



terza età

RIVISTA PERIODICA ATTE - ASSOCIAZIONE TICINESE TERZA ETÀ

Diventa anche tu socio dell'ATTE!



Vai sul sito
www.atte.ch



ASSOCIAZIONE TICINESE TERZA ETÀ
Segretariato cantonale
Piazza Nussetto 4
Casella Postale 1041
6501 Bellinzona
Telefono 091 850 05 50
atte@atte.ch

Chi ci sta rubando i giorni della merla?

Invernale o non invernale? Scegliere la copertina del primo numero dell'anno, con i tempi che corrono, può sollevare qualche amletico dubbio perché, diciamolo, il rischio che a inizio febbraio – quando terzaetà sarà nelle case – fuori splenda un sole che spacca i sassi è davvero alto. Di fronte poi a una Befana che si è portata via le feste cavalcando un favonio che ci ha regalato temperature quasi primaverili, si capisce che quel dilemma si fa ancora più marcato.

Non è, tuttavia, una novità. Da anni, infatti, il tempo fa le bizze, tanto che i famosi "giorni della merla" rischiano di restare i più freddi dell'anno solo nei nostri ricordi. Una situazione che indubbiamente preoccupa, risultato di un cambiamento climatico che fa registrare anomalie e record meteorologici in tutto il mondo, Svizzera compresa. Val la pena darci un'occhio. Tra i 10 eventi che, secondo MeteoSvizzera, hanno contraddistinto il 2018, troviamo in ultima posizione anche il Ticino dove, nell'anno appena lasciatoci alle spalle, è stato registrato il nuovo record nazionale di caldo per ottobre. A sud delle Alpi, infatti, il 24 di quel mese abbiamo avuto la prima giornata tropicale mai misurata in Svizzera, con la colonnina di mercurio che è salita oltre i 30 gradi. «Il valore tropicale (30 gradi o superiore) più tardivo dell'anno mai osservato in Svizzera fino al 2018 era stato misurato il 25 settembre 1983 a Magadino con 31.9 gradi. – si legge infatti sul loro sito – Questo nuovo record spinge avanti di 29 giorni la data della giornata tropicale più tardiva; decisamente considerevole».

Gli eventi meteorologici che precedono il record ticinese nella classifica stilata da MeteoSvizzera vedono protagonisti altri giorni o periodi eccezionali nei quali, vento, neve o pioggia hanno fatto registrare, in varie parti della Svizzera, altri primati. Sono dati, inutile dirlo, che invitano a riflettere. È vero, come sottolineano i nostri esperti

sempre sul sito www.meteosvizzera.ch: «I cambiamenti del clima si sono verificati sulla Terra anche prima della presenza dell'uomo. Diversi fattori vi hanno contribuito: cambiamento dell'attività solare, eruzioni vulcaniche e altri fattori naturali.» Se continuiamo a leggere però, l'altro aspetto che emerge suona una musica ben diversa: «L'accresciuta emissione di gas a effetto serra è invece il maggiore responsabile del rialzo della temperatura media globale avvenuto negli ultimi 50-60 anni. Con i soli fattori naturali – visti nell'ottica della storia della Terra – non si riesce a spiegare un riscaldamento così veloce come quello verificatosi nel XX secolo.»

Insomma, se oggi la temperatura della terra è sensibilmente più calda, in gran misura è da ricondurre all'attività umana per cui, volenti o no-lenti, la causa delle bizze del tempo siamo proprio noi. Certo, possiamo continuare a credere che tutto questo non sia vero e che, in fondo, non sono i singoli individui a poter salvare il pianeta; oppure possiamo cambiare atteggiamento e, con spirito un po' più ottimista e pro-attivo, fare nostre quelle linee guida che invece potrebbero davvero fare la differenza. Quali sono? *Abbassare* (la temperatura in casa, anche solo un grado in meno basta per ridurre l'impatto del nostro riscaldamento sull'ambiente), *spegnere* (la luce quando si lascia una stanza o gli apparecchi audio e video che lasciamo invece accesi nella modalità standby), *riciclare* (bottiglie, carta, pet, anche i sacchetti di plastica, meglio ancora se sostituiti con un borsa per la spesa) e *camminare* (se possiamo, lasciamo l'auto a casa e andiamo a piedi). Sono quattro semplici azioni, quattro buoni propositi per l'anno nuovo facili da perseguire che, di sicuro, male non faranno, anzi.

Laura Mella

editoriale

Manifestazioni cantonali ATTE 2019

Mercoledì 10 aprile:

Torneo di scopa,
Sezione Biasca e Valli

Mercoledì 25 settembre:

Torneo di bocce,
Centro diurno Caslaccio

Mercoledì 23 ottobre:

Torneo di scacchi,
Centro diurno Bellinzona

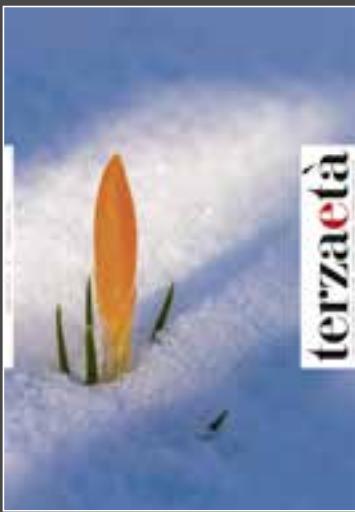
Venerdì 8 novembre:

Cori,
Mendrisio

Venerdì 29 novembre:

Torneo di burraco,
Centro diurno Lugano





terzaetà

Rivista periodica ATTE

Associazione Ticinese Terza Età
Anno XXXVII - N. 1 - Febbraio 2019
Tiratura: 13'000 copie

Responsabile

Laura Mella

Hanno collaborato a questo numero

Roberta Bettosini, Veronica Trevisan, Franco Celio, Maria Grazia Buletti, Piero Martinoli, Elena Cereghetti, Giampaolo Cereghetti, Loris Fedele, Claudio Guarda, Lorenza Hofmann, Ilario Lodi, Mariella Delfanti, Rut Toenz, Aurelio Crivelli, Céline Coderey, Raffaella Brignoni, Stelio Righenzi, Marisa Marzelli, Adriana Rigamonti, Silvano Marioni, Achille Ranzi, Maura Kaepeli.

Corrispondenti dalle sezioni

Aldo Albisetti, Trudy Spinedi, Enrica Ottolini, Germano Carbognani, Bianca, Marco Montemari, Sergio Garzoni, Rosangela Ravelli, Mara Lafranchi, Daniela Stampanoni, Vera Rizzello.

Comitato cantonale ATTE

Giampaolo Cereghetti (presidente), Vincenzo Nembrini (vicepresidente), Aldo Albisetti, Lucio Barro, Remo Caldelari, Emanuela Epiney-Colombo, Giancarlo Lafranchi, Carlo Maggini, Silvano Marioni, Marisa Marzelli, Marco Montemari, Angelo Pagliarini, Achille Ranzi, Adelfio Romanenghi, Elio Venturelli. Presidenti onorari: Pietro Martinelli, Agnese Balestra-Bianchi.

Segretario generale ATTE

Gian Luca Casella

Redazione terzaetà

c/o Segretariato ATTE
Telefono 091 850 05 52/54
www.atte.ch; redazione@atte.ch

Segretariato ATTE

Piazza Nisetto 4
Casella postale 1041
6501 Bellinzona
Telefono 091 850 05 50
www.atte.ch; atte@atte.ch

Impaginazione

Redazione e Salvioni arti grafiche SA

Stampa

Salvioni arti grafiche SA
Via Ghiringhelli 9, 6500 Bellinzona
info@salvioni.ch

6



PREMIO GHISLETTA

"Abitare l'invecchiamento" tra obiettivi e sfide di oggi si delinea l'edizione 2019 del Premio Federico Ghisletta.

20



SCIENZA

Occhi puntati al cielo per scrutare i misteri dell'Universo.

26



TEMPO LIBERO

Quando la pensione ti porta a viaggiare in giro per il mondo.

Quegli interessi
per i quali non avete
mai avuto tempo?
No problem! Ci sono
i Corsi UNIB

12



SALUTE

Fare a maglia, un'attività manuale utile alla memoria.

30



TEATRO

Sulla scena del *Premio Europa per il Teatro* di San Pietroburgo.

16



STORIA

Il suffragio femminile in Ticino, le tappe di una conquista.

18



TRADIZIONI

Novità e iniziative al Museo della Civiltà di Stabio.

34



MUSICA

Tra concerti e lezioni dell'UNI3, si consolida la bella collaborazione dell'ATTE con l'Orchestra della Svizzera italiana (OSI).

VITA DELL'ATTE

46 VOLONTARIATO

48 GUARDANDO INSIEME

52 SEZIONI E GRUPPI

56 PROGRAMMA

RUBRICHE

13 ECHI DAL PASSATO

25 TV DA NAVIGARE

29 VISTI DAI NIPOTI

33 SWITZERLAND

41 PROTAGONISTI

COLLABORAZIONI

42 PRO SENECTUTE

44 ATIDU

Viaggiare sulle ali dell'ATTE Austria

Alla scoperta delle abbazie barocche
con il Prof. Mirto Genini

15-23 giugno 2019

Trovate il programma completo sul nostro
inserto Viaggi o sul sito:
www.atte.ch

“Abitare l'invecchiamento”

Giampaolo Cereghetti, presidente dell'ATTE e della Fondazione Ghisletta

“Abitare l'invecchiamento” è il titolo di un volume curato da Rosita Deluigi, ricercatrice che si occupa di pedagogia generale e sociale (*Abitare l'invecchiamento. Itinerari pedagogici tra cura e progetto*, Milano, Mondadori Università, 2014). Nel libro – corredata da un'ampia raccolta di schede bibliografiche, che suggeriscono possibili letture di approfondimento sui temi man mano affrontati – si esaminano inizialmente alcune questioni divenute centrali in seguito al forte invecchiamento della popolazione europea: “I processi d'invecchiamento e le identità anziane”; “I ruoli degli anziani e la dimensione sociale”; “Gli sviluppi e le sfide dell'*Invecchiamento attivo*”. Gli ultimi capitoli sono dedicati al tema della *cura* e del *prendersi cura* degli anziani rispetto a una problematica che i dati statistici rendono emergente: quella dell'*abitare da anziani*, cioè della condizione di alloggio – e quindi di vita – tra *residenzialità* (leggi: essere ospiti di una casa per anziani) e *domiciliarità* (leggi: abitare in totale, o almeno parziale, autonomia).

La “residenzialità”

Sulla perdita progressiva di autonomia che può preludere all'ingresso in una residenza per anziani, la studiosa evidenzia aspetti che è importante considerare: «L'anziano si confronta direttamente con un limite che lo trasforma e che lo mette in una posizione di bisogno, di richiesta, di necessità. È una posizione scomoda e talora drammatica soprattutto per chi ha goduto nel tempo di indipendenza e si è costruito luoghi e spazi di decisionalità e di scelta personali. [...] L'immagine di sé viene messa duramente alla

prova quando l'anziano perde le proprie autonomie e può andare incontro a un ingresso in residenza che istituzionalizza anche la persona tracciandone un profilo asettico, che lo allontana dal mondo delle relazioni familiari e lo introduce nel mondo delle relazioni per necessità. I ritmi di vita non sono più quelli personali ma piuttosto quelli di una collettività che funziona in modo omogeneo [...].» La gestione tendenzialmente lineare delle prestazioni garantite nelle residenze non lascia molto spazio alla costruzione di “servizi con gli anziani” o “degli anziani”: «[...] gli ospiti vedono la loro autonomia ridotta dalle regole, dalla routine assistenziale e del bisogno di aiuto». Ecco quindi la necessità di predisporre per loro spazi accoglienti, inclusivi, attenti ai bisogni e alle possibilità del singolo, in grado «di promuovere dinamiche di convivenza e non solo di tolleranza, capaci di veicolare l'assistenza necessaria con gesti di cura centrati sulla persona».

