



12 Giugno 2017



LE DONNE IN PENSIONE

di **Alessandra De Vita**

L'arrivo della pensione è un momento della vita che non passa mai indenne, per alcune persone è un momento di rinascita per altre una crisi.

E' una rinascita per chi finalmente ha il tempo per dedicarsi ai propri interessi, mentre è causa di depressione per chi si sente privato del proprio ruolo, soprattutto quando il lavoro ha rappresentato il fulcro della propria esistenza.

Negli anni in cui si lavora, capita spesso specie alle donne che sono abituate a districarsi tra casa e ufficio, di non vedere l'ora di andare in pensione per poter avere più tempo libero per se stesse. In realtà non è così semplice.

Svegliarsi la mattina e sapere di non avere orari, può essere piacevole da un lato ma destabilizzante da un altro. Essere abituate a fare sempre le stesse cose, può non fare avere le idee chiare riguardo a un nuovo interesse personale, un hobby e quindi, spesso accade che la televisione diventi il miglior compagno di avventura.

Un rischio soprattutto per gli uomini che in genere si occupano meno della casa e dei figli, e una volta finito il lavoro, non sanno più cosa fare.

La donna invece, dopo aver lavorato, deve pensare a cosa cucinare, alla spesa, alle faccende domestiche. E quando poi ci sono i nipoti non c'è tempo per sentirsi inutili.

Secondo delle recenti statistiche una buona percentuale di pensionati italiani, vorrebbe continuare a lavorare anche dopo la pensione.

Combinare pensione e part-time, permetterebbe a chi ha una competenza specifica di trovare delle consulenze, offrendo il bagaglio di esperienza ad altre aziende, ben felici di avere un servizio che non comporta l'assunzione.

Continuare a lavorare dopo la pensione, giova alla salute. E' quanto risulta da una ricerca fatta negli USA.

La possibilità di intraprendere nuovi percorsi è ampia e riguarda per esempio la scelta di ricominciare a studiare. Il numero di Università popolari per la terza età ha avuto un aumento esponenziale, circa 500 in Italia, a conferma della voglia di cultura degli Italiani sopra i cinquant'anni.

Molti di loro pur possedendo una cultura medio-alta, desiderano proseguire il cammino formativo. L'accessibilità alle Università popolari a prezzi vantaggiosi, offre la possibilità di stringere nuovi rapporti interpersonali.

Per chi non se la sente di intraprendere un percorso così impegnativo, ma vuole comunque mantenere impegnato il cervello, si hanno varie possibilità come dedicarsi a iniziative culturali, artistiche o puramente ludiche.

Non dimentichiamo che l'invecchiamento attivo non è solo lavoro.

Sono molti i pensionati e le pensionate impegnati nel volontariato, o che decidono di dedicarsi all'organizzazione di una serie di attività per persone in pensione.

Uscire dal mondo del lavoro, deve rappresentare sempre più un'opportunità per approfondire quegli interessi o passioni che non sono stati seguiti con assiduità durante il percorso lavorativo.

Nella nostra società, l'auspicio è che la cosiddetta terza età, rappresenti un momento di felicità in cui dopo aver lavorato tanto, ci si possa godere serenamente la vita!



**FEDERAZIONE
UGL
UNIONE GENERALE DEL LAVORO
PENSIONATI**

**Sei in pensione?
Non restare
a guardare!**

**Difendi con noi
il tuo diritto
ad una vita
migliore.**

**PER CONOSCERCI MEGLIO
LEGGI IL NOSTRO SITO INTERNET:**

www.uglpensionati.it