rete con il Centro di ascolto diocesano, dove i volontari si impegnano ad accogliere e accompagnare con profonda empatia chi affronta momenti di fragilità. Questa missione di prossimità diventa ancora più importante quando si rivolge agli anziani, spesso schiacciati non solo dalle difficoltà economiche, ma anche dalla solitudine e da linguaggi digitali per loro incomprensibili. Chi, privo di punti di riferimento, si trova in difficoltà di fronte a una bolletta poco chiara o a un servizio ormai irraggiungibile senza uno schermo, può contare sia sul numero unico Caritas, al quale risponde un operatore pronto a indirizzarlo verso i servizi del territorio, sia sullo Sportello Orientamento, dove gli operatori diventano un punto di riferimento per chi ha meno familiarità con il digitale, rassicurandolo ad ogni passo.

Per rispondere a tanti bisogni la Caritas c'è. Per un anziano solo, sapere che c'è qualcuno pronto ad ascoltarlo e a regalargli un sorriso equivale non solo a risolvere problemi pratici, ma soprattutto a trovare consolazione e speranza.

Caritas diocesana di Alghero-Bosa

# Il calore della dignità

*di Roberto Fiori*

**La vicenda di Antonio, ex operaio spinto nell'isolamento dal caro vita e dal dolore per la scomparsa della moglie, trova una svolta nell'accoglienza del Centro di ascolto Caritas, capace di rispondere alla sua fragilità con il calore della relazione**

La Sardegna viene comunemente celebrata nel mondo come la terra dei centenari, un'isola in cui si vive a lungo e dove il tempo sembra scorrere con un ritmo più dolce e protetto. Eppure, dietro questa narrazione rassicurante e quasi idilliaca della longevità sarda si nasconde una realtà ben diversa e ben più complessa, fatta di marginalità invisibile, isolamento e rinunce quotidiane che raramente trovano spazio nelle cronache e nei racconti ufficiali.

È un contrasto stridente che si manifesta chiaramente attraversando le comunità della diocesi di Alghero-Bosa. Tra i vicoli ombreggiati del centro storico di Alghero — dove l'aria salmastra e l'umidità invernale s'incuneano nelle vecchie abitazioni di pietra — e all'interno dei piccoli borghi dell'entroterra, la fragilità economica ed energetica picchia duro, calandosi con violenza soprattutto sulle spalle della popolazione più anziana. Chi ha ormai le tempie grigie e i segni di una vita di lavoro sul volto si ritrova spesso a dover fare i conti con un'unica, modesta pensione minima su cui fare affidamento per l'intera sussistenza quotidiana.

In queste comunità, ricche di memoria ma segnate dallo spopolamento e dal progressivo rarefarsi dei servizi fondamentali, la povertà energetica non è una cifra statistica, bensì un'esperienza reale e logorante. Con l'arrivo della stagione fredda, il costo dell'energia elettrica, del pellet o delle bombole del gas diventa un ostacolo insormontabile. Le vecchie case di paese, quasi mai dotate di sistemi di isolamento termico adeguati, diventano ambienti gelidi e poco salutari. Molti anziani si vedono così costretti a compiere scelte quotidiane drammatiche e silenziose, razionando le ore di accensione del riscaldamento o spegnendo del tutto i termoconvettori pur di riuscire a coprire il costo dei farmaci essenziali o di fare una spesa alimentare minima.

A questa precarietà materiale si affianca una solitudine profonda. È così che la straordinaria longevità di questa terra, idealizzata all'esterno come un mito felice, si trasforma in una silenziosa resistenza quotidiana. Riconoscere questa fragilità significa superare la retorica della "zona blu" e restituire uno sguardo autentico e partecipe a queste comunità, trasformando la celebrazione della vecchiaia in un impegno concreto per garantire il calore della dignità.

Non serve avere un progetto speciale dedicato esclusivamente alla terza età per intercettare questo bisogno sommerso. La rete di ascolto e di supporto della Caritas diocesana di Alghero-Bosa opera ogni giorno come un setaccio attento, capace di cogliere le crepe di un benessere solo apparente all'interno delle risposte ordinarie garantite dal territorio.

È in questo solco di prossimità quotidiana che si inserisce la storia di Antonio, settantacinquenne, ex operaio edile in pensione. Per anni Antonio ha lavorato nei cantieri dell'Isola, costruendo case per gli altri, fino a quando la perdita prematura della moglie e il progressivo aumento del



Consegna pacco alimentare

costo della vita lo hanno spinto in un cono d'ombra. La sua pensione, poco sopra i cinquecento euro al mese, fino a un paio d'anni fa garantiva un equilibrio risicato ma sufficiente. Poi, l'impennata delle bollette e l'inflazione sui beni alimentari di prima necessità hanno spezzato quell'incastro precario.

Durante l'inverno, la casa di Antonio si è trasformata in una ghiacciaia. Per paura di far lievitare le utenze, il riscaldamento è rimasto spento per settimane; le luci si accendevano solo lo stretto necessario e la spesa alimentare si era ridotta al minimo essenziale. La povertà energetica, per gli anziani, non porta soltanto il freddo nelle stanze, ma porta con sé la vergogna: il timore di chiedere aiuto, la tentazione di isolarsi per non mostrare le proprie difficoltà ad amici e vicini.

La svolta per Antonio è arrivata quasi per caso, attraverso la rete del Centro di ascolto diocesano. Accompagnato con discrezione da un vicino di casa che aveva notato il suo progressivo isolamento, Antonio ha varcato la soglia della Caritas con lo sguardo basso e le mani strette sul cappotto. Non cercava un'elemosina, ma la dignità di un ascolto senza giudizio.

Pur in assenza di progetti rivolti esclusivamente agli anziani, la Caritas diocesana di Alghero-Bosa ha messo in campo la forza dei propri interventi ordinari e integrati. Si è proceduto alla presa in carico della situazione di Antonio. In primo luogo, si è provveduto al pagamento diretto delle morosità accumulate sulle utenze domestiche, evitando il distacco della corrente elettrica e garantendo un contributo per l'acquisto di bombole di gas e legna per il riscaldamento. Parallelamente, l'inserimento nei circuiti di distribuzione dei pacchi alimentari lo ha alleggerito dal peso economico della spesa mensile.

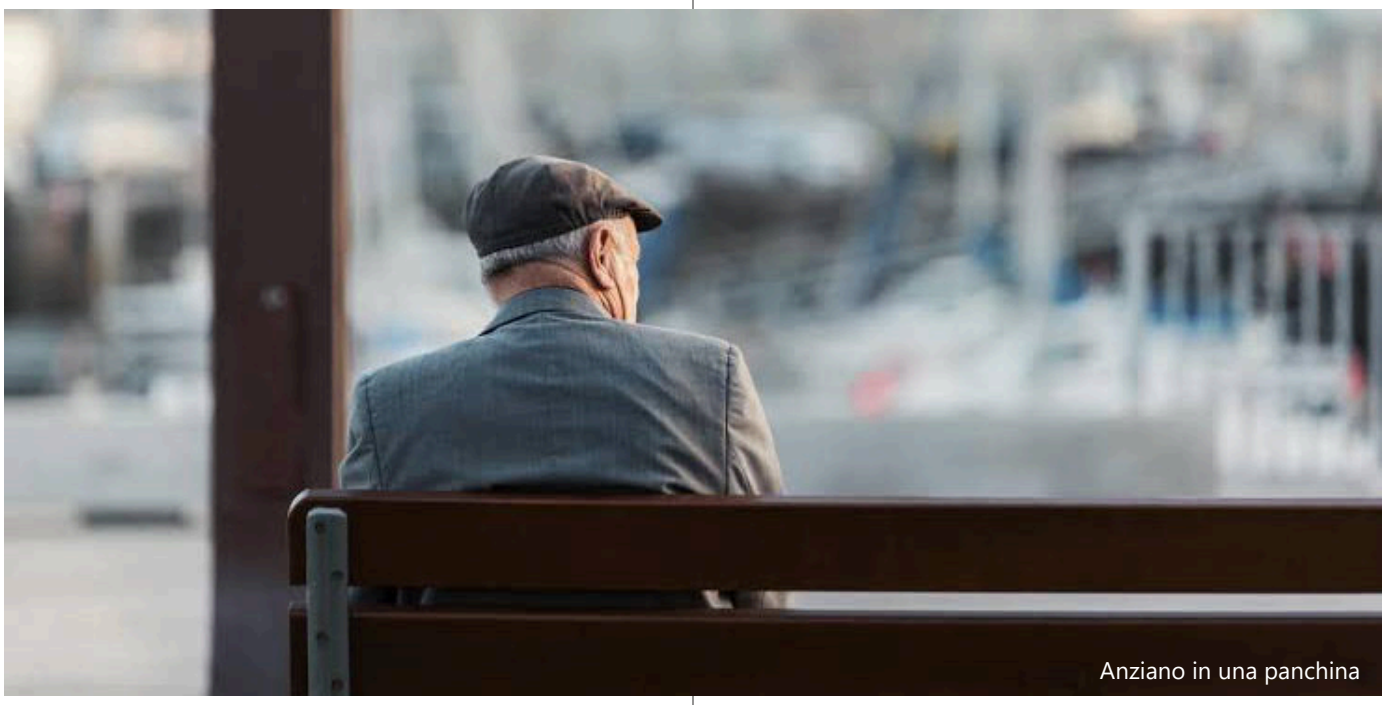
Ma l'intervento più significativo è stato di natura relazionale. Gli operatori e i volontari della Caritas non si sono limitati al sostegno economico: hanno avviato un percorso di accompagnamento costante, fatto di visite periodiche,



La povertà energetica preoccupa gli anziani

supporto per il disbrigo delle pratiche burocratiche, come la richiesta dell'ISEE e la verifica del diritto ad eventuali bonus sociali. Ma soprattutto è stato un percorso in cui si è garantita una presenza attenta e fraterna.