Ma molto importante, per evitare l'isolamento degli anziani non più autonomi, è l'attenzione da portare alle relazioni e alle possibili sinergie tra casa di riposo e territorio, cioè tra chi è “residente” e il contesto sociale di prossimità, che non dovrebbe risultare del tutto “esterno” (o, peggio, “estraneo”), ma di cui l'anziano è importante continuò a sentirsi parte. Così annota Deluigi: «Spostando l'asse della riflessione dell'intervento dall'aspetto medico, pur importante e necessario, a quello della vita piena, degna di essere vissuta, diventa possibile riorganizzare servizi già esistenti e progettarne di nuovi più disponibili agli aspetti relazionali. È necessario promuovere una visione dell'invecchiamento legato



al mondo della vita, della speranza e della possibilità e non come parte terminale del percorso umano, posto al capolinea dell'esistenza».

Ci si potrebbe ora chiedere quale sia la situazione nella nostra realtà. Nonostante sulla stampa siano talvolta apparse notizie anche preoccupanti sul funzionamento di qualcuna delle molte case per anziani presenti in Ticino, l'impressione di chi scrive è che negli ultimi anni si siano fatti dei progressi – mettendo in campo una nuova sensibilità, mutando strategie e approcci ai problemi – con l'obiettivo di offrire agli ospiti delle case per anziani delle condizioni di vita adeguate, in grado di proteggere la loro fragilità e nel contempo di evitare le forme più perniciose di separazione (o ghettizzazione) rispetto al contesto sociale. Così esistono strutture, tanto più se collocate in zone centrali dell'abitato, che – oltre alla promozione di varie attività per stimolare l'interesse partecipe degli anziani – ospitano al loro interno servizi di cui può beneficiare anche la popolazione locale (bar, ristoranti, negozi aperti al pubblico; in qualche caso si registra addirittura una vivace condizione di spazi con sezioni di scuola dell'infanzia). La direzione sembrerebbe dunque essere nel complesso quella giusta e v'è da augurarsi che le autorità preposte alla vigilanza non frenino simili sperimentazioni in nome di una visione gestionale di tipo più "ospedaliero". Occorrerebbe in ogni caso perseverare nella ricerca di dinamiche positive nell'inserimento delle residenze nel contesto territoriale, sia che si tratti di nuove costruzioni da concepire sia che si faccia capo a ristrutturazioni di stabili esistenti.

La "domiciliarità"

La seconda parte del volume è dedicata alla "domiciliarità anziana", rispetto alla quale – si sottolinea – è necessario che in primo luogo si attivino le reti familiari. Di fronte all'invecchiamento e alla progressiva condizione di fragilità della persona anziana, si generano infatti situazioni che possono addirittura sovvertire gli equilibri relazionali tra parenti e quasi rovesciare i rapporti tra le generazioni. La famiglia finisce perciò inevitabilmente per essere molto coinvolta e sollecitata a cercare risposte per sostenere l'anziano. Basti un accenno al fenomeno dai risvolti complessi della presenza crescente, anche nella realtà ticinese, di nuove figure professionali, come quella dei cosiddetti careworkers, cioè degli assistenti familiari o delle "badanti".

È d'altro canto ovvio (e ciò si registra in Ticino con tassi percentuali superiori rispetto al resto della Svizzera) che la grande maggioranza degli anziani preferisca restare il più a lungo possibile presso il proprio domicilio. Questa è ormai una scelta consolidata, sostenuta dal Partenariato europeo per l'innovazione sull'invecchiamento attivo e in buona salute (EIPAHA) quale soluzione atta a favorire uno stile di vita attivo e indipendente. L'unica soluzione, potremmo aggiungere, in grado di contenere e forse di rendere più efficiaci le spese nei settori sanitari e sociali.



La casa è il luogo in cui ciascuno si definisce, uno "spazio fisico identitario", un posto sicuro in cui potersi muovere liberamente, che ci appartiene e a cui si appartiene. Promuovere la "domiciliarità" non significa tuttavia solo garantire il diritto di restare a casa propria, ma «estendendo il concetto [...], è possibile ampliare il ragionamento ai contesti locali, ai territori, ai quartieri di residenza degli anziani, che fanno parte della vita quotidiana di ogni persona e che possono diventare luoghi di sostegno [...] che consentono all'anziano di rimanere al proprio domicilio». Ecco perché ha senso promuovere una cultura dei servizi alla persona in grado d'intrecciare i processi individuali d'invecchiamento con la vita della comunità locale. Per favorire il passaggio "da un approccio gerontologico a un approccio comunitario", l'accento andrebbe quindi posto sulla necessità di "dare cittadi-nanza ai processi di invecchiamento", promuovendo per gli anziani una vita attiva, sana e in autonomia mediante scelte politiche che favoriscano lo sviluppo di progetti abitativi a carattere intergenerazionale, in spazi urbani age-friendly (favorevoli all'invecchiamento) e connotati dalla molteplicità e dalla compresenza delle differenze, non solo di età.

Nei paesi del Nord d'Europa si è sviluppata la pratica del cosiddetto *social housing*, che mira a preservare l'indipendenza degli anziani a domicilio nel contesto di una "familiarità sociale", cioè dentro un tessuto di legami (reti di relazioni) che ne sostengono le fragilità. Si tratta di un orientamento politico che, implicando un significativo cambio di mentalità, punta allo sviluppo di comunità solidali che praticano nuove forme del "co-esistere" e del "co-abitare".

Da una decina di anni nel Canton Vaud, per iniziativa della locale Pro Senectute, è in atto l'esperienza dei "Quartiers solidaires", il cui obiettivo può essere così riassunto: permettere agli abitanti di ridiventare protagonisti del proprio quartiere e alle persone anziane di trovarvi il sostegno e la compagnia dei vicini di casa. Progetti analoghi sono stati sviluppati anche in Italia, su iniziativa di Caritas.

Molto importante, per evitare l'isolamento degli anziani non più autonomi, è l'attenzione da portare alle relazioni e alle possibili sinergie tra casa di riposo e territorio, cioè tra chi è "residente" e il contesto sociale di prossimità, che non dovrebbe risultare del tutto "esterno" (o, peggio, "estraneo"), ma di cui l'anziano è importante continuare a sentirsi parte.

Sopra un momento di convivialità a Prilly, nel Canton Vaud, dove da diversi anni ha preso piede l'iniziativa "Quartier solidaires". Più informazioni su: www.quartiers-solidaires.ch.

Per favorire il passaggio “da un approccio gerontologico a un approccio comunitario”, l’accento andrebbe posto sulla necessità di “dare cittadinanza ai processi di invecchiamento”, promuovendo per gli anziani una vita attiva, sana e in autonomia mediante scelte politiche che favoriscano lo sviluppo di progetti abitativi a carattere intergenerazionale, in spazi urbani age-friendly (favorevoli all’invecchiamento) e connotati dalla molteplicità e dalla compresenza delle differenze, non solo di età



In tempi recenti, in alcune località del Cantone Ticino si è assistito al proliferare d'iniziative private che hanno promosso l'edificazione di centri residenziali appositamente concepiti per le persone anziane, sovente con la presenza di un "custode sociale", una figura professionale relativamente nuova. Ma il successo di tali progetti non pare abbia del tutto corrisposto alle attese. Per spiegare il fenomeno, bisognerebbe forse chiamare in causa anche fattori culturali, che determinano una certa reticenza degli anziani ticinesi a lasciare la propria abitazione (ancorché magari priva di determinate comodità), ma potrebbe avere un certo rilievo anche la questione dei costi d'affitto, non necessariamente alla portata di tutti.

L'edizione 2019 del Premio Federico Ghisletta “Abitare bene a tutte le età”

Data l'importanza emergente, anche l'ATTE si è chinata sul tema dell'abitare, non limitando peraltro la riflessione alla sola categoria degli anziani. D'intesa con l'Associazione Generazioni&Senergie (G&S <https://generazioni-senergie.ch/>) e con l'apporto sostanziale della Fondazione Federico Ghisletta (FFG), che si è fatta carico di tutti gli oneri finanziari, ha promosso due edizioni (2014 e 2106) del “Premio Federico Ghisletta Abitare bene a tutte le età”, col quale si è inteso segnalare la realizzazione di abitazioni in grado di ben interpretare obiettivi di qualità e di sensibilità sociale, con attenzione all'aspetto intergenerazionale. Nel 2014 il Premio è stato attribuito ex-aequo al “Laboratorio Sperimentale Morenal” di Monte Carasso e al progetto “Recto-Verso” della Cassa pensioni Città di Lugano. Nel 2016 è risultato vincitore il progetto “Masseria Cuntitt” promosso dal Comune di Castel San Pietro. La FFG e G&S hanno deciso di proporre per il 2019 un terzo e ultimo “Premio Abitare bene a tutte le età”, con l'intento – questa volta – di

porre maggiormente l'accento sulle reali esigenze della popolazione ticinese (anziana e più giovane) e sul territorio (per un utilizzo ottimale del parco immobiliare esistente). I Comuni – in quanto attori imprescindibili nella gestione territoriale e delle politiche abitative – sono stati i destinatari di una lettera che, nel corso del mese di ottobre 2018, ha in qualche modo lanciato l'iniziativa, con la quale si spera di far emergere realtà e prospettive che propongano nuovi e interessanti modelli di convivenza abitativa.

Il censimento di una cinquantina di progetti abitativi condotto da G&S durante il 2018 ha confermato come la maggior parte seguia il modello delle case per cosiddetti “anziani ancora autosufficienti”, che – pur offrendo una serie di servizi “dedicati” – tendono tuttavia a “ghettizzare” i loro abitanti, isolandoli dalle altre generazioni e così limitando gli aspetti relazionali, ritenuti invece determinanti in una visione corretta dell'*abitare bene*. Parecchi di questi progetti, come si diceva poc'anzi, non sembrano aver riscontrato un successo significativo, in un mercato dell'edilizia ormai da tempo saturo. Basti considerare che in Ticino, nel giugno 2018 e per la prima volta da 15 anni, le abitazioni sfitte hanno superato la quota del 2% (4'826 alloggi vuoti) e che si è registrata parallelamente, dopo un secolo di tendenza inversa, una diminuzione della popolazione residente. Si tratta di segnali che lasciano presagire in prospettiva una crisi del settore edilizio e richiedono che il problema dell'alloggio venga riconsiderato, tenendo fra l'altro presente l'invecchiamento del parco immobiliare, bisognoso d'interventi (il 45% degli immobili risale a prima del 1960).

Rispetto alle edizioni precedenti del Premio, per tener conto della situazione descritta, il Concorso 2019 – chiamando principalmente in causa i Comuni, ma non solo – si fonda su indicazioni e principi che definiscono gli obiettivi di fondo perseguiti: sviluppo di progetti in nuclei abitativi che favoriscano la costruzione di un tessuto sociale e una dinamica di comunità (con una gestione ottimale del mix generazionale sia sul piano architettonico che della pianificazione di quartiere); soluzioni non studiate solo per gli anziani, ma pure per giovani famiglie, in modo che l'aspetto intergenerazionale rappresenti per tutti una ricchezza; realtà abitativa non di alto standing, che permettano – a condizioni economiche sostenibili – l'insediamento di persone e di nuclei familiari meno agiati; non necessariamente nuove costruzioni, ma piuttosto ristrutturazioni e recupero di edifici esistenti, magari vetusti o a rischio di abbandono.

