

#ANZIANI IN FORMA

| a cura di Pro Senectute |

Muoversi al buio sulle strade trafficate e sui passaggi pedonali, truffe telefoniche, scippi: alcuni consigli per la terza età.



Come sentirsi più sicuri

La mancanza di luce è fonte di pericolo nel traffico stradale o ai passaggi pedonali. L'Ufficio prevenzione infortuni (Upi) fornisce consigli utili a chi si sposta a piedi. All'imbrunire, di notte o in condizioni di cattiva visibilità è difficile notare qualcuno vestito di scuro. Quando fa buio, una persona con abiti incolori può essere vista solo da una distanza di 25 metri, mentre chi indossa abiti chiari o sgargianti può essere individuato già da 40 metri. Chi applica elementi rifrangenti addirittura da 140. Quindi, meglio indossare abiti chiari ed elementi rifrangenti; questi accorgimenti aumentano la nostra visibilità anche di giorno. Il tema della sicurezza va affrontato pure facendo riferimento alle truffe, che vedono spesso come vittime gli anziani. La truffa del falso nipote è forse la più comune: persone sconosciute contattano telefonicamente le potenziali vittime (conoscono quindi i dati anagrafici) spacciandosi per un nipote o altro parente che vive lontano. Una volta stabilito un legame con la vittima, della quale riescono a conquistare la

fiducia, i truffatori chiedono ingenti somme di denaro con i pretesti più vari. Succede che le vittime credano alle parole del falso parente a tal punto da fissare un incontro e farsi accompagnare al proprio istituto bancario per il prelievo di contanti. Per questo motivo, anche il personale addetto agli sportelli di banche o istituti di credito è sensibilizzato per individuare dinamiche sospette in caso di prelievi importanti. Spiegare perché le persone cascano in queste truffe è complesso. Da un lato il desiderio di aiutare un parente in difficoltà, il fatto che in questo frangente ci si può sentire utili e si pensa di aver preso contatto con qualcuno di cui non si conosceva l'esistenza. Questo presuppone quindi anche il desiderio di volersi sentire meno soli in una società, soprattutto nei grandi centri urbani, sempre più individualista e anonima. I consigli presenti sul sito della Polizia cantonale sono i seguenti: «*Prestare molta attenzione e diffidare delle improvvisate telefoniche. Non farsi mettere fretta nel prendere decisioni e valutare attentamente la situazione. Se*

vi sono dei sospetti chiamare subito la Polizia cantonale oppure chiedere informazioni a parenti e amici. Non bisogna farsi scrupoli a palesare dubbi sulla situazione con l'interlocutore e non si deve accettare che siano terze persone a ritirare il denaro».

Per concludere, due parole vanno spese sul rischio di essere scippati. Questo genere di furto è infatti quello che fa più vittime tra gli anziani, in particolare modo le signore. Il ladro, in questo caso, usa violenza fisica sottraendo alla vittima una borsa o qualcosa che ha in mano (cellulare o altro).

L'importante in questo caso è innanzitutto non opporre resistenza. Facendolo, si rischia un danno fisico di gran lunga superiore al valore delle cose di cui il ladro vuole impossessarsi. Cercando di trattenere la borsetta può infatti succedere di essere sbalottati e di cadere. Si consiglia anche di portare con sé il minimo necessario in contanti e di tenere borse e borsetta a tracolla ben chiuse e davanti al corpo. Tenere soldi, chiavi e cellulare nelle tasche della giacca, anziché nella borsetta, rappresenta inoltre un fattore di prevenzione. Occorre poi evitare luoghi poco illuminati e camminare preferibilmente su strade ben frequentate.

Indirizzi utili

Ufficio prevenzione infortuni: bfu.ch/it
Prevenzione Svizzera della criminalità: skppsc.ch
Polizia cantonale: 4.ti.ch/di/pol