La vicenda di Antonio è solo l'emblema di decine di situazioni analoghe affrontate dai volontari della Caritas di Alghero-Bosa nel corso dell'ultimo anno e mezzo. In un territorio complesso, in cui la popolazione invecchia a ritmi vertiginosi e i servizi faticano a coprire capillarmente ogni frazione, persino l'ordinario finisce per diventare straordinario. Fare rete, integrare le risorse esistenti e non voltarsi dall'altra parte di fronte al silenzioso scivolamento degli anziani verso situazioni nascoste di povertà rappresenta la vera sfida civile per la tenuta sociale dell'Isola. Oggi Antonio è un po' più sereno: la sua casa è tornata a essere un luogo caldo e accogliente, ma soprattutto sa di non essere solo ma di poter contare su una "famiglia allargata" com'è la Caritas.



Anziano in una panchina

Caritas diocesana di Cagliari

# Il coraggio di chiedere aiuto

*di Alice Brundu*

## La storia di Luisella, ex insegnante e volontaria ottantatreenne del Centro diocesano di assistenza, mostra come la risposta ai bisogni materiali si trasformi in una vicinanza umana fondamentale per i tanti anziani soli messi a dura prova dalle pensioni minime e dal carovita

Ogni giorno la Caritas diocesana di Cagliari rinnova il proprio impegno accanto a chi vive situazioni di povertà e fragilità, offrendo una vicinanza concreta attraverso una rete di servizi e persone. Tra questi, il Centro diocesano di assistenza rappresenta uno dei luoghi in cui la vicinanza della Chiesa alle persone in difficoltà diventa quotidiana e concreta, un luogo dove alla distribuzione di beni essenziali si affiancano l'ascolto e l'accompagnamento.

A raccontarlo è Luisella, una volontaria di 83 anni che dal 2004 presta servizio al Centro diocesano di assistenza. Una scelta arrivata dopo la pensione, in un momento particolare della sua vita, segnato da una perdita familiare. A suggerirle di avvicinarsi al volontariato fu un'amica; da allora sono trascorsi 22 anni. In passato è stata un'insegnante del Liceo classico, oggi Luisella si occupa di registrare gli ingressi al Centro. Ma quella che potrebbe sembrare una pratica burocratica diventa un momento di ascolto: «una chiacchierata informale durante la quale la persona si sente libera di raccontare la propria necessità, che spesso va oltre la richiesta materiale», racconta Luisella.




L'ingresso del Centro diocesano di assistenza

Il Centro svolge un ruolo importante nella rete di solidarietà della diocesi. Gli operatori e i volontari si occupano quotidianamente della raccolta, del confezionamento e della distribuzione di aiuti materiali, alimentari e non solo. Le risorse arrivano in gran parte dalla grande e media distribuzione, dall'accreditamento Agea, che consente di usufruire dei fondi europei Fead e del Fondo nazionale per la distribuzione di derrate alimentari agli indigenti, dal sostegno del Consorzio regionale Alimentis e dalle donazioni di cittadini e attività commerciali. Grazie a questa rete di sostegno, il Centro ha potuto accompagnare nel 2025 oltre 1.500 famiglie, pari a circa 3.900 persone, attraverso la distribuzione regolare di pacchi viveri, vestiti, scarpe e farmaci.

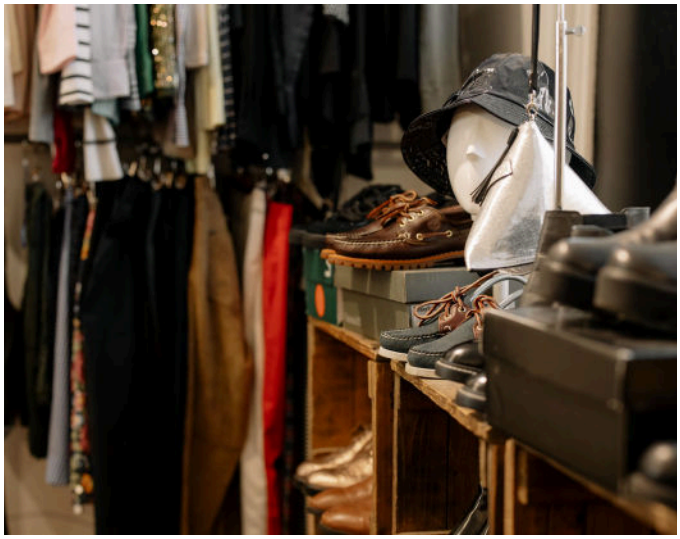
Negli ultimi anni, e con un picco registrato nel 2025, a bussare alla porta sono stati anche molti anziani. Diversi di loro hanno una casa di proprietà, ma devono fare i conti con pensioni minime che non coprono il costo della vita. A schiacciare queste persone, oltre la stretta economica, vi è una povertà più invisibile e silenziosa: la solitudine. Con i parenti lontani o privi di una rete familiare, il Centro diventa spesso l'unico punto di contatto con il mondo. Scegliere un abito con l'aiuto di una volontaria o scambiare delle chiacchiere durante la consegna del pacco alimentare restituisce loro quel calore umano di cui hanno disperatamente bisogno.

Luisella racconta che, nel caso degli anziani, l'accompagnamento è spesso più lungo e continuativo e, oltre alla risposta a un bisogno materiale, può comprendere non di rado anche un sostegno psicologico, grazie al supporto di una professionista in sede. Diversa è invece la situazione di una persona più giovane che può trovarsi a chiedere aiuto in un momento particolare della propria vita e avere, successivamente, maggiori possibilità di riprendere

il proprio percorso in autonomia. Questa differenza racconta anche quanto la povertà nella terza età possa diventare una condizione difficile da interrompere.

Tra le difficoltà che arrivano al Centro ci sono anche quelle legate alle bollette. Molti anziani non hanno una pensione sufficiente per sostenere tutte le spese. Una bolletta troppo alta può quindi diventare un problema concreto e costringere a fare delle scelte, rinviando altre necessità, o a chiedere aiuto. È una forma di povertà energetica che si inserisce in una fragilità economica più ampia e che, per una persona anziana che vive sola, può diventare ancora più difficile da affrontare. A questo si possono aggiungere le spese per i farmaci, per la cura della persona o per altre necessità quotidiane. Per questo, dietro una richiesta apparentemente semplice, può nascondersi una situazione molto più complessa. Quando una persona anziana vive sola e non ha una rete su cui contare, anche una difficoltà apparentemente temporanea può diventare più difficile da superare. Il bisogno economico si intreccia con quello relazionale e con la necessità di essere accompagnati nel tempo.

Non di rado, a complicare ulteriormente le cose c'è un ostacolo culturale, sottile e doloroso: la vergogna. Chi ha lavorato una vita intera ed è abituato a bastare a se stesso prova un forte senso di smarrimento nel dover bussare alla porta di un servizio di assistenza. È proprio la richiesta di aiuto, allora, a diventare uno dei passaggi più difficili. Per una generazione abituata a considerare l'autonomia come un valore fondamentale, ammettere di non riuscire più a far fronte alle proprie necessità può essere doloroso. Spesso il bisogno più urgente non viene nemmeno espresso. Arriva attraverso una richiesta concreta di un farmaco o di un capo di abbigliamento. In questo senso il Centro diocesano diventa anche un luogo di prossimità. Non risolve necessariamente tutte le difficoltà, ma permette di intercettarle e attivare, quando serve, altri strumenti di sostegno. Il Centro di distribuzione, il Centro d'ascolto, il servizio farmacia, la mensa, il poliambulatorio medico, diventano così parte di un accompagnamento che la Caritas diocesana di Cagliari offre per aiutare la persona integralmente.



Donazione abiti

Dopo 22 anni di servizio, Luisella porta con sé molte storie. Alcune difficili da raccontare, altre rimangono impresse per la loro semplicità. Proprio di recente un'anziana signora ha deciso di lasciare tutto ciò che si trovava all'interno della propria casa alla Caritas diocesana di Cagliari, perché potesse essere utilizzato per aiutare, a sua volta, altre persone in difficoltà. Un gesto che ha colpito Luisella e che forse, più di tante parole, racconta il significato che può assumere un luogo come il Centro diocesano di assistenza: un posto in cui si arriva per chiedere aiuto e dove, a volte, si finisce per sentirsi parte di una comunità. Anche quando si è soli, anche quando si ha poco.