L'apertura formale del concorso è prevista per inizio 2019. I progetti presentati verranno valutati da una Giuria di persone competenti e i premi consegnati in occasione della “Giornata cantonale della persona anziana”, organizzata dall'ATTE a Locarno l'11 ottobre 2019.



ATTE - Associazione
Ticinese Terza Età



Ma cosa si può fare con Facebook?

di Silvano Marioni

Facebook è oggi il Social Network più diffuso nel mondo. Usato da più di due miliardi di persone, è utilizzabile gratuitamente su Internet tramite un computer, un tablet o uno smartphone.

Il nome Facebook deriva dalla consuetudine di utilizzo del "Libro delle facce", un elenco con nomi e foto, che alcune università statunitensi distribuiscono all'inizio dell'anno accademico per favorire la conoscenza tra gli studenti.

Creato nel 2004 da Mark Zuckerberg con alcuni amici esclusivamente per gli studenti dell'Università di Harvard, dal 2006 venne aperto a tutte le persone con almeno 13 anni di età. Da allora vi è stata una crescita continua di utenti in tutte le nazioni fino a diventare il sito più visitato al mondo dopo Google.

Ma che cosa è un Social Network? È una specie di piazza virtuale dove è possibile stabilire contatti con persone che si conoscono, vecchi amici, compagni di scuola, colleghi e parenti, ma anche allacciare nuove relazioni con persone sconosciute, con cui scambiarsi messaggi, commenti, foto, filmati, condividere notizie interessanti trovate sul web e avviare discussioni.

Nello specifico Facebook prevede due tipi di servizi: il profilo personale e la pagina pubblica.

Il profilo personale è quello che viene utilizzato dalla maggior parte delle persone quando si iscrivono a Facebook. Deve essere utilizzato solo per scopi privati e senza fini di lucro e permette di pubblicare messaggi e commenti e creare dei collegamenti con altre persone.

La pagina pubblica è un servizio dedicato a chi svolge attività rivolte al pubblico. Può essere usata da aziende, associazioni, istituzioni, gruppi, personaggi pubblici, politici, artisti, ecc. per promuovere attività di tipo promozionale o commerciale ma anche di volontariato o di utilità sociale. Per capire meglio come funziona Facebook esaminiamo le sue dinamiche di comunicazione.

È possibile stabilire collegamenti tra due profili personali o tra un profilo personale e una pagina pubblica. La relazione forse più conosciuta tra due profili personali è l'amicizia. Al di là del termine che non ha niente a che vedere con il vero

significato della parola, la richiesta di amicizia permette di stabilire un collegamento tra i due profili in modo che tutto quello che viene pubblicato da una persona (in gergo i post) viene vista dall'altra e viceversa. Per chiedere l'amicizia è sufficiente cercare il profilo della persona e premere il pulsante "Aggiungi agli amici". A questo punto la persona che riceve la richiesta di amicizia può decidere di accordarla o di negarla.

Quando si pubblica un post questo diventa visibile a tutti gli amici (e in alcuni casi agli amici degli amici). Questi amici possono fare commenti che vengono resi visibili a tutto il gruppo rendendo Facebook uno strumento di comunicazione immediato ed efficace per lo scambio di informazioni.

Il collegamento tra un profilo personale e una pagina pubblica permette a una persona di vedere tutto quello che viene pubblicato sulla pagina senza dover mostrare i post del suo profilo. Per seguire una pagina pubblica è sufficiente premere i pulsanti "Mi piace" oppure "Segui" e da quel momento sarà possibile restare aggiornati su tutti i post che verranno pubblicati sulla pagina e inoltre la persona sarà in grado di contribuire con i propri commenti.

Facebook permette quindi di creare una rete di amici e di seguire aziende, associazioni o gruppi con delle modalità di comunicazione impensabili fino ad ora, partecipando e contribuendo in prima persona nella diffusione di informazioni, commenti, immagini e filmati.

ATTE ha deciso di essere presente su Facebook con una pagina pubblica che fornisce informazioni e suggerimenti utili per il mondo degli anziani, con lo scopo di favorire un nuovo canale di comunicazione con i soci e di promuovere l'Associazione presso i "giovani anziani", oggi ormai avvezzi alle nuove tecnologie.

È possibile consultare la pagina ATTE (www.facebook.com/associazioneATTE), anche senza essere iscritti a Facebook. Per maggiori informazioni sull'utilizzo della pagina Facebook di ATTE basta consultare l'indirizzo: bit.ly/2LuliSM.

attualità ATTE

NOVO

IL telesoccorso digitale

- funziona in modo assolutamente affidabile con qualsiasi connessione telefonica
- offre un'eccellente qualità audio
- è facile da usare e facile da capire
- offre una gamma completa di accessori
- incorpora tecnologia all'avanguardia da fornitori affermati

Sostenibile con 4G!



**Vivere in semplicità
la tua sicurezza.**



NEAT GmbH

Huswisenstrasse 6 • CH 8426 Lufingen
www.eneat.ch

Telefono informazioni: +41(0)33 335.73.71

Il piacere di abitare a casa in tutta sicurezza

Sicurezza, familiarità, casa. Niente può sostituire la straordinaria sensazione di tranquillità e di benessere che si prova al proprio domicilio, per questo molte persone che vivono sole non vogliono rinunciare al proprio piacere di essere circondati dalle proprie cose, nemmeno nella terza età. Perché questo possa accadere, un ruolo importante lo gioca il senso di sicurezza, una sensazione per la quale è necessario potersi affidare ad un aiuto rapido e tempestivo in caso di necessità.

Il telesoccorso garantisce da diversi anni questo servizio. Il suo funzionamento è molto semplice: alla pressione di un pulsante si stabilisce un contatto vocale con la centrale d'allarme 144. L'operatore di centrale è in grado di prestare un primo aiuto verbale, in caso di bisogno potrà inviare ulteriore soccorso come persone di fiducia e un'ambulanza al domicilio. Fin qui tutto semplice anche se Internet costituisce una sfida e solleva dubbi. Vista la velocità con cui la tecnologia si sviluppa, molte persone anziane infatti si chiedono se il loro telesoccorso potrà funzionare in modo affidabile anche in futuro. La risposta è sì.

Eccellente qualità audio per una comunicazione chiara e comprensibile

Con l'introduzione nel 2017 del mondo digitale che contraddistingue l'affidabile telesoccorso NOVO, NEAT Svizzera offre un'opzione veramente interessante ed esemplare. Cosa contraddistingue NOVO? Il primo aspetto da citare è sicuramente l'eccellente qualità di tono e audio. Con NOVO gli utenti e il personale della centrale d'allarme 144 possono essere sicuri dell'ottima comprensione reciproca. NOVO non è solo all'avanguardia per la qualità dell'audio ma può essere anche impiegato con qualsiasi allacciamento telefonico: NOVO è stato sviluppato per poter soddisfare le esigenze orientate al futuro di IP. Inoltre, NOVO offre tramite il suo collegamento con la rete di telefonia mobile un'ulteriore sicurezza. Su richiesta, tramite una carta SIM NEAT, è possibile la scelta automatica della rete mobile con la miglior ricezione.

NOVO resta sempre aggiornato ed è sicuro anche in futuro

Ma cosa rende NOVO aggiornato anche in futuro? NEAT ha creato un ambiente digitale che permette a NOVO di essere continuamente collegato con Internet. In questo modo l'apparecchio è sempre aggiornato automaticamente. Inoltre, tramite il modulo integrato 4G NOVO è compa-

tibile con gli attuali standard degli operatori mobili in commercio. In questo modo anche le persone sole possono godere del privilegio di vivere al proprio domicilio. Una volta installato l'apparecchio, la promessa NEAT: "Sicurezza immediata" è assicurata; questo anche grazie alla comodità e alla facilità d'uso come pure alla semplicità dell'installazione. L'apparecchio è dotato di tre tasti facile da usare.

Un pratico accessorio è anche il trasmettitore manuale SMILE con il quale è possibile stabilire il contatto da qualsiasi punto dell'abitazione. SMILE è stato concepito con un occhio attento alla sua vestibilità e con le sue piccole dimensioni è possibile portarlo discretamente al polso o come ciondolo al collo. Inoltre, SMILE non irrita la pelle è di facile manutenzione e ovviamente impermeabile all'acqua. Tramite l'ampia offerta di accessori, NOVO può essere adattato a ogni situazione a seconda delle esigenze di ogni utente.

La digitalizzazione migliora anche l'assistenza personale agli anziani

La digitalizzazione non ha solo rivoluzionato la nostra società ma ha anche contribuito a sviluppare l'assistenza agli anziani. L'obiettivo primario è una maggiore efficienza comunicativa per permettere un'assistenza personalizzata in base alle esigenze individuali. Con l'apparecchio NOVO e altre soluzioni, NEAT ha partecipato attivamente a questo cambiamento cogliendo la sfida come un'opportunità. Sempre al passo con lo sviluppo tecnologico del mondo digitale, NEAT permette alle persone sole e ai propri familiari di vivere in tranquillità e sicurezza. Qualunque sia l'evoluzione tecnologica nel mondo, con NOVO la sicurezza sarà sempre al centro.

A proposito di NEAT:

NEAT sviluppa da oltre 30 anni sistemi di telesoccorso e altre soluzioni di comunicazione all'avanguardia nell'ambito della tecnologia destinata all'assistenza di persone anziane.

Da sempre l'attenzione si focalizza su una funzionalità affidabile per garantire la massima sicurezza, una facilità d'uso e un design funzionale ed elegante. Decisivo per NEAT è anche il servizio individuale nonché un supporto tecnico in grado di trovare la soluzione per rispondere a tutte le situazioni di assistenza che si propongono.



Di gomitolo in gomitolo, la memoria si sferruzza

di Laura Mella

Sei appuntamenti per "Sferruzzare insieme", sei occasioni per divertirsi con lana, ferri e uncinetti scoprendo le mille virtù del fare a maglia. La proposta è stata lanciata nell'ultima edizione di Locarno on Ice e ha decisamente incontrato il favore del pubblico. Ogni giovedì sono state almeno una decina le signore che si sono date appuntamento nell'igloo adibito a laboratorio creativo. Presente anche la responsabile del Centro Competenze Alzheimer Ticino. Proprio quest'anno, infatti, è stata lanciata su scala nazionale una campagna d'informazione giocata sul lavoro a maglia.

