

Intervista PENSIONATO

Durata: circa 30 minuti

Introduzione

Ciao! Parto con il ringraziarti per il tempo che ci stai dedicando. Siamo un gruppo di studenti e studentesse del Politecnico di Milano e stiamo conducendo un progetto di ricerca sul benessere urbano. Il tuo contributo è per noi estremamente prezioso.

Prima di cominciare, ti informo che l'intervista sarà registrata, al fine di non perdere dettagli importanti. Naturalmente, tutti i dati saranno trattati nel rispetto della tua privacy e utilizzati solo per finalità legate al progetto in maniera anonima.

L'intervista durerà all'incirca 30 minuti.

C'è qualcosa che hai bisogno di chiedere prima di iniziare?

A posto così grazie

Domande Introduttive

Per prima cosa, raccontami un po' di te, qual è la tua età e la tua occupazione?

Sono pensionato, nel tempo libero mi piace camminare tanto che sto dietro ai miei nipoti, solo oggi di scale ho percorso 2600 passi, perciò la mia vita è sempre in movimento, mi piace stare in mezzo alla natura.

Quali sono i tuoi principali interessi e passioni?

sinceramente a me piace il traforo, quando posso vado giù e cerco di finire qualche lavoretto, nel fine settimana non riesco con i nipoti qui.

Come trascorri solitamente il tuo tempo libero? Quali sono le tue passioni?

Mi piace guardare sport, partite. Mi piace molto la politica ed è un argomento di cui si può parlare e discutere fuori, con gli altri. Quando sei in giro puoi approfittare di

chiacchierare di tutto ciò su cui ti informi. Cresci culturalmente quando scambi idee con persone che stanno all'esterno.

Sezione 1: Indagare su attività fisica e movimento dell'intervistato

Pratichi sport o attività fisica regolarmente? Quali sono i principali motivi che ti spronano? Quali sono, invece, quelli che ti ostacolano?

Sport non posso per la mia condizione medica, ho avuto un infarto, anche se mi è sempre piaciuto. Preferisco passeggiare, lo faccio sia per la salute fisica sia per stare in mezzo alle persone per scambiare qualche chiacchiera, si parla un po' di tutto: politica, sport, cronaca.

Porti dei dispositivi digitali con te quando esci di casa per passeggiare? Quali?

Cellulare il più delle volte in silenzioso perché non voglio rotture... metto il satellite giusto per vedere quanti chilometri faccio alla fine ma non mi interessa vedere quante calorie brucio perché se poi torno a casa e vedo un bicchiere di vino o un pezzo di salame o formaggio se bruci mille ne guadagno millecinque, non sono uno sportivo faccio una vita normale.

Molte persone ritengono che passeggiare sia un'attività noiosa e poco stimolante, che cosa ne pensi a riguardo?

No, non lo trovo vero. Il percorso non è sempre quello, si cambia. In base al numero di chilometri che vuoi fare, fai percorsi diversi e vai verso zone diverse. Non ci si annoia mai a camminare. Ogni volta si cambia anche argomento di cui discutere con i propri amici e la cosa si fa sempre diversa.

Bello diversificare la camminata, se la camminata è sempre la medesima diventa monotona.

Cosa preferisci fare quando sei a casa? Quali sono i principali motivi per cui preferisci

restare a casa anziché uscire?

Prima di tutto metto la famiglia, se ci sono i miei nipoti penso a loro, di solito rimango a casa per questo in più dipende dagli impegni e dai lavori

Come ti senti dal punto di vista emotivo quando passi molto tempo seduto o a casa?

Non riesco a capire le persone che stanno sempre a casa, è triste e poco stimolante.

Sezione 2: Indagare sull'interesse verso l'ambiente esterno

Quando sei in giro per un'altra città su quali aspetti ti concentri di più?

Sono interessato alla storia dei monumenti, mi piace l'arte. Grazie ai social posso anche leggere cose che mi interessano. Guardo solo quanto necessario, tendo a non perdere tempo con i dispositivi. Qualche volta ho fatto tour guidati e li ho anche trovati stimolanti. Preferisco comunque fare passeggiate nella natura. Non mi piace la città per smog, rumore. Milano proprio no, altre città come Como, Lecco meglio in quanto meno contaminate.

Conosci la storia e cultura della tua città?

sono 40 anni che sto qui e alcune cose le so, le ho imparate grazie alle commemorazioni storiche del mio paese, per il resto per i primi 20 la usavo solo come città dormitorio perchè lavoravo in provincia di Milano, poi lavorando qui ho imparato a conoscerla di più.

Ti interesserebbe saperne di più? Perché?

si quello sì, ogni tanto passo per il centro storico e penso "ah chissà com'era qui chissà chi viveva qui", anche se storicamente conosco qualcuno della famiglia Somaini mi sarebbe piaciuto essere in quel periodo e sentire le opinioni di questi personaggi storici.

Quali sensazioni provi quando passa del tempo in natura? Quali sono gli aspetti che preferisci?

mentre sono all'aria aperta mi sento in pace, mi libero della giornata normale, prendi questo prendi quell'altro, la mia sensazione è di relax.

Sei a conoscenza di percorsi naturalistici nella tua zona? Sono facilmente raggiungibili? Perché? Come li hai scoperti?

Vivo in questa città da tanti anni, ci sono tantissimi percorsi che io ho scoperto negli anni. Sono tutti qui vicino e in base alla distanza che si vuole ricoprire, ci sono diverse possibilità.

Sezione 3: Indagare su problemi sociali, emersi dal questionario e da interviste precedenti

Quando vai in giro nel tempo libero preferisci farlo da solo o in compagnia? Perché?

Molto spesso da solo perché stando dietro ai nipoti finisco per andare tardi rispetto al mio gruppo di passeggiate ma preferisco in compagnia senza ombra di dubbio, meglio visto le condizioni di oggi, ci sono gli animali in giro, è capitato di trovarci davanti un cinghiale, se siamo in 2 o 3 è meglio che essere da soli.

Cosa pensi riguardo le persone sedentarie che non praticano attività fisica per via del poco tempo libero?

La persona è dotata di volontà e decide come spendere il proprio tempo. Se la persona non ha voglia di camminare è un altro discorso. Il tempo libero non è un fattore limitante, il tempo libero lo devi trovare. Si ha un'opportunità di vivere incredibile e fuori di casa si sta benissimo. Tutto dipende dall'intelligenza umana.

Tutto dipende da come hai voglia di spendere tempo libero. Persone sedentarie possono usare il loro tempo libero per passeggiare.

Oggi molto tempo libero viene portato via dagli smartphone. Ci sono molti giovani che vedo sempre a contatto con questi dispositivi.