Donazione del pacco alimentare

# «Tiriamo avanti»: la forza di Sandra, tra il dolore e la voglia di esserci

*di Ilaria Perduca*

## Segnata dalla dolorosa perdita di un figlio e dalle difficoltà economiche, Sandra mostra la forza di «tirare avanti» per amore dei nipoti, trovando nell'ascolto e nel sostegno della Caritas un punto di riferimento fondamentale

Ci sono storie che non hanno bisogno di grandi parole per raccontare la forza di una persona. Sono storie fatte di ricordi, assenze che fanno male e presenze che, nonostante tutto, continuano a dare un senso alle giornate. La storia di Sandra (nome di fantasia) è una di queste. A 74 anni, Sandra attraversa una vita segnata da perdite, difficoltà e cambiamenti. La morte improvvisa di uno dei figli, avvenuta nel sonno dopo una giornata passata in allegria con la famiglia, è la ferita più recente.

«La morte di un figlio è una tragedia troppo grande, mi ha proprio distrutto», racconta Sandra, che nella sua vita ha dovuto fare i conti spesso con la sofferenza causata dal perdere una persona cara. Anche due dei suoi fratelli e il marito non ci sono più. Il marito di Sandra, prima di diventare infermiere, aveva fatto il falegname e aveva realizzato lavori in legno anche per alcune chiese, un'attività che Sandra ricorda con orgoglio. La morte di uno dei figli è anche il dolore di una nonna che vede i propri nipoti confrontarsi con una perdita troppo grande. I bambini inizialmente non comprendevano perché il papà non fosse più a casa e, credendolo malato, chiedevano di andare in ospedale a trovarlo. È stato necessario spiegare loro che il papà non sarebbe più tornato, ma che avrebbe continuato a vegliare su di loro in altro modo, dando a loro il diritto di piangere per la sua perdita. Sandra ricorda soprattutto la sofferenza della nipote più grande e le domande dei più piccoli. In quei giorni è rimasta accanto alla nuora e ai nipoti, che le chiedevano di non andare via. Ma anche adesso che è ritornata a casa i suoi pensieri sono rivolti costantemente a loro.

Il duro lavoro e il sacrificio sono stati in qualche modo il centro della sua esistenza. Dopo la quinta elementare avrebbe voluto continuare a studiare, ma il padre non glielo permise: secondo la mentalità di allora, una ragazza doveva lavorare. Iniziò in un panificio e poi in un negozio di alimentari, un lavoro che le piaceva perché le permetteva di stare a contatto con le persone. Ha lavorato a lungo, fino a quando la salute non le ha imposto di fermarsi. La fragilità economica in breve tempo si è intrecciata con quella affettiva. Attualmente Sandra si sostiene grazie alla propria pensione, anche se in alcuni momenti ha avuto bisogno di un aiuto per affrontare le spese. È così che è entrata in contatto con la Caritas diocesana di Iglesias. «Un giorno ho avuto bisogno dell'aiuto e mi sono permessa di venire», racconta. Per lei chiedere non è naturale: è abituata a lavorare e a cavarsela. Ma quando le risorse non sono bastate, ha scelto di chiedere sostegno.

La sua storia mostra come la povertà non sia soltanto una questione di denaro. Alla difficoltà economica si sommano il lutto, la solitudine, i problemi di salute, le responsabilità familiari e la necessità di orientarsi tra servizi e pratiche. In



L'amore dei nonni per i nipoti

questo scenario una rete di relazioni può fare la differenza. Il dolore, però, resta. La notte pensa molto al figlio che non c'è più. Alcuni gesti quotidiani si sono fermati: per mesi non è andata nemmeno dalla parrucchiera. Sono dettagli che raccontano quanto una perdita possa entrare nella vita di tutti i giorni. I familiari hanno cercato di incoraggiarla a uscire e a prendersi cura di sé, ma Sandra lo farà quando ne avrà voglia. In mezzo alla sofferenza, c'è ancora una dimensione spirituale che la sostiene. Sandra racconta di "parlare" con Gesù e con il beato Nicola da Gesturi. Quando è in casa si rivolge anche ai familiari che non ci sono più. Si fa il segno della croce e poi parla, come con una persona presente. Non sempre recita una preghiera: a volte racconta semplicemente ciò che le sta accadendo.

Dai dolori, dai sacrifici e dalla tenacia a non mollare, emerge la capacità di Sandra di prendersi cura degli altri, di restare accanto alla famiglia e di continuare a sentirsi parte di una comunità. Oggi, sono soprattutto i nipoti a rappresentare il suo sguardo verso il futuro: la nipote più grande ha iniziato l'Università e Sandra racconta con orgoglio il suo impegno nello studio. Il futuro, per Sandra, non è fatto di grandi programmi: è continuare a esserci per la famiglia, vedere crescere i nipoti e accompagnarli nei loro passaggi importanti. La frase che meglio racchiude il suo modo di affrontare tutto è arrivata quasi alla fine del suo racconto, ricordando la morte del marito: «Tiriamo avanti». Non è una frase che esprime rassegnazione. È piuttosto il modo concreto con cui Sandra continua a vivere dopo quanto è accaduto. Tirare avanti significa alzarsi, riordinare casa, andare dai nipoti, parlare con un vicino, affrontare una pratica, chiedere aiuto quando serve. Significa accettare che il dolore faccia parte della propria storia senza permettergli di cancellare completamente tutto il resto.



La rete delle relazioni



La strada si apre, il cammino della vita continua

La storia di Sandra non è una storia risolta. È ancora in cammino, segnata da una perdita recente e profondissima. Ma dentro quella sofferenza rimangono relazioni, ricordi, fede e piccoli gesti di cura. Alla fine della chiacchierata Sandra confida che le è stato di aiuto sfogarsi, con la preoccupazione però di aver fatto perdere tempo a chi si è messo in ascolto del suo vissuto. Condividere il proprio vissuto è stato per lei un momento prezioso. E forse è proprio qui che si trova il valore dell'ascolto: dare spazio a una persona perché possa raccontare ciò che porta dentro, senza giudicarla e senza avere fretta di trovare una soluzione. Ascoltare Sandra e tutte le persone bisognose di esprimersi liberamente, significa riconoscere che dietro una richiesta di aiuto c'è sempre una storia. Una storia fatta di lavoro, famiglia, lutti, difficoltà economiche, relazioni e speranze. E significa comprendere che la cura non passa soltanto attraverso un sostegno materiale ma anche attraverso la possibilità di non sentirsi soli. Per Sandra, oggi, il futuro è forse semplicemente questo: un giorno alla volta, un passo alla volta, «piano piano» come dice spesso. E continuare a esserci.

# Agnese, ottant'anni e una gioia da condividere

*di Cristiana Boi*

Agnese ha ritrovato la pace nel servizio e nell'ascolto presso la Caritas. La sua storia dimostra come la condivisione della propria vita con i giovani possa superare la solitudine e trasformare la terza età in una risorsa generativa per la comunità

A ottant'anni Agnese ha ancora voglia di ballare. Quando incontra i giovani, infatti, non ama mettersi al centro con lunghi discorsi: chiede di mettere la musica e li invita a ballare con lei. È così che ha scelto di aprire anche l'ultimo incontro di testimonianza, nel mese di agosto, con i ragazzi accolti in Caritas attraverso le attività della Pastorale giovanile. Un gesto semplice, spontaneo, capace di raccontare più di tante parole la donna che oggi Agnese è diventata. Insegnante, single e volontaria, da circa dieci anni porta con sé una storia nella quale la gioia di oggi non è stata sempre presente. La sua adolescenza è stata molto triste. Per lungo tempo non si è sentita compresa né amata e, soprattutto, non ha imparato ad amare se stessa. Nella sua vita non sono mancate le delusioni, i tradimenti nelle amicizie e nelle relazioni sentimentali, né le esperienze di maschilismo che l'hanno fatta sentire ancora più fragile e sola.

Per anni ha cercato fuori di sé quella conferma e quell'amore di cui sentiva il bisogno. Poi, in età matura, è iniziato un cammino diverso. Agnese ha riscoperto la Parola di Dio e ha cominciato ad ascoltarla in un modo nuovo. È stato proprio nell'ascolto che ha ritrovato la possibilità di rileggere la propria storia e di comprendere quale fosse il sogno di Dio per la sua vita.

La fede non ha cancellato il passato, ma le ha permesso di guardarlo con occhi nuovi. Agnese ha ritrovato se stessa, la propria dignità e quella pace che per tanto tempo aveva cercato. È rinata in età matura e, insieme alla pace, ha scoperto una gioia che oggi sente il desiderio di condividere. Da circa dieci anni questa gioia prende forma anche nel servizio alla mensa solidale. Qui Agnese incontra ogni giorno persone segnate da situazioni di difficoltà e fragilità. Il suo servizio è fatto di gesti concreti, di presenza e di relazioni. Da quest'anno è stata inserita anche nel Centro di ascolto, dove può mettere a disposizione degli altri non soltanto il proprio tempo, ma anche l'esperienza di una vita.

Per Agnese, infatti, essere volontaria significa soprattutto incontrare le persone. La sua storia personale è diventata progressivamente una risorsa da condividere, soprattutto con i più giovani. Nel corso del 2025 e del 2026 ha scelto di raccontare il proprio percorso ai ragazzi coinvolti nella mensa attraverso il percorso scuola-lavoro promosso dalla Caritas. Ha parlato delle proprie difficoltà, delle ferite, delle delusioni e della lunga ricerca di un senso. Ma ha parlato anche della possibilità di ricominciare e di scoprire che la propria storia non è definita soltanto da ciò che è accaduto.