«Il lavoro a maglia è un antidepressivo, fa bene all'umore, ti porta a socializzare, allena le mani, rilassa...», la sento ancora Claudia, gerente del negozio "La Bottega della Lana" e responsabile dell'atelier "Sferruzziamo insieme" a Locarno on ice, mentre decanta le mille virtù dello sferruzzare. Grazie a lei ho scoperto che non ho poi dimenticato tutto quello che, mio malgrado, ho dovuto imparare durante il soffertissimo "Lavoro femminile". Mentre sferruzzavo sotto l'occhio divertito di Rita, arzilla signora le cui mani creano maglioni come un pasticcere sforna biscotti, la mente ritorna ai Santi che da ragazzina ho scodato perché proprio non c'era verso di finire un paio di ferri senza qualche pasticcio. Il ricordo. Questo è senza dubbio uno degli elementi che legano il fare a maglia alla prevenzione dell'Alzheimer: «Oggi abbiamo ancora a che fare con signore che hanno imparato la maglia a scuola, durante il famoso "lavoro femminile"», mi spiega Ombretta Moccetti, responsabile dell'Antenna e del Centro Competenze Alzheimer Ticino. «Questo ci permette di lavorare molto sul ricordo, age-

volati dal fatto che quanto accaduto 40 anni fa è rimasto impresso molto di più di ciò che si è fatto la settimana prima. Io stessa non mi dimenticherò mai la severità della mia insegnante che mi obbligava a disfare tutto se il lavoro non era fatto bene... Si parte da un ricordo e su quello si lavora ripescando altri aneddoti, altre immagini». Del resto, ancora prima di mettere mano ai ferri, il lavorare a maglia è già un'attività che stimola il cervello in molti modi: «Prima di tutto – spiega l'infermiera psichiatrica – bisogna pensare quale tipo di lavoro si vuole fare, cosa che porta ad attivare il cervello su più fronti. Mi piacerebbe fare una sciarpa? Bene, allora devo pensare quale tipo di lana voglio usare, che tipo di punto voglio fare, quale colore scegliere, quale lunghezza raggiungere...; si capisce che già prima di iniziare, c'è un grande lavoro in quello che possiamo definire la parte astratta del lavoro stesso, la creazione, che è una delle facoltà superiori del nostro cognitivo. Poi si passa all'azione e questo significa che il nostro cervello darà degli ordini ai nostri arti su quali movimenti fare per lavorare a maglia: prima il

A lato un esempio di Urban Knitting.

Si tratta di una forma di street art "morbida", anche di ribellione a volte, in cui le creative e i creativi dei ferri si divertono a ricoprire una città di opere fatte a maglia. Insomma, ferri e uncinetti sono tornati di moda e hanno lasciato i salotti delle signore per conquistare il mondo...



destro, poi il sinistro... Solo più tardi tutto questo diventerà un automatismo. Inizialmente non è affatto scontato».

Una prevenzione sul filo della lana

È chiaro che non bastano due gomitioli e un paio di ferri per sconfiggere una malattia come l'Alzheimer. È pur vero però che dedicarsi a un lavoro manuale come questo può portare dei benefici. «Non c'è un a prevenzione specifica per l'Alzheimer» sottolinea ancora Ombretta Moccetti, «ma c'è una prevenzione generale, fatta di attivazione cognitiva, sociale e motoria. Già trovarsi con delle persone per sferruzzare è un fattore da non trascurare, perché se è vero che di solito si fa a maglia da soli, è altrettanto vero che farlo in gruppo è un'occasione di socializzazione molto importante, senza contare che si possono ricevere consigli e aiuto nel caso di impasse nel lavoro».

Lavoro a maglia ma non solo

Per stimolare il cervello qualsiasi attività manuale va bene, l'importante è che lo si faccia con piacere. «In sé l'idea del il lavoro a maglia è partita con la campagna di ProSenectute e Alzheimer Svizzera che è una campagna di sensibilizzazione generale. Negli anni precedenti si sono utilizzati dei cartelloni color giallo molto scioccanti con delle scritte del tipo "non sai più dov'è l'auto?" proprio a lato dei posteggi. Quest'anno si è voluto unire anche il "fare" per sottolineare quanto sia importante attivarsi. Visto che la farmacologia non ha dato i risultati sperati nella cura delle malattie demenziali, l'intervento non farmacologico è divenuto attualmente prioritario e l'attivazione generale è sicuramente una giusta strategia. Il lavoro a maglia è uno dei tanti modi che possono essere utilizzati in questo senso, l'importante è che ci sia un obbiettivo, ovvero che si inizi un lavoro non tanto per sferruzzare ma per ideare e poi concretizzare qualcosa di preciso. Insomma progettualità e anche motivazione; quest'ultima può anche sempre essere stimolata da una giusta compagnia e da persone competenti.»

Anche gli uomini sferruzzano

Tipicamente femminile, il lavoro a maglia oggi ha incontrato anche il favore di un pubblico maschile. Anche in occasione di Locarno on ice ci sono stati dei signori che hanno voluto cimentarsi con l'arte dello sferruzzare. Del resto anche tra i vip del cinema, il fare a maglia ha fatto furore, primo fra tutti l'attore Rayan Gosling, oggi sul grande schermo nel ruolo di Neil Armstrong. Il film galeotto è però stato un altro: «Ho girato questa scena in 'Lars e una ragazza tutta sua' dove mi trovavo in una stanza piena di vecchiette che lavoravano a maglia. La scena è durata tutto il giorno quindi mi hanno mostrato come si fa. È stata una delle giornate più rilassanti della mia vita. Se potessi creare la mia giornata perfetta, sicuramente farei anche quello. E poi crei qualcosa. Hai un regalo alla fine. Se vuoi regalare a qualcuno una sciarpa senza forma...»

Per stimolare il cervello qualsiasi attività manuale va bene, l'importante è che lo si faccia con piacere. «In sé l'idea del il lavoro a maglia è partita con la campagna di ProSenectute e Alzheimer Svizzera che è una campagna di sensibilizzazione generale. Negli anni precedenti si sono utilizzati dei cartelloni color giallo molto scioccanti con delle scritte del tipo "non sai più dov'è l'auto?" proprio a lato dei posteggi. Quest'anno si è voluto unire anche il "fare" per sottolineare quanto sia importante attivarsi.



Storie di ramina

Sta diventando ormai una tradizione: verso la fine dell'anno pubblichiamo un nuovo libro della collana Terra Ticinese e quest'anno eccoci arrivati a quota tre. Questa volta ci concentriamo sul Mendrisiotto, sulla sua storia, sulla sua geografia, su aneddoti e curiosità che caratterizzano soprattutto la fascia di confine, la cosiddetta "ramina". "Ramina" è un termine dialettale che sta per "rete metallica", nella fattispecie quella che separa il nostro Cantone dall'Italia. Ed è proprio seguendo questo percorso che Guido Codoni, ex insegnante, storico, appassionato del suo Mendrisiotto e collaboratore di "Terra Ticinese" accompagna il lettore e, passo dopo passo, gli racconta molte storie. Dopo alcune pagine dedicate alla geografia dei luoghi descritti l'autore si addentra nella storia della regione, a partire dal XVI^o secolo. Una storia che mette in luce soprattutto le vicende che hanno caratterizzato la definizione del confine tra i due Stati. Un confine politico che quasi sempre si rivela fragile e valicabile in un senso e nell'altro. I buchi nella "ramina" (fisici e mentali), ci sono sempre stati e ci saranno sempre, favorendo scambi illegali ma convenienti all'una e all'altra parte, passaggi sui quali molti occhi si sono chiusi e si chiudono tuttora. Spalloni, bracconieri, contrabbandieri, addirittura cani – contrabbandieri, guardie di confine, esercito, esuli politici... una miriade di personaggi che hanno animato la linea di confine ci vengono descritti con penna vivace e precisa dall'autore. Con l'aiuto di cartine, documenti, moltissime fotografie, in gran parte inedite, testimonianze scritte e orali, Codoni riporta alla luce decine e decine di vicende, di racconti che dalla pura cronaca sconfinano spesso nella Storia, quella che troviamo sui libri, quella che si insegna a scuola. Una lunga camminata che, passo dopo passo, ci conduce dal Serpiano al Generoso, attraverso capitoli che toccano le principali località della regione. Pagina dopo pagina (anno dopo anno, metro dopo metro) si delineano i tratti di un viaggio compiuto in modo ragionato e consapevole, con la coscienza di tutti gli eventi che hanno caratterizzato questa zona del Mendrisiotto che l'autore ha studiato in modo approfondito. Materiale che ci invita ad una riflessione più che mai attuale sul senso del confine, della frontiera, dei muri, di ciò che separa e ciò che unisce gli uomini al di là di quanto viene sancito da carte geografiche e trattati internazionali.



Il “nostro” Vivaio forestale cantonale ci assicura continuità e biodiversità indigena

Il Vivaio forestale cantonale di Lattecaldo (Comune di Breggia, Quartiere di Morbio superiore) è un’azienda che da quasi un sessantennio – la sua edificazione risale infatti agli anni Sessanta del secolo “scorso” – produce piante indigene che possono venir impiegate nelle rinaturalazioni e negli interventi forestali e d’ingegneria naturalistica a livello pubblico e privato.

La nascita di quest’azienda pubblica è legata alla comparsa in Ticino, verso il 1948, del Cancro corticale (della corteccia, ndr) del castagno, che aveva messo in allarme autorità e tecnici del settore. Un allarme che aveva portato il Servizio forestale cantonale e l’Istituto federale di ricerche forestali di Birmensdorf (ZH), con il sostegno dei politici, a considerare l’eventuale eliminazione delle selve castanili. Da qui la nascita di tutta una serie di progetti di risanamento pedemontano, dai tagli rasi d’intere selve castanili (castagneti da frutto) alla messa a dimora di altre specie forestali, per buona parte autoctone.

È invece del 1960 la decisione del Cantone di dotarsi, per i nuovi progetti di rimboschimento, di un vivaio di piantine prodotte da semi locali in modo di mantenere la biodiversità specifica ticinese. Di questi primi interventi ne sono rimaste delle testimonianze in Valle di Muggio e nella zona del Monte Ceneri.

La scelta di Lattecaldo è stata ovviamente dettata da motivi di funzionalità. Innanzitutto la disponibilità di terreno: sino allora di proprietà del Patriariato di Morbio superiore e di alcuni privati. Altri atout: la quota di 600 m s.l.m., ideale per la produzione di piante per le alte quote e di specie della fascia collinare, nonché l’esposizione nord-nord-ovest, più umida con climi più costanti ed inverni più lunghi, necessari ad allungare il periodo di estrazione e vendita delle piante a radice nuda. Infine la vicinanza a quattro importanti progetti di risanamento pedemontano in corso nella sovrastante Valle di Muggio, praticamente a km zero.

Fiore all’occhiello del Centro di Lattecaldo è tutto quanto gravita attorno al castagno, dall’innesto alla produzione vera e propria di questa antica pianta “del pane”.

Verso il 1975, grazie alle opere di costruzione in ambito autostradale, il Vivaio ha esteso la propria attività fornendo arbusti autoctoni all’ingegneria naturalistica e nella creazione di biotopi. A questa produzione si è in seguito affiancata quella di piante grandi in zolla per l’arredo dello spazio urbano, con l’obiettivo di promuovere la presenza di specie autoctone nei giardini, nei parchi e nei viali.

Un passo necessario quanto naturale, per il centro di Lattecaldo, è stata la specializzazione sull’innesto del castagno da frutto, tanto che oggi la produzione annua conta 1'500 esemplari innestati. Fiore all’occhiello del vivaio di Lattecaldo è tutto quanto gravita attorno al castagno... Pensate che alle nostre latitudini possiamo contarne una settantina di varietà di castagne, ognuna col suo nome, rigorosamente legato al proprio territorio. La più diffusa è la “Luina”, presente in Ticino, nel Moesano e in Bregaglia. Ma di questo ne parleremo più diffusamente in un’altra occasione! Quest’iniziale specializzazione sugli innesti oggi si estende nel recupero delle risorse genetiche in frutticoltura con progetti dedicati in particolare a castagni, meli, peri, noci, gelsi, peschi della vigna e nespoli. Insomma, una biodiversità a dir poco dinamica!

