

# Pennichella, vacanza in crociera e giardinaggio: ecco i 40 indizi dell'arrivo della mezza età

L'età di mezzo si è spostata più in là e arriva intorno ai 53 anni. Al primo posto la frustrazione per le nuove tecnologie

La pennichella pomeridiana; non conoscere mezza-canzone-mezza di quelle nella top-10 né tantomeno il nome delle band musicali di oggi; lamentarsi per ogni cosa; preferire una serata con un gioco da tavolo ad un'uscita fuori; prenotare una crociera, meglio ancora se «child free»; essere ossessionati dal giardinaggio ed emettere sinistri scricchiolii ad ogni piegamento sono tutti, inequivocabili segni che si sta entrando nella mezza età. Che se prima scoccava al compimento dei 41 anni, adesso, grazie anche ad uno stile di vita più sano e ai progressi della medicina, è spostata più in là, diciamo almeno attorno ai 53, e più difficile da definire con certezza, al punto che l'84% della cosiddetta "Saga generation" (con questa espressione si intendono i nati alla fine della Seconda Guerra Mondiale) la considera più uno stato d'animo che una tappa miliare nella crescita: della serie, se cominci a pensare a te stesso come ad un vecchio, allora ti senti vecchio per forza di cose.

**IL SONDAGGIO** - Non a caso, quasi la metà dei 2mila over 50 britannici che hanno partecipato al sondaggio dell'azienda Benenden Health sostiene di non aver ancora sperimentato la mezz'età, mentre il 53% si dice addirittura convinto che non esista, pur elencando comunque 40 comportamenti che fanno subito agé, con al primo posto la frustrazione per le moderne diavolerie tecnologiche, seguita dall'incapacità di comprendere i discorsi dei ragazzi. «Per i britannici l'espressione mezz'età sta perdendo sempre più di significato – spiega alla stampa Paul Keenan, responsabile della comunicazione per la Benenden Health - e non indica più un traguardo numerico com'era in passato bensì uno stato mentale. Insomma, oggi più che mai non è l'età a determinare quanto si è vecchi, bensì i comportamenti che si assumono e vivere una vita piena e ricca di esperienze aiuta a sentirsi e mantenersi giovane anche una volta superati i 50 anni». C

**L'ELENCO** - Carta d'identità a parte, se volete capire quanto davvero vicini siete alla fatidica soglia, ecco qui l'elenco di mezz'età (riportato dal [Daily Express](#) da spulciare voce per voce:

- 1-non riuscire a stare al passo con la tecnologia
- 2-non capire di che cosa parlino i ragazzi
- 3-sentirsi rigidi
- 4-aver bisogno del riposino pomeridiano
- 5-sentire le ossa scricchiolare quando ci si abbassa
- 6-non ricordare il nome dei gruppi musicali moderni
- 7-parlare in prevalenza dei propri acciacchi
- 8-detestare i pub rumorosi
- 9-avere più peli nel naso o nelle orecchie
- 10-pensare che poliziotti, dottori e insegnanti sembrano davvero tanto giovani

- 11-preferire una serata con un gioco da tavolo ad un'uscita in città
- 12-non conoscere nessuna delle canzoni nella top-10 dei singoli
- 13-scegliere vestiti e scarpe perché sono comode anziché di moda
- 14-prendere un thermos di tè per una giornata fuori casa
- 15-fare giardinaggio o dar da mangiare agli uccelli in modo ossessivo
- 16-pensare che non ci sia nulla di male nell'indossare una giacca a vento
- 17-dimenticare i nomi delle persone
- 18-prenotare una crociera
- 19- mettere al posto sbagliato bicchieri, borse, chiavi della macchina e via dicendo
- 20-lamentarsi della spazzatura che si vede in tv di questi tempi
- 21- anelare una tazza di tè
- 22-ricevere delle babbucce da notte per Natale ed esserne realmente contenti
- 23-avere un crescente interesse per lo show The Antiques Road
- 24-cominciare a lamentarsi per un numero sempre maggiore di cose
- 25-ascoltare The Archers (una soap radiofonica)
- 26-passare da Radio 1 a Radio 2
- 27-unirsi al National Trust
- 28-essere rimproverato per opinioni politicamente scorrette
- 29-vendere l'auto di famiglia per qualcosa di più sportivo
- 30-non riuscire più a perdere 3 kg in due giorni
- 31-rimanere scioccati da quanto siano spinti i video musicali di oggi
- 32-avere un forte interesse per il giardino
- 33-comprare delle caramelle per i viaggi in auto
- 34-pensare di andare in vacanza su una nave da crociera "child free"
- 35-conoscere il proprio limite alcolico
- 36-riciclare in maniera ossessiva e conoscere le date della raccolta differenziata della spazzatura
- 37-avere sempre con sé un pacchetto di salviettine di tessuto
- 38-addormentarsi dopo un bicchiere di vino
- 39-spendere di più per creme viso e prodotti anti-età
- 40-preferire camminare anziché poltrire a letto la domenica

**28 agosto 2013**