La sua testimonianza ha raggiunto anche i minori inseriti nel percorso di legalità promosso dalla Caritas. Ancora una volta Agnese ha scelto di mettersi accanto ai ragazzi, senza nascondere le proprie fragilità e senza presentarsi come qualcuno che ha già tutte le risposte. Ha condiviso ciò che la vita le ha insegnato: il valore dell'ascolto, del rispetto, dell'amore e della possibilità di cambiare direzione.



Incontro della Pastorale giovanile con la Caritas diocesana

L'ultimo incontro, nel mese di agosto, con i giovani accolti in Caritas attraverso la Pastorale giovanile, ha avuto un sapore particolare. Agnese ha deciso di aprirsi ancora di più, raccontando ai ragazzi il proprio cammino di rinascita e il ruolo che la Parola di Dio ha avuto nel ritrovare la gioia.

E ha scelto di cominciare proprio dalla musica. Prima ancora delle parole, un invito a ballare insieme. Giovani e anziani, fianco a fianco, senza distanze imposte dall'età. È forse questa l'immagine più autentica di ciò che Agnese oggi rappresenta in Caritas. Una persona anziana che non è soltanto destinataria di attenzione o accompagnamento, ma protagonista e portatrice di un dono. La sua esperienza diventa una ricchezza per i giovani, così come la loro presenza restituisce ad Agnese energia, entusiasmo e nuove occasioni di incontro.

In questo scambio si realizza una comunità nella quale le generazioni non vengono separate, ma messe in relazione. Gli anziani possono essere valorizzati, ascoltati e amati, mentre i giovani possono incontrare storie, esperienze e testimonianze capaci di lasciare un segno. Ognuno porta ciò che è e ciò che ha ricevuto dalla vita.

Agnese oggi è felice. Ha trovato nella fede, nel servizio e nelle relazioni quella pace e quella gioia che per molti anni aveva cercato. La sua vita quotidiana è accompagnata da uno stile gentile, fatto di attenzione e disponibilità verso gli altri. È questo che continua a donare nella mensa, nel Centro di ascolto e negli incontri con i ragazzi.

La sua storia ricorda che la vecchiaia non coincide con il ritiro dalla vita e che una persona anziana può ancora generare futuro. Può ascoltare, accompagnare, testimoniare, costruire relazioni e donare speranza. Può persino invitare i più giovani a ballare. Perché, per Agnese, la gioia ritrovata non è qualcosa da custodire soltanto per sé. È un dono da condividere. E in Caritas ha trovato una famiglia nella quale, senza distinzione di età, ciascuno può essere accolto, amato e riconosciuto per ciò che è, portando agli altri il proprio dono.

È in questa prospettiva che la Caritas diocesana cerca ogni giorno di intervenire, provando a dare una risposta alle diverse forme di povertà e di solitudine. Anche gli anziani, quando si sentono accolti in un contesto caloroso e protettivo, possono trovare un senso di appartenenza e sentirsi valorizzati, meno soli. In questa dimensione di condivisione si sta insieme, ci si accompagna nelle diverse stagioni della vita e ogni età può ricevere e donare qualcosa.

È uno scambio reciproco che arricchisce tutti. Forse, allora, dobbiamo semplicemente tornare a essere famiglia. Con semplicità. Non servono sempre grandi progetti: servono accoglienza, presenza, ascolto e la costanza di esserci, soprattutto quando è più difficile. Perché spesso è proprio nella quotidianità e nello stare insieme, nel prendersi cura gli uni degli altri, che una persona ritrova la dignità e la speranza che diventa certezza di non essere soli.





Momenti di confronto con la Pastorale giovanile

Caritas diocesana di Nuoro

# Fame e sete di spiritualità

*a cura della Caritas diocesana di Nuoro*

## Ospite da anni di una casa di riposo, Mario racconta come la presenza, la preghiera e l'animazione portate dai volontari della Caritas offrano un fondamentale sollievo spirituale contro la solitudine e la monotonia delle giornate

Le persone che vivono in condizioni di povertà sono numerose, decisamente troppe, e la loro presenza costituisce una delle fratture sociali più profonde del nostro tempo. Le statistiche ufficiali restituiscono una sequenza di dati apparentemente neutri, una rappresentazione uniforme e lineare di un fenomeno che, in realtà, è multidimensionale. Solo quando si oltrepassa la superficie dei numeri e si esplorano le loro pieghe più nascoste emerge con chiarezza la drammaticità di una condizione complessa, mutevole, spesso aggravata da fattori economici, politici, ambientali e culturali. Ma la povertà non è mai un dato astratto: è un'esperienza vissuta, che incide sulla qualità della vita, sulle opportunità, sulla salute, sulla dignità. È un fenomeno che produce vittime silenziose, troppo spesso invisibili nelle narrazioni pubbliche: bambini privati di prospettive educative, donne esposte a vulnerabilità economiche e sociali, anziani che affrontano la marginalità senza adeguati sistemi di protezione.

Troppo spesso le narrazioni sulla povertà restituiscono l'immagine di un mondo profondamente sbilanciato, segnato da una polarizzazione estrema tra chi possiede risorse sovrabbondanti e chi, al contrario, è costretto a vivere nella totale privazione. Tuttavia, un'osservazione più attenta e rigorosa permette di andare oltre la superficie dei numeri, delle statistiche e dei raffronti temporali, rivelando ciò che le analisi statistiche non riescono a cogliere: la complessità delle esperienze umane che si celano dietro le categorie sociologiche ed economiche.

Quando si supera la soglia dei dati e si entra nel tessuto vivo delle biografie, emerge con forza una forma di povertà più profonda, più inquietante e spesso meno visibile. Si tratta della povertà spirituale, una condizione che non riguarda soltanto la mancanza di beni materiali, ma la perdita di senso, di orientamento, di legami significativi. È una povertà che si manifesta nella fragilità dei rapporti umani, nell'erosione dei valori condivisi, nella crescente solitudine che attraversa le società contemporanee e che spesso colpisce le persone anziane.

Questa dimensione spirituale della povertà non è separata da quella economica: le due si intrecciano, si alimentano reciprocamente, generano forme di vulnerabilità che non possono essere comprese attraverso indicatori statistici. Laddove la povertà materiale priva le persone di opportunità e sicurezza, la povertà spirituale sottrae loro la capacità di immaginare un futuro, di costruire relazioni, di attribuire significato alla propria esistenza.

Accecati proprio dai numeri e dai segni positivi o negativi, che coincidono con le condizioni della vita economica, trascuriamo l'arricchimento della nostra interiorità.

Spinta dal bisogno di avvicinare gli anziani residenti nelle case di riposo e le persone isolate nel periodo del Covid, ma anche dal rinnovato desiderio di leggere la complessità della realtà senza ridurla a mere cifre, riconoscendo che la dignità umana si fonda tanto sulle condizioni materiali quanto sulla profondità della vita interiore, la Caritas, espressione della Chiesa nuorese, ha promosso attività specifiche prima con collegamenti online adesso con incontri in presenza. Per capire quale sia stato l'effetto di questo progetto abbiamo avvicinato il signor Mario (nome di fantasia), che da anni vive in un centro per anziani del territorio. «La Chiesa è venuta



Un ospite della Casa di riposo

da noi - dice – e l'abbiamo accolta con un piacere interiore fortissimo. Essa è viva e noi la percepiamo. La vediamo negli occhi dei volontari che regolarmente vengono a visitarci e che portano la preghiera, parole di gioia e di fede».

Negli anni si sono avvicendati vari artisti, giovani delle associazioni locali, cori polifonici, gruppi culturali, che hanno portato nella struttura esperienze umane e spirituali davvero interessanti, regalando a tutti bellissimi momenti di animazione e creatività. A Natale e a Pasqua le iniziative sono state finalizzate a far vivere il senso profondo di queste solennità. «Molti di noi - ci racconta il signor Mario - sono impossibilitati a partecipare alla Messa, ma grazie ai ministri straordinari della Comunione riusciamo a ricevere regolarmente l'Eucaristia. Ho saputo che essi vanno anche nelle case private di molte persone che, altrimenti, non potrebbero ricevere questo sacramento». Il nutrimento dell'anima ha bisogno di uguali risorse di quelle utili al corpo. Ma spesso non si sente la fame di questi particolari "alimenti" e quindi trascuriamo un importante aspetto della nostra vita.

L'intuizione della Caritas nuorese ha saputo intercettare il bisogno fortissimo di spiritualità creando, fra l'altro, una fitta rete solidale. Coinvolgendo le comunità territoriali si è riusciti a dare risposte a questa fame e a questa sete molto particolari. «Quando vengono a visitarci - dice a bassa voce signor Mario - ci danno un sollievo spirituale che riempie le nostre giornate, molto spesso fatte di solitudine, tristezza, sofferenza e monotonia. I volontari sono persone eccezionali e la loro partecipazione è un grande regalo che la Chiesa ci fa. È un'attenzione che ci commuove e di cui noi non finiremo mai di essere grati».

La conversazione termina con questa battuta e mentre ci prepariamo a lasciare la struttura ci accorgiamo che nei corridoi c'è aria di festa. Sono arrivati gli animatori della Carità e ci si incammina, anche quelli con problemi di deambulazione, per pregare e cantare insieme. In tutti i volti solo sorrisi e occhi che brillano della luce dello Spirito. La Caritas diocesana rappresenta un servizio sinodale quotidiano offerto dalla Chiesa di Nuoro, guidata dal vescovo Antonello.