Qualche dato

Nel Vivaio cantonale lavorano sei collaboratori e due apprendisti. Complessivamente, il centro produce 70 specie forestali da seme/talea e circa 110 varietà di fruttiferi di vecchie varietà ticinesi o svizzere provenienti da semi autoctoni certificati. La struttura, come la conosciamo oggi, si estende su una superficie di circa 5mila metri quadrati (5 acri) suddivisi in 17 campi, una serra, quattro tunnel e una piazza di compostaggio in grado di gestire 500 tonnellate di scarti vegetali all’anno.



Patente depositata Libertà assicurata

Dorina Käppeli, Classe 1931, scoccati gli 85 anni ha preso una decisione che le ha fatto voltare pagina nonostante la non più tenera età: appendere al chiodo la chiave dell'auto. Una decisione nemmeno troppo sofferta. «In questi momenti non c'è orgoglio che tenga soprattutto quando si è alle prese con aumento di traffico tale da toglierti il piacere di guidare – osserva la longeva giubiaschese –. Quello che mi ha convinto a farlo è stato proprio il dover sempre essere sulla difensiva, il dover prestare attenzione a ogni movimento o situazione: ora una mancata preselezione da parte di un altro conducente, ora un bambino che attraversa improvvisamente la strada, oppure un ciclista di fretta o, ancora, la fatica di un posteggio laterale... Insomma, il piacere di guidare con gli anni si è trasformato in un'ansia da gara sportiva».

Parola di un'automobilista pluridecennale, che dei trasporti pubblici non ha praticamente mai usufruito... sino a un paio di anni fa, complice una valida rete di trasporti, con orari, corrispondenze e coincidenze che consentono trasferte e mobilità adeguate. «All'inizio non è stato facile abituarsi alle macchinette stampa-biglietti, calcolare gli itinerari, le fermate e le corse... ma poi è diventata una prassi persino piacevole», spiega l'87enne, rilevando come gli iniziali "difetti" siano diventati pregi. «Non più giri a vuoto per cercare posteggi o noiose colonne. Inoltre con le corsie preferenziali i tragitti si abbreviano, lasciandoti più tempo per organizzare altre uscite. Devo anche dire che, da ex-conducente navigata, ora mi lascio piacevolmente sorprendere dalle proposte di viaggio in treno. Ad esempio, un regalo graditissimo che ho appena ricevuto per il mio compleanno è stata una giornaliera, che ho utilizzato per recarmi a Lucerna».

Insomma, con l'età ci si organizza differentemente, riuscendo persino ad attivare tutta una serie di strategie che garantiscano una certa autonomia. «Il desiderio di dipendere il meno pos-

sibile dagli altri ti porta a pianificare meglio le tue abitudini – continua –. Io ho la fortuna di abitare in un Quartiere, Giubiasco, che mi permette di avere a portata di mano negozi, servizi e trasporti pubblici senza dover chiedere quasi (!) niente a nessuno. Soprattutto ho la possibilità di potermi muovere a piedi e questo è già uno stimolo a fare un po' di moto e a non chiudermi in casa: due passi in Borghetto, alla Posta, al cimitero, fino ai negozi. È una scelta di vita che, a mio avviso, va fatta per tempo».

Sì, ma non è mica facile chiedere a un genitore di lasciare la propria abitazione perché fuori mano o di passare da una casa con giardino a un mini appartamento. «Certo, ma è anche una questione di fortuna: la fortuna di avere una buona rete di familiari e conoscenti – conclude Dorina. «Ci si accorda quindi seguendo necessità e limiti personali, in funzione della propria libertà e autonomia. In questo modo, posso nello stesso tempo vivere a contatto con molte persone e starmene da sola in tutta tranquillità. Si fa insomma quel che si può, cercando di ridurre o alleviare gli acciacchi dell'età!».

Viaggi comodi e sicuri per la terza età

Non è impresa facile cambiare le proprie abitudini, a tutte le età. Chi di noi non si sentirebbe a disagio al pensiero di non poter più mettersi alla guida del proprio veicolo? Un veicolo che, però, tendiamo a lasciare troppo spesso fermo e a utilizzare sempre meno, senza dimenticare il traffico, le colonne e le ore di punta, i posteggi dei maggiori centri urbani in netto calo e a costo aumentato: sono alcuni dei numerosi fattori che indicano il bisogno di trovare una mobilità alternativa per i nostri spostamenti. Un'alternativa attrattiva, che offre sicurezza e che limiti gli inconvenienti legati alla rinuncia della licenza di condurre. Per questo motivo, il Dipartimento del territorio e il Dipartimento delle istituzioni, in collaborazione con FFS e la Comunità tariffale Arcobaleno, hanno scelto di proseguire anche nel 2019 la promozione "Trasporto pubblico e terza età, viaggiare comodi e sicuri". I conducenti che depositeranno volontariamente e in modo definitivo la propria licenza ricevono dalla Sezione della circolazione una lettera di conferma del deposito, insieme ai buoni-offerta. I buoni sono così suddivisi: 300 franchi di sconto sul prezzo di un abbonamento Arcobaleno a partire da 2 zone, 200 franchi di sconto sul prezzo di un abbonamento generale di seconda classe, 250 franchi di sconto sul prezzo di un abbonamento generale di prima classe. Tutte le offerte sono valide per un anno. Inoltre, sarà possibile acquistare un abbonamento metà-prezzo in prova per due mesi al prezzo speciale di 33 franchi. Il buono prescelto dovrà essere presentato agli sportelli delle aziende di trasporto pubblico all'atto d'acquisto, insieme alla lettera di conferma emessa dalla Sezione della circolazione (che è personale e serve da giustificativo), un documento d'identità valido e una foto formato passaporto.

territorio

Il sospirato diritto di voto alle donne

50 anni fa, una conquista civile e culturale del Novecento ticinese

di Lorenza Hofmann

Molte lettrici, nate antecedentemente al 1949, ricorderanno la prima volta che si sono recate in un ufficio elettorale per esprimere il proprio voto. Era la fine di maggio del 1970 e pochi mesi prima 75 mila donne svizzere maggiorenne residenti in Ticino avevano ottenuto il diritto di voto e di eleggibilità a livello cantonale e comunale. Infatti, il 19 ottobre 1969, alla terza consultazione cantonale, l'elettorato accolse il nuovo articolo 13 della Costituzione ticinese che pose fine all'esclusione delle donne dalla democrazia.

"I cittadini svizzeri di ambo i sessi, domiciliati nel Cantone, acquistano il diritto di voto e ogni altro diritto politico negli affari cantonali e comunali all'età di vent'anni compiuti, in conformità della Costituzione e delle relative leggi."

Un anno dopo, nell'aprile 1971, 88 donne si candidarono al Gran Consiglio e solo 11 furono elette. Seguirono, nel 1972, le prime elezioni comunali a partecipazione femminile.

Costruire il consenso attorno al suffragio femminile aveva richiesto l'impegno tenace – però, sempre riguardoso – di molte donne. Nella memoria di chi ci legge riaffioreranno nomi e cognomi delle pioniere della politica, nei consigli comunali, nei municipi, nel parlamento cantonale, nei gruppi politici. Durante decenni, le suffragette ticinesi perorarono la causa per mezzo di articoli d'opinione, conferenze, riunioni locali e attraverso la rubrica di *Radio Monteceneri* dedicata alla donna. Bisognava convincere gli uomini – i politici e gli elettori – e pure le donne – quelle contrarie e quelle che non osavano ambire alla parità civica – che la partecipazione femminile avrebbe giovato alla democrazia. Le Ticinesi non erano isolate, avevano delegate nell'Alleanza delle società femminili svizzere (costituita nell'anno 1900, oggi AllianceF) e nell'Associazione svizzera per il suffragio femminile (ASSF, fondata nel 1909), seguivano gli sviluppi negli altri cantoni e a livello federale come pure a livello internazionale (l'Austria e la Germania accordarono i diritti politici alle donne nel 1918, la Francia nel 1944 e l'Italia nel 1946).

A cinquant'anni dalla votazione cantonale, in questo primo contributo, ripercorriamo cronologicamente i fatti salienti, le sconfitte subite e le prime conquiste.

1892 – I deputati Adamini, Aostalli, Santini e Laurenti propongono, invano, di accordare il diritto di voto alle donne senza concedere loro l'eleggibilità.



Il 19 ottobre 1969, le donne ottennero il diritto di voto e di eleggibilità a livello cantonale e comunale. Il 7 febbraio 1971 la parità civica fu acquisita anche sul piano federale.

Con la collaborazione dell'Associazione Archivi Riuniti delle Donne Ticino (AARDT) rievociamo gli eventi, le protagoniste e i protagonisti di un lungo percorso verso la partecipazione femminile alla democrazia.

1919 – Emilio Bossi, allora gran consigliere, ci riprova. Il suffragio femminile è rinviato *sine die*. Invece, attraverso la revisione della legge patriarcale, per parare all'assenza degli uomini emigrati, è accordato il diritto di voto alle donne patrizie. Nello stesso anno, a Bellinzona, durante la festa cantonale della ginnastica, il consigliere federale Giuseppe Motta lancia un appello in favore del voto alla donna.

1921 – I deputati Zeli e Cattori tornano alla carica ma il Gran Consiglio si oppone.

1928 – A Berna, durante la prima Esposizione nazionale del lavoro femminile (SAFFA), il tema della partecipazione femminile alla vita politica tiene banco. Durante il corteo d'apertura, una cinquantina di donne trascinano un'immensa lumaca con la scritta "La marcia del suffragio femminile in Svizzera". Le critiche rimbalzano anche a sud delle Alpi e infondono coraggio alle Ticinesi che si avventurano in un'azione più organizzata e attiva.

1933 – Flora Volonteri si fa promotrice del Movimento sociale femminile che sviluppa gruppi locali e azioni informative su tutto il territorio cantonale a sostegno del suffragio femminile.

1946 – Il Consigliere di Stato Guglielmo Canavesini propone al Governo una riforma elettorale che estende i diritti politici alle donne. In Parlamento, tutti i partiti sono favorevoli, ad eccezione di quello agrario. Questo consenso non si riflette nella votazione popolare che affossa la riforma con 14'093 contrari e 4'174 favorevoli.

1953 – Il Movimento sociale femminile raccoglie nel volumetto Una grande ingiustizia sociale una serie di articoli a favore della parità civica pubblicati dal procuratore pubblico Brenno Gallacchi su *Gazzetta ticinese*.

1954 – Il Movimento cambia denominazione, diventa Associazione ticinese per il voto alla donna.

1956 – Nel dibattito interviene la pubblicazione Il voto alle donne del Consigliere di Stato Mario Soldini.

1957 – Siamo ai primi di marzo. Gli elettori (uomini) sono chiamati ad esprimersi a livello federale sull'obbligatorietà per le donne di prestare servizio alla difesa degli stabili. Le rappresentanti delle società femminili luganesi organizzano una votazione di protesta per dar modo alle donne di pronunciarsi su una questione che le riguarda. La Città di Lugano concede l'uso della palestra di via Pretorio. Come in altri comuni svizzeri la partecipazione è numerosa, soprattutto significativa della prontezza delle donne alla partecipazione politica.

1957 – In aprile, è costituita la Federazione Ticinese delle Società femminili, un'unione di forze politiche, sociali e culturali, orientate anche alla conquista della parità civica.

1958 – La seconda SAFFA ribatte il chiodo: suffragio femminile!

1959 – La parità civica è posta in votazione federale ma i sostenitori non la spuntano. La conta dei voti in Ticino lascia intravedere una crescita di consensi ma siamo ancora lontani dalla metà.

1965 – I movimenti politici giovanili, appoggiati dall'Associazione ticinese per il diritto di voto alla donna, lanciano un'iniziativa popolare in materia costituzionale per il suffragio femminile. Promotori: gli avvocati Flavio Cotti e Mario Guglielmoni, l'ing. Pietro Martinelli e il prof. Bruno Strozzi.

1966 – Il verdetto delle urne è ancora negativo - 17'155 voti contrari e 15'961 favorevoli – ma lascia sperare in un'ulteriore crescita di consensi.

1968 – Nel mese di dicembre, su proposta del Consigliere di Stato Arturo Lafranchi, il Consiglio

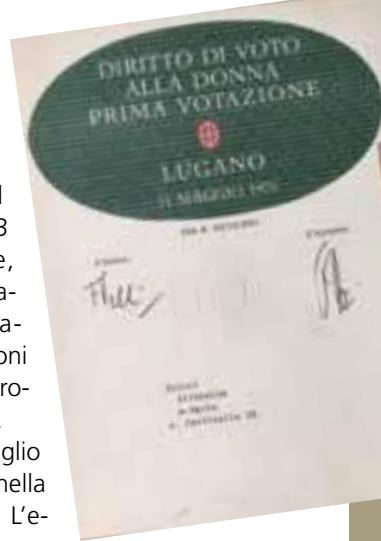
di Stato motiva l'urgenza di introdurre il suffragio femminile nel Cantone Ticino e propone di modificare il tal senso l'articolo 13 della Costituzione, anche in considerazione dell'allineamento alle convenzioni internazionale ed europea sui diritti umani.

1969 – Il Gran Consiglio approva la riforma nella sessione di giugno. L'elettorato convalida la parità civica il 19 ottobre (20'080 voti favorevoli e 11'760 contrari). Il Ticino è il quinto cantone ad associare le donne alla democrazia.

1970 – Il primo gennaio entra in vigore la riforma e il 31 maggio le donne ticinesi si recano alle urne per la prima volta per esprimersi sull'adeguamento delle istituzioni cantonali all'introduzione del suffragio universale.

1971 – Il 4 aprile, prime elezioni cantonali a partecipazione femminile. Undici donne sono elette in Gran Consiglio: le PLR Linda Brenni, Elsa Franchi-Poretti, Elda Marazzi, Alice Moretti, Dina Paltenghi-Gardosi, le PPD Dionigia Duchini, Ersilia Fossati, Rosita Genardini, Rosita Mattei, Ilda Rossi e la PST Marili Terribilini-Fluck. Paltenghi-Gardosi e Terribilini-Fluck ottengono un onorato quarto posto sulla lista per il Consiglio di Stato.

(1 – continua)



Sopra:
tessera di voto inviata alle cittadine di Lugano (1970). Credito fotografico: AARDT, donazione privata.

A sinistra:
*in alto, votazione del 31 maggio 1970, seggio di Cassarate. Credito fotografico: Archivio di Stato del Cantone Ticino (Bellinzona), Fondo Liliana Holänder, 3712123_3a
a lato, il simbolo della propaganda ticinese per il suffragio femminile (AARDT, Fondo Emma Degoli)*

Esposizioni

Nel corso del 2019, AARDT esporrà le biografie delle prime undici donne elette in Gran Consiglio nei licei cantonali con accesso al pubblico negli orari scolastici.

- Fino al 15 febbraio al Liceo di Locarno (via F. Chiesa)
- Dall'11 al 29 marzo al Liceo di Mendrisio (via A. Maspoli)
- Dal 1° al 16 aprile al Liceo di Lugano 1 (viale Cattaneo)

Conferenza

- Giovedì 14 febbraio 2019, alle ore 18.00, a Locarno, nella sala multiuso del Liceo, Pioniere: la lunga marcia per il suffragio femminile in Ticino e in Svizzera (1969-1971), relazione di Susanna Castelletti, storica. Organizza: AARDT e Società Storica Locarnese.

Per saperne di più

- Il sito di AARDT www.archividonneticino.ch (sezione Tracce di donne) con numerose biografie femminili ticinesi del XIX e XX secolo e video-testimonianze di donne del Novecento.
- Il sito www.rsi.ch/donnestorie, una collaborazione fra la RSI e AARDT con biografie e testimonianze sonore e visive di donne dai più disparati ruoli, uno spaccato dei vissuti della generazione degli ultrasessantenni di oggi.

Contatto

Associazione Archivi Riuniti delle Donne Ticino
Via San Salvatore 3 – 6900 Massagno
Tel. 091 648 10 43
archivi@archividonneticino.ch; www.archividonneticino.ch

Lavori in corso

Novità e iniziative al Museo della civiltà contadina di Stabio

di Veronica Trevisan

Chi immagina un museo etnografico solo come un eccellente custode del patrimonio storico e culturale di un territorio, importante testimone di un tempo ormai inesorabilmente trascorso, potrebbe restare positivamente impressionato da alcuni interessanti cambiamenti in atto. Ad esempio, nel Museo della civiltà contadina di Stabio, la curatrice Monica Rusconi, che è anche responsabile del Dicastero cultura dello stesso Comune, ha in mente un programma estremamente innovativo.

Toccare con mano gli oggetti del passato permette di comprendere la fatica di un tempo e l'abilità dei nostri avi nel costruire attrezzi semplici ma estremamente funzionali.

Monica, all'avvio della sua attività, lei aveva annunciato di voler dare un taglio nuovo alle attività del Museo, pur mantenendo una continuità con il lavoro di chi l'aveva preceduta. Ora è passato un po' di tempo, che tipo di risposta ha ottenuto dal pubblico?

«Molto positiva. Bambini e adulti hanno apprezzato il fatto di visitare un museo dove avevano la possibilità di entrare in contatto con gli oggetti di uso quotidiano del passato: di toccarli e di usarli. Questo ha permesso di comprendere, da un lato, la fatica che caratterizzava un tempo la vita dei contadini e, dall'altro, l'abilità e la genialità nel costruire attrezzi semplici ma estremamente funzionali. Noi custodiamo circa 18.500 oggetti, 17.000 dei quali si trovano nel nostro magazzino, ordinati e catalogati. Una volta l'anno, lo apriamo al pubblico affinché possa rendersi conto di quella che è la funzione primaria di un museo: conservare le testimonianze storiche ed etnografiche, materiali e immateriali.

Tengo però a sottolineare, e l'ho detto molte volte, che l'enorme patrimonio che possiamo vantare oggi è soprattutto il risultato del lavoro di chi mi ha preceduta.»



Sappiamo che questo museo si rivolge prevalentemente ai bambini e alle giovani generazioni. Che ruolo pensa che possano svolgere i meno giovani al suo interno?

«Possono svolgere un ruolo molto importante, perché tolgono dagli oggetti quell'aura di romanticismo e di "tempo mitico", che non ha niente a che vedere con la realtà. La vita contadina era una vita dura, tutt'altro che poetica, seppure ricca di valori ancora attuali. Gli anziani, che quella vita l'hanno sperimentata, hanno l'esperienza e la memoria per collocare gli oggetti nella loro reale dimensione, proprio perché li hanno conosciuti e usati. Prendiamo ad esempio la reazione che hanno di solito i bambini di fronte a una trappola per topi. Istantaneamente sono spinti a chiedersi perché esista un oggetto che può fare del male a un animale. Un anziano può spiegare loro, la relazione fra topo, trappola e soluzione a un problema legato alla difesa del cibo e quindi alla sopravvivenza.»

La mostra attuale, Fare il filo. Le fibre tessili dal passato al presente, è in corso ormai da diversi mesi e durerà fino al 30 giugno 2019. Come sta andando?

«Molto bene, le persone hanno capito che il nostro intento era considerarle non più visitatori passivi di un museo ma cittadini consapevoli, in grado di dare un contributo attivo alla propria comunità. La mostra cerca di costruire un ponte fra passato e presente. La prima sala è dedicata alla produzione dei fili di lino, canapa, seta e lana. Nella seconda illustriamo le lavorazioni e le attrezzature necessarie per trasformare i fili in tessuti, ieri e oggi. Abbiamo organizzato numerosi laboratori e le persone hanno molto apprezzato il fatto di poter entrare in contatto diretto con gli oggetti, come ad esempio usare un telaio



o aprire con una gramola le piantine del lino e vedere spuntare il filo al loro interno. L'hanno visto quasi come un fatto magico.»

E la prossima mostra di cosa parlerà?

«Sarà dedicata ai cani e si intitolerà, non a caso, Vita da cani! Il titolo dice tutto. Se una volta l'espressione "vita da cani" aveva una connotazione negativa, oggi possiamo dire che è praticamente l'opposto, ossia che i cani fanno una vita davvero agiata, a volte anche troppo (mi riferisco, ovviamente, alle nostre latitudini), e questo è un tema che forse non piacerà a tutti ma che ci sembra doveroso affrontare come emblema di una società che sta radicalmente cambiando la sua scala di valori. Trattare gli animali come fossero esseri umani non significa rispettarli. Ci sarà una sala dedicata al legame, vecchio di millenni, fra uomo e cane, mentre un'altra sala sarà dedicata al cane nel presente e a tutte quelle che mi piace definire "degenerazioni per mano dell'uomo". Gli animali, fra l'altro, saranno l'argomento anche delle mostre del prossimo quadriennio.»

Come coniuga il suo ruolo di curatrice del Museo con quello di responsabile del dicastero cultura di Stabio?

«È molto utile questa convergenza di ruoli, perché permette di fare un discorso organico e di mettere in atto un percorso coerente, di creare un fil rouge per tutta la programmazione annuale. E devo dire che fino ad ora abbiamo trovato una risposta molto confortante. Le persone capiscono il nostro impegno e ci seguono ed è anche grazie alla rete che stiamo creando che le nostre iniziative hanno successo.»

Può darci qualche anticipazione sugli eventi di primavera?

«A marzo in Piazza Maggiore, sulla quale si affaccia dall'alto il Museo, prevediamo una giornata dedicata alla tosatura delle pecore. Un gesto antico che le persone non vedono e non praticano quasi più ma che è stato importante per migliaia di anni.»

Lei cita spesso il sistema di valori proprio della civiltà contadina, un sistema che purtroppo sta scomparendo. In che modo pensa di riportarlo in vita, e, prima ancora, pensa che sia possibile farlo?

«Sì, nel senso che alcune pratiche antiche sono utili anche nel presente. Ad esempio, fra i numerosi laboratori che organizziamo, ne abbiamo dedicato uno alla produzione casalinga di saponi. Ecco: permettere alle persone di riscoprire antichi saperi e il valore dell'autoproduzione e del rispetto della natura può contribuire a trasformarci, più o meno lentamente, da consumatori passivi a persone dotate di senso critico. È una sfida difficile ma noi ci proviamo. Siamo qui per questo.»

«La vita contadina era una vita dura, tutt'altro che poetica, seppure ricca di valori ancora attuali. Gli anziani, che quella vita l'hanno sperimentata, hanno l'esperienza e la memoria per collocare gli oggetti nella loro reale dimensione, proprio perché li hanno conosciuti e usati.»