Animazione Caritas Nuoro



Esibizione degli "Amici del coro"

Caritas diocesana di Oristano

# La cura delle relazioni: il valore della prossimità contro solitudine e fragilità

*a cura della Caritas diocesana di Oristano*

## Frequentare la Caritas rappresenta per Anna non solo un sostegno pratico, ma soprattutto un'occasione fondamentale per sconfiggere l'isolamento quotidiano e ritrovare il calore delle relazioni umane

Maria è una delle volontarie che prestano regolarmente servizio alla Caritas diocesana di Oristano. Il suo arrivo in Caritas ha coinciso con un momento molto difficile della sua vita. «Con la morte di mio marito, mi è caduto un macigno addosso. Cinquantuno anni sposati, più il fidanzamento [...]. E poi, dopo che sono venuta a vivere in Sardegna, il paese era piccolo, non mi piaceva tanto; quindi, mi sono legata ancora di più a lui. Era l'amico, il compagno, tutto; ero completamente dipendente da lui. Una volta che sono rimasta sola ero disperata, giravo in quella casa e ogni cosa mi ricordava la nostra vita. Puoi immaginare come stavo. E allora tra me e me dicevo: cosa posso fare? Perché poi anche i figli hanno avuto il loro dolore, hanno perso il padre e quindi non volevo essere un peso per loro. Per questo, ad un certo punto, ho pensato di trasferirmi a Oristano, anche per essere indipendente. Ho preso una casa in affitto e mi sono arrangiata perché la reversibilità è quella che è, però ce l'ho fatta».

Questo grosso cambiamento l'ha portata a ripensare alla propria vita e a interrogarsi, nonostante i suoi settantasei anni, sulla possibilità di rendersi ancora utile e sentirsi meno sola. Il desiderio di dedicarsi al volontariato lo aveva sempre avuto, ma per diversi motivi non aveva mai potuto realizzarlo. Fino a quando l'incontro con una volontaria della Caritas diocesana le ha permesso di concretizzare questo suo desiderio. Come lei, sono tanti i volontari non più giovani, almeno all'anagrafe, che hanno trovato all'interno della Caritas o, più in generale, nel mondo del volontariato un'occasione per rendersi utili ma anche per mantenersi attivi e stringere nuove relazioni.

La dimensione relazionale è la stessa che emerge anche dalla storia della signora Anna (nome di fantasia), una delle persone che si rivolge alla Caritas da diversi anni e per la quale beneficiare dei servizi è diventato, nel tempo, non solo il soddisfacimento di un bisogno materiale ma anche un'occasione per tessere relazioni e incontrare persone. Vedova fin da giovane e madre di tre figli, che vivono fuori provincia con le loro famiglie e i loro problemi, Anna si sente molto sola: «Ho compiuto ottantasette anni, molte delle mie amiche o sono morte o sono un po' fuori di testa o sono in qualche struttura. Prima andavamo al centro anziani, ne facevamo di risate! Ma adesso, da sola, non mi piace più. Quando vengo alla Caritas per la spesa almeno vedo gente, ci conosciamo da anni, ormai siamo diventati amici e mi passa l'ora. Con certi ci vediamo anche in chiesa. Stare a casa da sola non mi piace».

Quando gli operatori del Centro d'ascolto si sono confrontati con l'assistente sociale che ha in carico la signora è emerso che, in fondo, la sua situazione economica non era complessivamente così grave; più che un vero bisogno



Maria e le altre volontarie dei servizi

materiale, c'era piuttosto la necessità di superare la solitudine. Si è quindi deciso, insieme, di consentirle di continuare a frequentare regolarmente la sede Caritas con un supporto più moderato, ma comunque sufficiente per le sue necessità, preservando invece quelle relazioni costruite nel tempo con gli altri beneficiari e i volontari, divenute oggi per lei così importanti.

Relazioni che la Caritas ha il dovere di custodire e incentivare, soprattutto quando si incontrano persone che oltre alle difficoltà economiche devono far fronte alla malattia e a tutta una serie di problemi che diventa difficile fronteggiare senza una rete familiare e amicale.

Dallo scorso anno la Caritas ha aperto uno sportello di ascolto sociosanitario all'interno del quale alcuni volontari si occupano anche di prenotare visite mediche tramite il servizio online "CUP WEB" di prenotazione di prestazioni ambulatoriali specialistiche del Servizio Sanitario Nazionale. Inoltre, quando strettamente necessario, si rendono disponibili per accompagnare le persone sole che non hanno possibilità di spostarsi in autonomia.

Anche la signora Marta (nome di fantasia) ci racconta di quanto sia difficile affrontare i problemi di salute, soprattutto quando si ha una piccola pensione e si è costretti a rivolgersi ad altre persone per gli spostamenti legati alle visite mediche. «Quando vado a Sassari, anche se mi accompagnano i miei nipoti in macchina, devo contribuire alle spese – afferma Marta –. Questo mese ci sono dovuta andare quattro volte. È stato molto pesante. Avevo preso la quattordicesima e mi sono salvata ma in corner perché oggi, per fortuna, è 29!».

Oltre a queste spese è costretta ad acquistare un farmaco molto costoso e fondamentale, per il quale non ha diritto all'esenzione. «Questa cura è stata molto efficace, non mi ha dato nessun tipo di problema. Però costa 220 euro ogni quattro settimane e quando il mese ne ha cinque, la spesa raddoppia a 440 euro. È faticoso!».

La signora Marta si è rivolta per la prima volta al Centro d'ascolto diocesano qualche anno fa, quando la sua situazione era più critica e anche un aiuto alimentare poteva fare la differenza nel budget mensile. Una delle costanti nella sua vita è sempre stata il sostegno e la cura da parte delle persone a lei vicine: parenti, amici e comunità in cui vive, per questo afferma che «quando ci sono i cosiddetti obblighi familiari di contribuzione, per esempio, arrivano i nipoti che festeggiano il compleanno, la piccola mancetta se l'aspettano dalla zia. Queste non sono cose importanti, si potrebbe dire, ma per me lo sono perché la mia rete funziona anche perché io sono quella che sono».



Salette di attesa

Nell'ultimo anno i volontari del Centro d'ascolto si sono ritrovati, sempre più spesso, a supportare persone ultrasessantenni nel disbrigo di piccole pratiche burocratiche, facilmente risolvibili tramite web. La progressiva digitalizzazione di un alto numero di servizi sta generando nuove forme di vulnerabilità facendo così emergere, sempre di più, il bisogno di supporto e accompagnamento, in particolare per le persone più deboli. La Caritas si sta interrogando sulla necessità di strutturare per i propri beneficiari un vero e proprio servizio dedicato a questo per evitare che la tecnologia diventi una barriera insormontabile.



Fiorella, volontaria del servizio accoglienza

Caritas diocesana di Ozieri

# Ascoltati e capaci di futuro: la rinascita che vince povertà e isolamento

*di Annamaria Sanciu*

## La storia di Maria, colpita dalla vedovanza, dalla malattia e dalle difficoltà economiche, mostra come la partecipazione ai laboratori della Caritas l'abbia restituita alla vita, trasformandola da beneficiaria a volontaria al servizio degli altri anziani

Nel corso del 2025 la Caritas diocesana di Ozieri ha rilanciato una profonda riflessione sugli over 65 del territorio, attraverso una ricerca nell'ambito del progetto "Legami d'Argento". L'indagine dal titolo *Diversamente giovani. Bisogni e desideri degli anziani della città di Ozieri*, realizzata con la guida e il supporto scientifico del Servizio studi e ricerche di Caritas Sardegna, è nata dalla consapevolezza che l'ascolto rappresenta il cuore pulsante della Caritas e la prima e più alta forma di cura capace di innescare cambiamenti inattesi all'interno della comunità.

L'obiettivo primario è stato doppio e complementare: da un lato si è trattato di mettere in luce la condizione di vita degli anziani, orientando lo sguardo verso le persone potenzialmente sole come vedovi, vedove, celibi e nubili; dall'altro lato si è inteso costruire e animare una rete di solidarietà capillare, capace di coniugare l'analisi dei bisogni con l'attivazione di servizi di prossimità e di un volontariato altamente competente e formato.

La ricerca ha visto il coinvolgimento diretto di 115 cittadini over 65 della comunità di Ozieri, ai quali è stato somministrato un questionario. A questo approccio quantitativo si è affiancata un'analisi qualitativa attraverso delle interviste in profondità e un *focus group* che ha riunito 7 testimoni privilegiati: figure chiave del mondo socio-sanitario, ecclesiastico, educativo e associativo. Dai risultati dell'indagine sono emerse solitudini e fragilità, ma è anche affiorata la realtà dei cosiddetti "anziani sognatori". Si tratta di donne e uomini che, pur affrontando quotidianamente malattie, lutti familiari, la solitudine della vedovanza o i fisiologici limiti dell'avanzare dell'età, conservano una straordinaria forza d'animo. Essi si mostrano ancora pienamente "capaci di futuro", pronti a mettersi in gioco e a offrire il proprio tempo, la propria memoria e la propria esperienza a servizio dell'intera collettività.