L'arrivo della primavera

I mesi di febbraio e marzo sono collegati in molte tradizioni orientali e occidentali al rinnovamento del cosmo e alla rinascita della natura. Come in tutti i momenti di passaggio, era credenza diffusa che in questo periodo avvenisse una sorta di rimescolamento cosmico e che i confini fra i "mondi", umano e divino, si assottigliassero fino a toccarsi. Nell'antica Babilonia, nelle settimane precedenti l'equinozio di primavera, si trasportava un'immagine del dio Sole e del dio Luna su un carro navale, una specie di nave munita di ruote. Questa processione rappresentava il rinnovarsi dell'anno, mentre le persone portavano maschere e festeggiavano con comportamenti sfrenati. Anche nella Roma arcaica si festeggiava, seppure un po' prima, un periodo di passaggio che segnava il tramonto dell'anno vecchio e l'inizio del nuovo. Questo cambiamento era celebrato nella festa dei Saturnali, dove si evocava l'idea di un ritorno al tempo mitico delle origini, all'età dell'oro, un'età dove non esisteva povertà e tristezza e dove tutto era possibile. Questo tipo di celebrazione, col tempo è entrata a far parte del calendario liturgico cristiano, come festa stagionale che serviva a sacralizzare le attività produttive dell'uomo. L'odierno Carnevale ne richiama l'antica simbologia e ancor oggi mediamente coincide con il periodo che precede la primavera. In Ticino, oltre al celebre Rabadà di Bellinzona, che fa parte della lista delle tradizioni viventi del patrimonio dell'Unesco, sono più di un centinaio le celebrazioni del Carnevale in tutto il Cantone. Molti preferiscono lasciare ai giovani questo momento di allegria sfrenata, ma in realtà, anche se l'età moderna ha contribuito a rendere sempre più commerciali certe antiche feste, sfilare al fianco del Re Becco, del Re Rüsca o del Penagin, eredi del pagano rex Saturnialorum, re del mondo alla rovescia, significa ripetere un gesto beneaugurante, antico e archetipico, che contribuisce a rinsaldare i vincoli della comunità.

Occhi al cielo per capire la bellezza dell'Universo

di Piero Martinoli, docente dell'UNI3*

Più di trent'anni fa un amico mi regalò per Natale un libro tascabile: *The first three minutes* di Steven Weinberg, premio Nobel 1979 per la fisica, allora professore all'Università di Harvard. Poco più di 150 pagine su quanto negli anni settanta del secolo scorso si sapeva sull'origine dell'universo. Pagine scritte in modo stupendo per rigore scientifico e stile letterario, accessibili al lettore curioso, poco familiare con matematica e fisica, ma disposto ad accettare una sfida intellettuale per arricchire la propria conoscenza dell'universo. Pagine intrise anche di un profondo umanesimo: mi colpì soprattutto la conclusione del libro *"Lo sforzo per capire l'universo è una delle poche attività che eleva la vita umana al di sopra della farsa e le conferisce un po' della grazia della tragedia"*. A quei tempi mi occupavo di ricerche in un campo molto diverso (il comportamento della materia a due dimensioni, un tema affascinante che sfugge a interpretazioni convenzionali), ma quella frase, che ancora oggi mi commuove, rimase ben presente nel mio subcosciente e riaffiorò quando una dozzina di anni fa fui chiamato alla presidenza dell'Università della Svizzera italiana. Privato dei laboratori e degli strumenti adatti per perseguire le mie ricerche, quelle parole stimolarono la mia curiosità e il mio interesse per il tema "universo", che all'epoca dei miei studi al Politecnico di Zurigo – all'inizio degli anni sessanta – era poco in voga tra noi studenti. Certo, sapevamo che il movimento di recessione delle galassie osservato da Edwin Hubble (e predetto da Georges Lemaître) indicava che l'universo era in espansione, che aveva avuto, assieme allo spazio e al tempo, un inizio (il "Big Bang"), ma la data di nascita era ancora incerta e molti altri aspetti erano ancora completamente sconosciuti.

Grazie all'altissimo grado di sofisticazione raggiunto negli ultimi decenni dai moderni strumenti di osservazione, alla loro messa in rete e al

loro montaggio su stazioni satellitari, la conoscenza dell'universo ha fatto passi da gigante. Così, motivato dalle parole di Weinberg, nei pochissimi ritagli di tempo compatibili con la mia nuova funzione sono ridiventato studente con l'obiettivo di esplorare, rispolverando anche nozioni di matematica da tempo cadute in oblio, il territorio per me ignoto delle ultime conquiste della cosmologia e dell'astrofisica. Ne sono scaturite oltre quattrocento pagine di note manoscritte che ho avuto il piacere di riassumere e condividere con l'attento e curioso pubblico dell'ATTE in due cicli di conferenze. Assieme abbiamo iniziato il viaggio con la scoperta, nel 1964, della radiazione cosmica di fondo, il residuo fossile dell'immenso calore sprigionato dal Big Bang 14 miliardi di anni fa. Abbiamo intravisto come le infime fluttuazioni di temperatura della radiazione – studiate con satelliti dotati di strumenti di impressionante sensibilità e precisione – abbiano permesso di determinare il tipo di geometria come pure la natura e le proporzioni di materia e energia dell'universo. Abbiamo visto come lo studio di una speciale classe di supernovae indichi che, da circa sei miliardi di anni, l'universo non solo si espande, ma addirittura accelera la sua espansione sotto la spinta antigravitazionale di una forma di energia ancora sconosciuta, chiamata appunto energia oscura. E finalmente abbiamo concluso il viaggio con la scoperta recente (nel settembre 2015) delle onde gravitazionali previste da Einstein un secolo prima. Esse offrono possibilità interamente nuove per lo studio di stelle a neutroni, di pulsar, di buchi neri, e aprono una "finestra" sull'universo primordiale finora inaccessibile all'osservazione fino all'età di circa quattrocentomila anni (un po' di meno di un giorno nella vita di un uomo...) perché opaco alla luce.

Come si vede, si sono fatti progressi notevolissimi nella conoscenza dell'universo. Ma malgrado ciò



**I TUOI NIPOTI
SEMPRE CON TE...
«APPENDILI
AL MURO!»**

**La tua fotografia
diventa un quadro**

**Per informazioni:
Tel. 091 745 45 35**

**Alcuni esempi di
formati disponibili:**

35x35 cm	CHF 45.–
50x70 cm	CHF 75.–
70x100 cm	CHF 95.–

TIPOGRAFIA
Cavalli
CP 350 • 6598 Tenero
www.tipografiacavalli.ch



molte domande restano, almeno per ora, senza risposta. Prima fra tutte: cosa ha scatenato il Big Bang? I due pilastri teorici su cui si regge la fisica contemporanea, la relatività generale e la meccanica quantistica, ci permettono di capire l'universo a partire da quando aveva un decimilionesimo di miliardesimo, di miliardesimo, di miliardesimo, di miliardesimo di secondo di vita ed era orrendamente caldo e denso. Per tempi inferiori i due approcci sono, per la loro stessa natura, incompatibili. Da parecchi anni molti sforzi sono dedicati all'elaborazione di una teoria della gravitazione quantistica che permetta di conciliare e unificare le due teorie esistenti, ma per ora nessun modello è riuscito a imporsi. Per ora ci accontentiamo di attribuire il "bang" del Big Bang a una monumentale spinta "inflazionaria" di brevissima durata, avvenuta in epoca più recente, durante la quale la crescita dell'universo fu paragonabile a quella che subirebbe una molecola di DNA portata alla dimensione della Via Lattea, la nostra galassia.

Molte altre domande sorgono spontanee: esistono altri universi ("multiversi") retti da leggi fisiche diverse dalle nostre? Le leggi con le quali abbiamo cercato di capire il "nostro" universo sono davvero immutabili nel tempo? Quale il destino del "nostro" universo? Esistono nell'universo forme di vita simili alla nostra? Non credo che si possano dare ora risposte definitive o anche solo parziali: possiamo al massimo specu-

lare su possibili scenari, proprio nello spirito di quella sfida intellettuale evocata da Weinberg nella conclusione del suo libro.

Vorrei concludere ricordando che nell'immensità del cosmo il nostro pianeta, la Terra, appare come una fragile "quantité negligable": ciò deve farci riflettere. Certo, noi esseri umani intelligenti (*homo sapiens*) che da circa 300'000 anni l'abitiamo, ci siamo evoluti fino a capire parecchio sull'origine e l'evoluzione dell'universo e possiamo legittimamente esserne orgogliosi. Ma con un atto di umiltà e saggezza dobbiamo anche capire che, se continueremo a giocare irresponsabilmente d'azzardo con le risorse limitate del nostro pianeta, a massacrarcisi in inutili e odiosi conflitti, a violare la dignità dell'uomo, la vita sulla Terra si estinguerà molto prima che il sole concluda, spegnendosi, il suo ciclo naturale. Vogliamo fare uno sforzo per tentare di elevarci al di sopra di questa tragica farsa?

«Lo sforzo per capire l'universo è una delle poche attività che eleva la vita umana al di sopra della farsa e le conferisce un po' della grazia della tragedia.»

*Proprio nel mese di febbraio, nell'ambito dell'UNI3, Piero Martinoli tiene un corso all'Università della Svizzera italiana dal titolo "Un viaggio nella storia termica dell'universo". Maggiori informazioni su questo e altri corsi dell'UNI3 scrivendo a: uni3@ate.ch. Telefono. 091 850 05 52.



Sguardi sul mondo

Come meravigliarsi
viaggiando in motocicletta
dal Ticino in capo al mondo

Dal Ticino all'Asia per le Vie della Seta, dal Canada alla Terra della Fuoco... Questo libro è un invito a viaggiare per conoscere ed apprezzare alcuni angoli di mondo che hanno affascinato l'autore nel suo peregrinare con la motocicletta. «Sguardi sul mondo» è dedicato a tutte le persone curiose e di spirito aperto che si emozionano di fronte alle meraviglie, quelle dietro l'angolo di casa come quelle lontane che si incontrano viaggiando: la gente, le piccole cose, i paesaggi incantevoli, i miracoli creati dalla civiltà umana.

Formato 24 x 30 cm

Pagine 272 pagine

Fotografie 390

Prezzo Fr. 44.-

Ordinazione:

SalvioniEdizioni

Via Ghiringhelli 9 | T 091 821 11 11 | libri@salvioni.ch
6500 Bellinzona | F 091 821 11 12 | www.salvioni.ch



Neolab

Mezzi ausiliari per l'indipendenza a domicilio
Forniture ospedaliere e per case anziani

Montascale, un aiuto alla vostra indipendenza

Azioni speciali, installazioni professionali e consegne rapide. Diverse soluzioni sia per l'interno sia per l'esterno.



NOVITÀ,
sedile girevole
automatico



FLOW II,
le scale sono il mio lavoro

Novazzano

Via Résiga 1 - 6883 Novazzano
info@neolab.ch - tel. 091 683 03 51

Orari di apertura
da lunedì a venerdì
8.00 - 12.00 / 13.00 - 17.30



Bellinzona

Via Guisan 3 - 6500 Bellinzona
tel. 091 835 53 00

Orari di apertura
da lunedì a venerdì
8.30 - 12.00 / 14.00 - 18.30

Minusio

Il vostro punto vendita
in collaborazione
con la farmacia

c/o Farmacia Sciolfi
Via S. Gottardo 62
6648 Minusio
tel. 091 730 15 25



Orari di apertura
da lunedì a venerdì
8.15 - 12.00
14.00 - 18.30

Novazzano

www.neolab.ch

Consulenza gratuita, chiamateci al numero 091 683 03 51



arte

Noi siamo la nostra storia

Dal territorio al Museo, due mostre a confronto

di Claudio Guarda

In concomitanza con l'Anno europeo del patrimonio, la Pinacoteca Züst di Rancate ha realizzato – con felice allestimento di Mario Botta – un'interessante rassegna dedicata a "Il Rinascimento nelle terre ticinesi" ideale prosieguo di quella – molto bella – fatta nel 2010. Il tutto è nato per via di una e-mail di Giovanni Agosti e Jacopo Stopa che, nell'estate 2017, suggerivano l'acquisto di un piccolo dipinto che sarebbe stato messo all'asta presso la Koller di Zurigo: operazione poi andata a buon fine.