Questo ricco patrimonio conoscitivo non si è limitato a rimanere un'indagine teorica, ma si è tradotto in un'azione strutturata di *advocacy*. Il progetto ha creato le condizioni concrete affinché, ad Ozieri, gli over 65 avessero la possibilità di prendere la parola ed essere direttamente ascoltati dalle istituzioni pubbliche e dagli attori locali mediante la restituzione pubblica dei dati e nella proposta, formalizzata alla pubblica amministrazione, di istituire un "Tavolo permanente sulla terza età", pensato come luogo di concertazione per dare continuità e sbocco operativo alle idee e alle istanze emerse dalla ricerca.



Laboratori di ginnastica dolce

La forza generativa del progetto "Legami d'Argento" ha trovato il suo volto più autentico nelle storie di chi ha vissuto questo percorso in prima persona. Particolarmente emblematica è la vicenda di Maria (nome di fantasia), la cui quotidianità ha attraversato una vera e propria svolta positiva a partire dal 2024. Dopo la scomparsa del marito, Maria è scivolata in una condizione di profonda solitudine. Un isolamento acuito dalla distanza geografica dei figli, costretti a vivere e lavorare lontano dalla terra d'origine. A rendere ancora più complesso il quadro personale di Maria si sono aggiunti i postumi di un severo percorso oncologico, superato con grande coraggio. In questo scenario di vulnerabilità fisica ed emotiva, le sue giornate rischiavano ormai di chiudersi alla rassegnazione. Alla solitudine si è presto affiancata la precarietà economica. La situazione finanziaria di Maria è infatti precipitata a causa del continuo sostegno materiale ai figli, per il quale impiegava quasi l'intera pensione mensile. Per farlo, la donna ha dovuto intaccare i risparmi di una vita e infine richiedere un prestito bancario: una scelta gravosa per sé, maturata nel costante conflitto tra la volontà di aiutare la famiglia e il desiderio di preservare la propria autonomia senza diventare un peso per nessuno.

Il punto di svolta nella sua vita è avvenuto attraverso una parola intercettata al momento giusto, come lei stessa racconta: «Ero in compagnia di belle persone. Tra i vari discorsi mi arriva una frase che mi fa drizzare le orecchie: "La Caritas sta per far partire un laboratorio di ginnastica mentale e uno di ginnastica dolce per anziani dai 65 anni in su"». L'inserimento nei laboratori promossi dalla Caritas diocesana ha prodotto un impatto benefico sulla salute psico-fisica e sulla socialità di Maria, restituendole vitalità e motivazione: «Che dire. È stata un'esperienza positiva, sia per collaborazione tra tutte e i rapporti di amicizia, sia per la guida attenta e preparata di una brava psicologa. Poi, con qualcuna, oltre alla ginnastica mentale si è fatta anche la ginnastica dolce, in cui si univa il divertimento agli esercizi. Che benedizione questi laboratori!» La metamorfosi personale si è perfezionata durante la seconda annualità del progetto. Maria, infatti, ha chiesto di partecipare al percorso di formazione per volontari che l'ha portata gradualmente a recarsi, insieme ad altri volontari della rete di solidarietà, nelle case degli anziani: «È un'esperienza unica. Come una sensazione di aver ricevuto più di quanto dato». Quando le sue condizioni generali di salute hanno subito un temporaneo aggravamento, richiedendo cicli di cure e terapie specialistiche fuori città, la stessa rete di solidarietà che lei aveva contribuito a far crescere le si è stretta attorno in maniera concreta: «La mia salute è peggiorata. Ho avuto la necessità di cure settimanali in un'altra città e la Caritas mi ha aiutato, mettendo a mia disposizione un'autovettura e una persona per accompagnarmi. Sono grata infinitamente per tutto ciò».

La storia di Maria racchiude l'essenza di "Legami d'Argento", dimostrando che la fragilità, l'avanzare dell'età e perfino il dolore per la vedovanza non costituiscono una condanna all'inutilità sociale, ma possono trasformarsi nella riscoperta del valore della vita, consentendo alle persone non più giovani di mettersi generosamente al servizio del prossimo.



Tavola rotonda sul progetto Legami d'Argento



Giubileo dei nonni e degli anziani

Caritas diocesana di Sassari

# La storia di Mario, da volontario instancabile a testimone per i giovani

*a cura della Caritas diocesana di Sassari*

## Ex volontario segnato da problemi di salute e ristrettezze economiche, Mario dimostra come il rifiuto del mero assistenzialismo e l'alleanza con la Caritas difendano l'onestà, la dignità e il valore del lavoro vissuto come scuola di vita

Da diversi anni la Caritas diocesana rappresenta ben più di un semplice presidio di assistenza sociale: si configura come una vera casa comune, uno spazio protetto di ascolto e di costante promozione della dignità umana. Qui le persone vulnerabili non vengono mai viste come meri beneficiari passivi, bensì accolte come risorse preziose, ciascuna con il proprio bagaglio di storia, vissuto e competenze. Attraverso il suo Centro di ascolto, la Caritas non si limita a erogare un aiuto temporaneo, ma intesse quotidianamente relazioni autentiche e durature, capaci di trasformare la fragilità in riscatto grazie a legami saldamente fondati sui valori della reciprocità, dell'uguaglianza e del rispetto. È proprio all'interno di questo orizzonte di valori che si inserisce la vicenda di Mario, una storia in cui la solidarietà e l'impegno personale si intrecciano in un profondo scambio umano.

Mario è un uomo di 74 anni che vive in un quartiere popolare della città di Sassari. La sua vita è sempre stata caratterizzata dall'impegno nel lavoro, portato avanti con rigore inflessibile e con la disillusione di chi ha imparato a contare solo sulle proprie forze. La sua storia è un mosaico di mestieri appresi sul campo, fatiche e solitudine. Avanti negli anni e segnato da importanti problemi di salute, Mario rappresenta una testimonianza viva di un uomo orgoglioso che, pur nella fragilità economica, difende strenuamente la propria autonomia.

Il legame tra Mario e la Caritas di Sassari non nasce da una richiesta d'aiuto assistenziale, ma da una profonda storia di volontariato. Molto prima di bussare alle porte del Centro di ascolto per un'emergenza personale, si è messo al servizio della comunità con le sue competenze artigianali. Per anni ha lavorato fianco a fianco con storici operatori e responsabili della struttura diocesana offrendo un contributo concreto e instancabile. Con le sue mani da idraulico e tuttofare, Mario si è occupato di varie manutenzioni nelle strutture della Caritas diocesana e ha partecipato a diverse raccolte di viveri, ponendosi alla guida del furgone per il loro trasporto. Oltre all'impegno in Caritas ha prestato il suo aiuto anche in altre strutture caritative diocesane, come il Centro di accoglienza di Marritza, collaborando con la falegnameria.

È proprio questo passato da volontario che definisce la natura del suo rapporto attuale con la Caritas di Sassari: una relazione fondata sulla stima reciproca, sul rispetto e su una familiarità di lunga data. Quando si è trovato ad affrontare una seria difficoltà economica - causata da bollette della luce esorbitanti per via di allacci abusivi compiuti da un vicino ai contatori condominiali -, Mario non si è rivolto alla Caritas per chiedere un pagamento sostitutivo. Rifiutando categoricamente qualsiasi forma di sussidio assistenziale, ha cercato negli operatori diocesani degli alleati fidati che potessero mediare per lui una rateizzazione del debito con la società elettrica.



Con le sue mani da tuttofare Mario, dopo una vita con tanti mestieri, si è reso disponibile per servizi di volontariato

Per mesi si è recato al Centro di ascolto con i propri risparmi in mano per saldare personalmente ogni singola rata, evitando così il distacco dell'utenza e riaffermando con determinazione il valore dell'onestà e del proprio impegno personale.

Per Mario, la Caritas di Sassari non è mai stata un semplice erogatore di beni, bensì un porto di umanità e confronto autentico, una realtà popolata da persone con cui ha condiviso fatica e ideali. Per lui, la Caritas di Sassari non è mai stata una struttura impersonale di mero assistenzialismo, ma una casa comune fondata sul rispetto, sulla giustizia e sulla dignità. Uno spazio in cui la vera solidarietà non si riduce alla distribuzione di un pacco viveri o di un pasto caldo, ma è un luogo che nasce dall'accoglienza profonda, dalla reciprocità e dall'ascolto partecipe di chi ogni giorno si affaccia con umiltà

a quella porta.

Ai giovani di oggi, spesso smarriti o attratti dalle scorciatoie di un presente rapido e superficiale, Mario consegna un consiglio essenziale: imparare il valore del lavoro vero, del sacrificio e dell'umiltà. Sollecita i giovani a sporcarsi le mani, ad apprendere un mestiere con dedizione e a non temere la fatica, perché è solo attraverso lo sforzo onesto e il rispetto della parola data che si costruisce un'autonomia reale e un'incrollabile stima di sé. Per lui il lavoro non è soltanto un mezzo di sostentamento, ma una scuola di vita e una forma di libertà che nessuno potrà mai sottrarre; un insegnamento per i giovani a non aspettarsi nulla di regalato, ma a conquistare ogni traguardo con orgoglio e lealtà verso gli altri.

Oggi Mario vive solo, con la sola compagnia dei suoi tre cani, affrontando le ristrettezze di una pensione esigua e la progressiva perdita della vista a causa del diabete. Nonostante le delusioni accumulate nei rapporti umani e il suo progressivo isolamento sociale, il ricordo del servizio svolto alla Caritas, con la certezza di aver sempre agito con dignità, rimane il pilastro della sua identità.

Se gli si chiede quale sia il suo sogno più grande per il futuro, la risposta rivela tutta la sua sete di tranquillità e di contatto sincero con la natura. Mario non desidera ricchezze né lussi, ma semplicemente una piccola "campagnetta": un angolo di pace dove poter stare tutto il giorno in serenità insieme ai suoi fedeli cani, al riparo dalle amarezze della vita e dal rumore del mondo. Un luogo semplice dove potersi allungare sotto l'ombra di un albero da frutto per assaporare qualche ciliegia o un fico direttamente dal ramo, senza disturbare nessuno e senza essere disturbato, trovando finalmente quel riposo e quella serenità che ha inseguito per tutta la vita.

La sua testimonianza è il ritratto di un anziano che non vuole essere definito dalla povertà ma dal valore delle sue mani, dalla dignità con cui rispetta gli impegni presi e dal rispetto indelebile per la comunità che lo ha accolto e che egli stesso ha contribuito a costruire.



La vita in campagna e i cani, il sogno di Mario



Il centro di ascolto della Caritas diocesana di Sassari

Caritas diocesana di Tempio-Ampurias

# Una vita tra emigrazione, il ritorno in Sardegna e un impegno che continua

*a cura della Caritas diocesana di Tempio-Ampurias*

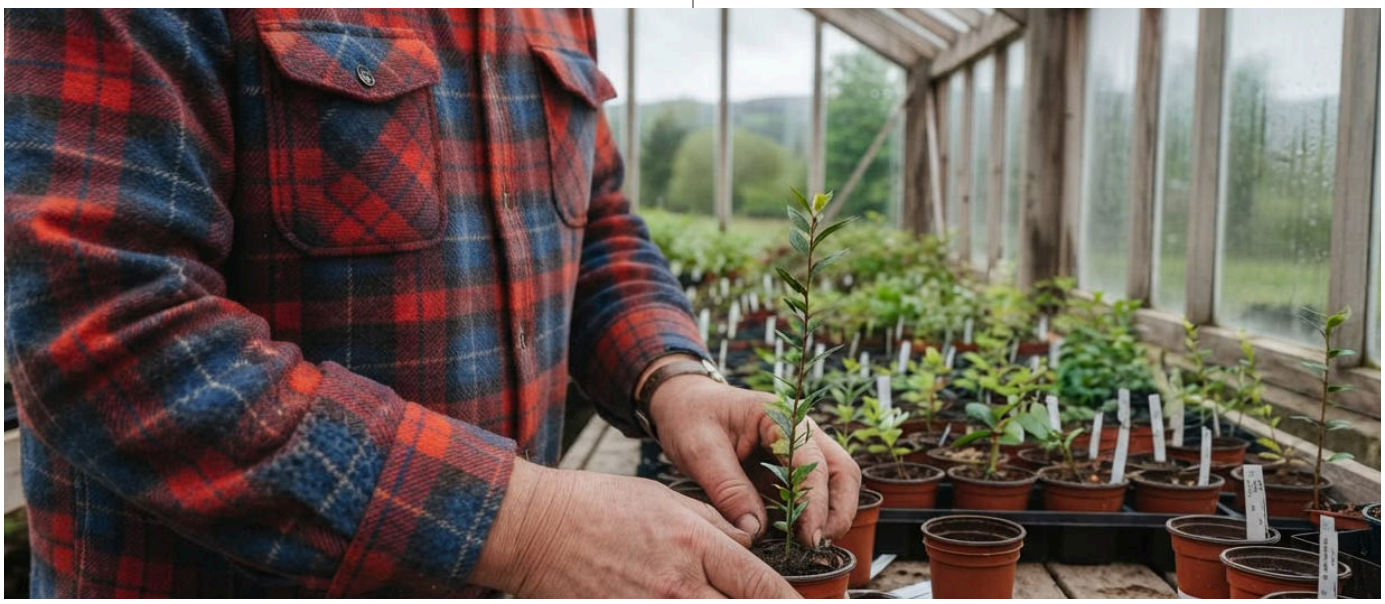
## La storia di Maurizio, ex emigrato tornato in Gallura e oggi dedito all'assistenza della compagna malata, mostra come il sostegno materiale e l'ascolto della Caritas offrano un aiuto fondamentale contro le difficoltà economiche e la fatica quotidiana

In Gallura, alla periferia di Calangianus, Maurizio è tornato da circa quattro anni, dopo una vita trascorsa a cercare fortuna altrove. A 72 anni, la sua esistenza somiglia a un mosaico complesso, i cui tasselli sono sparsi tra la Sardegna, Carrara, l'Inghilterra e la Scozia.

Tutto era cominciato quando era ancora un ragazzo inquieto. Suo padre immaginava per lui un futuro legato alla terra, ma Maurizio sentiva il bisogno di plasmare la materia e dare forma alle cose. «Mio padre avrebbe voluto che facessi il pastore, ma era un mestiere che non sentivo mio», ricorda ripensando a quel bivio decisivo. Scelse così di studiare per due anni a Carrara per imparare a lavorare e levigare il marmo. Il 1974 segnò l'anno del grande salto. Maurizio emigrò inizialmente in Inghilterra. Non conoscendo la lingua, lavorò all'inizio nei ristoranti italiani per sbarcare il lunario, frequentando poi le scuole serali per conseguire il livello 2 di inglese, che oggi legge, scrive e parla fluentemente. Durante quegli anni visse un'esperienza memorabile a Derby: sapendo che era un marmista qualificato, l'azienda gli propose di restaurare un antico mosaico destinato al museo locale. Si offrì così volontario e se ne occupò personalmente, unendo la precisione del suo mestiere alla storia del luogo.

In seguito si trasferì a Nottingham e poi in Scozia, dove il costo della vita era più accessibile. Lì avviò un allevamento di piante che gli garantì uno stipendio fisso. In Scozia creò una famiglia ed ebbe cinque figli: tre femmine e due maschi. Gli anni trascorsero rapidi, finché non lasciò l'attività a uno dei figli, che oggi insegna quel mestiere in Polonia. Ma dopo la separazione dalla moglie e la scomparsa della madre, avvenuta quattro anni fa, Maurizio ha deciso di rientrare. «Essendo i miei figli ormai autonomi e dopo essermi separato dalla mia ex moglie, ho pensato di rientrare in Sardegna per trascorrervi la pensione». Tuttavia, il ritorno non fu facile.

Con la premura di un padre, ha impiegato i propri risparmi per aiutare i figli, ritrovandosi in seria difficoltà. «Purtroppo, le cose non sono andate esattamente come speravo - dichiara Maurizio. Ho impiegato gran parte dei miei risparmi per aiutare i miei figli e questo mi ha messo in forte difficoltà economica». È da queste fragilità che è nato il contatto con la Caritas diocesana di Tempio-Ampurias; ma



La cura delle piante: passione e lavoro per Maurizio

è da quella ferita che comincia a passare uno spiraglio di luce: «In quel momento avevo bisogno di un aiuto concreto - afferma Maurizio - perché facevo fatica a sostenere alcune spese e non sapevo bene a chi rivolgermi. Ma, oltre all'aiuto materiale, sentivo anche il bisogno di parlare con qualcuno, di essere ascoltato e di non sentirmi solo nell'affrontare le mie difficoltà [...]. L'aiuto economico e materiale è stato importante - prosegue Maurizio -, ma forse ancora più importante è stato sentire di avere qualcuno vicino. A volte, quando si attraversa un periodo difficile, non si ha bisogno soltanto di qualcosa di concreto, ma anche di una persona che ti ascolti senza giudicarti. Alla Caritas ho trovato entrambe le cose: un aiuto pratico e soprattutto un'attenzione alla persona».

Oggi la sua quotidianità a Calangianus è legata a un profondo legame di amicizia e convivenza con una signora scozzese la cui salute è gravemente compromessa da due ictus e da una recente frattura a una gamba che la costringe a letto. Maurizio è diventato il suo pilastro ma il peso dell'assistenza ricade quasi del tutto su di lui. Nonostante la presenza di un'operatrice per tre ore al giorno per sei giorni alla settimana, e l'aiuto della madre della compagna per un'altra giornata, Maurizio si occupa di tutto il resto: cucinare, pulire e fare la spesa.

A gravare sul suo corpo vi sono anche i personali problemi di salute. Da circa dieci anni convive con un'ernia inguinale cronica, che comporta delle difficoltà nella sua premurosa cura della compagna. «La fatica fisica è molta e devo fare attenzione a non peggiorare le cose», confessa.

In questa dura quotidianità si sposta grazie a un'auto prestatagli da un amico, con l'assicurazione pagata dal figlio, in attesa che si sblocchino i sussidi e che giungano il sollevatore meccanico e una sedia a rotelle sostitutiva. Trova conforto attraverso i vicini e pochi amici onesti che passano per un caffè. «Il mio unico momento di sfogo è uscire a fare una passeggiata quando la pressione si fa troppo alta». Mentre cammina, il pensiero va ai giovani di oggi, costretti a partire come fece lui un tempo. «Oggi vedo ragazzi costretti a partire verso mete lontane come l'Australia perché qui mancano le opportunità di accesso al lavoro», osserva con rammarico. Ritiene ingiusto dover abbandonare la propria terra per necessità e propone un'idea concreta: «Si potrebbe creare una sorta di scuola dell'artigianato gestita dagli anziani». Immagina pensionati esperti in falegnameria o idraulica che insegnano le basi ai giovani, togliendoli dalle piazze e preservando competenze preziose.



Legami profondi di amicizia

Sul tavolo della casa in campagna, accanto alle tazzine del caffè, trova oggi spazio un vecchio computer portatile che apparteneva alla sua compagna. Per Maurizio, quel guscio di plastica e circuiti rappresenta una frontiera ancora da conquistare, l'ultimo fondamentale passo verso una completa autonomia. Riuscire a inviare una mail o compilare un modulo online gli eviterebbe i continui, faticosi viaggi in paese anche solo per stampare un foglio o spedire un documento.

La sua non è solo una necessità personale, ma una riflessione più ampia sul rapporto tra lo Stato e i cittadini, maturata in decenni trascorsi all'estero ad osservare sistemi in cui i servizi funzionano con maggiore fluidità. Ecco perché sogna un'Italia capace di valorizzare il proprio immenso capitale umano, che prenda esempio dai modelli organizzativi stranieri per creare spazi di aggregazione e strutture per i bambini e per i giovani. Perché in fondo, per un uomo che ha camminato tanto nel mondo, la vera forza di una nazione risiede nella coesione e nel rispetto profondo delle proprie radici.



La tecnologia: una frontiera da conquistare per gli anziani

**Contatti della Delegazione regionale**
Via Monsignor Parraguez 19, 09121 - Cagliari
Tel.: 070 9339029
E-mail: info@caritassardegna.it - caritassardegna@pec.caritassardegna.it
Sito della Delegazione: www.caritassardegna.it
Facebook: Caritas Sardegna / X: @caritassardegna / Instagram: Caritas Sardegna / Youtube: Caritas Sardegna

Caritas
**Delegazione regionale della Sardegna**

Vescovo delegato: S.E. Mons. Antonello Mura, Vescovo di Nuoro e Lanusei, presidente della Conferenza Episcopale Sarda
Delegato regionale: don Marco Statzu, direttore della Caritas diocesana di Ales-Terralba

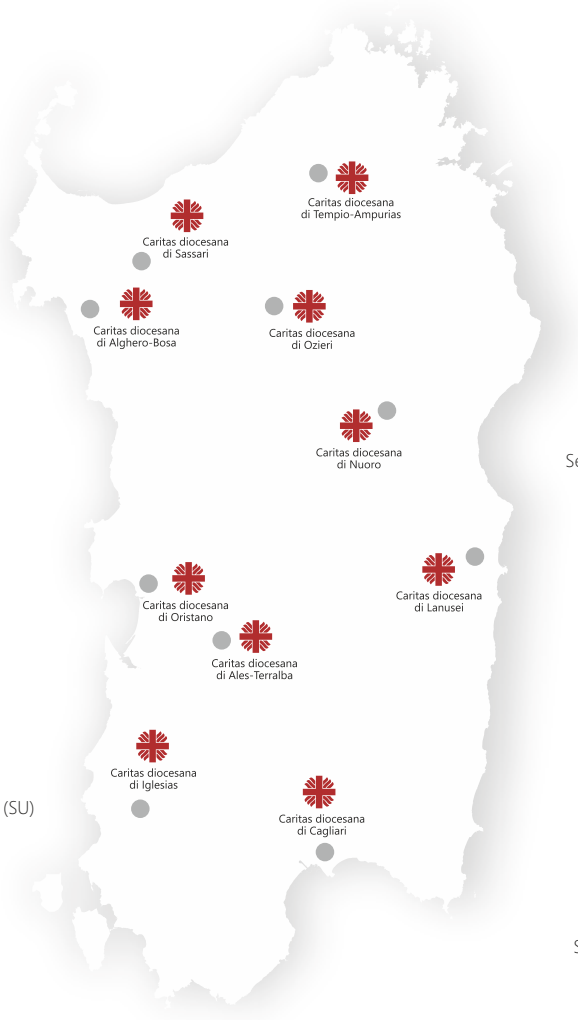
**Caritas diocesana di Sassari**
Sede legale: via Arcivescovado 19, 07100 Sassari
Cell. 388 4814013 - Segreteria: 079 4125110
E-mail: segreteria@caritasturritana.org
Pec caritasdiocesanasassari@pec.it
Sito Caritas diocesana: www.caritasturritana.org
Facebook: Caritas Diocesana Sassari
Instagram: caritasturritana
Direttore: Antonello Spanu

**Caritas diocesana di Alghero-Bosa**
Via XX Settembre 228/A, 07041 Alghero (SS)
Tel./Fax: 079 988068
E-mail: caritas.algherobosa@gmail.com
PEC: caritas.algherobosa@pec.it
Sito diocesano: www.diocesialghero-bosa.it
Facebook: Caritas Diocesana Alghero-Bosa
Direttore: Franco Deiana

**Caritas diocesana di Oristano**
Via Cagliari 183, 09170 Oristano
Tel.: 0783 70641
Cell.: 389 4792572
E-mail: info@caritasoristano.it
Sito Caritas diocesana: www.caritasoristano.it
Facebook: Caritas Diocesana Oristano
Instagram: caritas oristano
Direttore: don Maurizio Spanu

**Caritas diocesana di Ales-Terralba**
Via Regina Margherita 1, 09037 San Gavino Monreale (SU)
Tel.: 070 9339029
Cell.: 370 1539922
E-mail: caritasalesterralba@gmail.com
Sito Caritas diocesana: www.caritasalesterralba.it
Facebook: Caritas Ales-Terralba
Instagram: caritas_ales_terralba
Direttore: don Marco Statzu

**Caritas diocesana di Iglesias**
Piazza Municipio 10, 09016 Iglesias (SU)
(ingresso via della Decima)
Tel.: 0781 33999
Fax: 0781 255422
E-mail Direttrice: direttrice@caritasiglesias.it
E-mail Segreteria: segreteria@caritasiglesias.it
Sito Caritas diocesana: www.caritasiglesias.it
YouTube: @caritasiglesiasmedia
Facebook: Caritas diocesana di Iglesias
Instagram: caritas_iglesias
X: @caritasiglesias
Direttrice: Emanuela Frau




**Caritas diocesana di Tempio-Ampurias**
Viale don Sturzo 41, 07029 Tempio Pausania (OT)
Tel.: 079 631111
E-mail: segreteria@caritastempioampurias.it
Facebook: Caritas Diocesana di Tempio Ampurias
Instagram: caritasdiocesanatempioampurias
Sito Caritas diocesana: www.caritastempioampurias.it
Direttore: Domenico Ruzittu

**Caritas diocesana di Ozieri**
Via Azuni 6, 07014 Ozieri (SS)
Tel.: 079 7851115
E-mail: info@caritasozieri.it
Sito diocesano: www.diocesiozieri.it
Direttore: don Antonio Loi

**Caritas diocesana di Nuoro**
Sede legale: piazza S. Maria della Neve 1, 08100 Nuoro
Sede operativa: via Lamarmora 148, 08100 Nuoro
Tel.: 0784 32305
E-mail: caritasdinuoro@gmail.com
Sito diocesano: www.diocesidinuoro.it/caritas
Facebook: Caritas di Nuoro
Direttore: suor Pierina Careddu

**Caritas diocesana di Lanusei**
Sede Tortolì: via Mons. Virgilio 108, 08048 (NU)
Tel.: 0782 624741 / Cell. 379 2417203
Sede Lanusei: Viale Europa snc, 08045 (NU)
Tel.: 0782 40749 / Cell. 379 2417203
E-mail: caritaslanusei@tiscali.it
Sito Caritas diocesana: www.caritaslanusei.it
Facebook: Caritas Ogliastra
Direttore: Cristiana Boi

**Caritas diocesana di Cagliari**
Sede legale amministrativa presso Curia Arcivescovile,
Via mons. Cogoni 9, 09121 Cagliari
Tel./Fax: 070 52843238
E-mail: caritas@diocesidicagliari.it
Sito Caritas diocesana: www.caritascagliari.it
Facebook: Caritas diocesana di Cagliari
Instagram: Caritas diocesana di Cagliari
YouTube: caritas diocesana di cagliari
Direttore: don Marco Lai

Stampa: Tipografia CTE

DECIMA
GIORNATA MONDIALE
DEI POVERI 2026



# "Il Signore è il rifugio del povero" (cfr Sal 14,6)

*Messaggio del Santo Padre Leone XIV per la X Giornata Mondiale dei Poveri*

*(Estratto)*

*"(...) Vogliamo testimoniare che è possibile, anche oggi, sperimentare la medesima letizia nel mettersi nei panni dei poveri e nell'ascoltarli anziché soltanto parlare di loro.*

*Chi ha Dio per rifugio è libero di compiere scelte profetiche, che testimoniano come tutto possa essere ripensato dal basso, nell'umiltà e nella fraternità che, sole, riparano un mondo ferito dalla prepotenza".*