Quella tavoletta, di 35 x 50 centimetri, raffigura Santo Stefano davanti ai giudici del Sinedrio e faceva parte della predella di un polittico che si trovava sull'altare dell'antica chiesa di Rancate dedicata appunto a Santo Stefano. Lo aveva realizzato intorno al 1525 Francesco De Tatti, un artista abitante a Varese che ha operato anche in altre parti del Ticino e identificato di recente grazie anche all'iscrizione su un disegno – in mostra – raffigurante una Madonna che si mostra in cielo agli oranti Santi Rocco e Sebastiano, protettori contro la peste. L'aspetto singolare è che alle loro spalle si intravede una delle più antiche vedute di Bellinzona con i suoi famosi castelli che

– proprio in quell'inizio di secolo – sarebbero passati di mano: dal Ducato di Milano a baliaggio dei Cantoni della Svizzera interna. Con tutto quello che ne sarebbe seguito per la nostra storia!

Questo lo sfondo all'interno del quale ampie vicende, drammatiche e collettive, si mescolano a storie assai più minute e individuali di spostamenti e migrazioni ma anche di oblio, di circolazione delle immagini e dei mestieri ma anche di dispersioni o svendite di un patrimonio artistico che ha rappresentato la cultura e i valori di una comunità. Perché quel polittico – di cui un frammento torna oggi a Rancate e alla comunità intera – venne smembrato e svenduto nel 1796, quando la nuova chiesa prese il posto di quella vecchia. I nuovi gusti uniti alla soppressione di chiese e conventi, l'inesistenza di una legge di tutela, la mancanza di una coscienza storica... tutto questo ha favorito nei secoli la dispersione di un notevole patrimonio che è stato parte fondante della nostra civiltà. La differenza tra la prima mostra del 2010 e quest'altra sta appunto nella diversa focalizzazione che si sintonizza con l'anno europeo del patrimonio culturale e che

Alla Pinacoteca cantonale Giovanni Züst a Rancate, fino al 17 febbraio 2019, è ancora possibile visitare la mostra "Il Rinascimento nelle terre ticinesi. Dal territorio al museo".

Rimarrà invece aperta fino al 17 marzo l'esposizione "Van Dyck. Pittore di corte" allestita ai Musei Reali di Torino Galleria Sabauda.



mira a far prendere coscienza del nostro passato, a interrogarsi sulla storia e sulle forme di conservazione del nostro patrimonio culturale, a pensare come tramandarlo alle future generazioni.

I pregi della rassegna alla Pinacoteca Züst vanno evidentemente oltre tali intenti; suddivisa nelle sue sezioni, è anche un'ottima occasione per confrontare dipinti o rivedere parte del patrimonio artistico "cantonale" migrato verso altri lidi: sculture, vetrate, pitture rinascimentali originariamente realizzate per località che oggi sono politicamente svizzere, ma che allora erano parte viva di quel territorio dei laghi che dipingeva o scolpiva in lingua lombarda. Ma proprio quello sguardo che interroga penso sia l'elemento più qualificante dell'intera operazione, e che non riguarda solo la pittura ma coinvolge anche l'architettura e il paesaggio, la creazione o conservazione di uno spazio pubblico. C'è infatti anche un intero capitolo riferito alla storia dell'antica canonica diventata oggi pinacoteca, dopo il restauro ad opera di Tita Carloni. Perché conservare non vuol dire mummificare, ma riutilizzare, continuare a far vivere. Per fare questo occorrono però coscienza e conoscenza, non disgiunte da sensibilità e consapevolezza: anche dei differenti livelli gerarchici, delle diverse scale di grandezza. Lo dico perché pochi giorni dopo esser stato a Rancate, mi sono recato al Palazzo Reale di Torino, nelle Sale Palatine della Galleria Sabauda (già il nome fa stato!), per visitare la bella mostra dedicata al pittore fiammingo Antoon Van Dyck. Due mostre e due mondi, non molto distanti nello spazio e nel tempo, ma lontanissimi per quel che raccontavano e sostenevano: da una parte testimonianze d'arte concernenti il micro-mondo del nostro territorio periferico e rurale,

prealpino, che costituisce però le nostre radici storiche e cristiane tra '400 e '500; dall'altra la celebrazione dell'alta aristocrazia europea e delle splendide corti del '600 barocco.

Antoon van Dyck (Anversa, 1599 - Londra, 1641) è stato sempre considerato il miglior allievo di Rubens (1577 – 1640) il più gran pittore allora in circolazione: dotatissimo l'uno, non da meno l'altro. Il primo ad accorgersene pare sia stato lo stesso maestro. Stando a quanto scrive il Bellori (Roma, 1616-1696), "avvedendonsi il Rubens che il discepolo si andava usurpando il merito de' suoi colori, e che in breve avrebbe posto in dubbio il suo nome, egli che era sagacissimo prese occasione da alcuni ritratti dipinti da Antonio, e celebrandoli con somme lodi proponevalo in suo luogo a chiunque veniva a chieder ritratti, per rimuoverlo dalle figure". Van Dyck – scrive Maria Grazia Bernardini - sarebbe dunque stato spinto verso il genere del ritratto da Rubens, per evitare che il suo geniale allievo allargasse il raggio delle sue pitture e, magari, lo superasse nel prestigio e nella considerazione del pubblico. Il ritratto era infatti considerato di minor importanza di fronte alle grandi narrazioni di storie sacre, politiche o mitologiche, non solo in ordine al formato e al numero di personaggi presenti, ma soprattutto per via della composizione e ambientazione che richiedevano grande capacità inventiva e cromatica all'artista.

Secondo la concezione del tempo, ritrarre era insomma opera di minor merito perché si limitava a "copiare" la realtà. La rassegna torinese dimostra invece quale e quanta sia stata la bravura, ma anche la novità e forza, di Van Dyck che seppe rivoluzionare l'arte del ritratto del XVII secolo. Ai suoi personaggi egli sa infatti conferire

A pagina 23:
Francesco De Tatti, "Santo Stefano davanti ai giudici del Sinedrio".

Sopra:

a sinistra, Antoon van Dyck
"Venere nella fucina di Vulcano", 1630-32,
Olio su tela, 117x156 cm
Kunsthistorisches Museum
Wien, Picture Gallery;
a destra, Antoon van Dyck,
"Ritratto di Anton Giulio Bri-
gnole Sale", 1621-25,
Olio su tela, 282x198 cm
Musei di Strada Nuova, Ge-
nova.



pose e atteggiamenti che ne colgono non solo la verità fisiognomica ma anche il carattere: paludati dentro corazze o vestiti con grande eleganza e raffinatezza, sono la prova evidente tanto della superba ostentazione del potere quanto della maestria del pittore. Con opere davvero straordinarie.

Gentiluomo colto, plurilingue e dai modi raffinati, artista geniale e amabile conversatore, Van Dyck divenne presto il pittore ufficiale delle più grandi corti d'Europa. A soli 18 anni, cosa inusitata per l'epoca, aprì una sua bottega. A 20 anni aveva già raggiunto fama di grande artista tanto da venir chiamato e stipendiato alla corte di Giacomo I d'Inghilterra. Da quel momento in poi lavorò a lungo come artista chiamato ovunque a ritrarre sovrani, cavalieri e dame di corte o dell'alta aristocrazia. Dapprima in Italia, come già il suo maestro, dal 1621 al 1627, dove ritrasse i membri delle più importanti famiglie, in particolare tra Genova e a Torino; poi dal 1628 al 1632, al posto di Rubens, presso la corte dell'arciduchessa Isabella Clara Eugenia d'Asburgo, governatrice per la Spagna dei Paesi Bassi; ed infine alla corte di Carlo I d'Inghilterra dal 1632 al 1641 anno della sua morte prematura, avvenuta nel 1641. Con 45 dipinti e 21 incisioni, provenienti dai più prestigiosi musei, sia d'Europa che d'America, la mostra di Torino ne dà un superbo spaccato di straordinaria intensità e qualità.

Due mostre, due mondi anche contrapposti. Dove però l'uno, per quanto splendido e opulento, non esclude né offusca l'altro, perché ognuno di noi si nutre a partire dal proprio territorio: prima di ogni altra cosa, noi siamo la nostra storia.

Due mostre e due mondi, non molto distanti nello spazio e nel tempo, ma lontanissimi per quel che raccontavano e sostenevano: da una parte testimonianze d'arte concernenti il micromondo del nostro territorio periferico e rurale, prealpino, che costituisce però le nostre radici storiche e cristiane tra '400 e '500; dall'altra la celebrazione dell'alta aristocrazia europea e delle splendide corti del '600 barocco.

Fiction sul segreto bancario

TeleComando



RSI La 1 ha proposto in dicembre una fiction in sei puntate "sociologicamente" interessante. È *Quartier des banques – L'affare Grangier*, una ricca produzione della rete romanda, diretta dal ticinese Fulvio Bernasconi. Le serie europee sempre più spesso tengono il passo con quelle medie americane, come dimostra la rassegna "Made in Europe", in onda la domenica sera su RSI La 1. Ma *L'affare Grangier* ci dice di più. Ricordate, negli anni '80, serie USA come *Dallas* e *Dynasty*? Dalle nostre parti spaccavano in due pubblico e critica, alcuni le apprezzavano altri le deridevano. Quelle soap di oltre oceano parlavano di una società dorata legata al petrolio, di grandi famiglie zeppe di intrighi. Era un mondo per noi europei estraneo ed era facile non immedesimarsi, considerare i plot non credibili e troppo di fantasia. Se invece si parla del mondo, pure avvolto da un alone di mistero, di grandi banche private, della piazza finanziaria elvetica e degli iniziali scricchillii del segreto bancario (*L'affare Grangier* è ambientato nel 2012 a Ginevra), allora è un'altra storia. L'argomento è noto, la credibilità c'è, anche se il racconto prevede (come ogni fiction di questo genere) elementi thriller, delitti, parenti-serpenti, intrighi di potere. Senza dimenticare che per la Svizzera la fine del segreto bancario è stato uno choc e, come tale, la fiction non è mai in grado di parlarne a caldo ma deve prima assorbire il colpo. Questo succede dappertutto, basti ricordare gli anni di ritardo con cui il cinema americano ha affrontato la guerra del Vietnam.

Tornando al successo de *L'affare Grangier*, la cui ultima puntata è finita con un cliffhanger, cioè un colpo di scena che prelude ad ulteriori sviluppi, la seconda stagione è in cantiere. Le puntate della prima restano visibili per 90 giorni dopo la diffusione tv su Play RSI.



Viaggiare per meravigliarsi e imparare

di Loris Fedele

Cosa è un viaggio? Un giovane potrebbe rispondere che un viaggio è libertà, un anziano potrebbe dire che un viaggio è fatica, ma anche cultura, conoscenza e molto altro. Sono vere tutte le risposte e sono accomunate dal desiderio di trovare una fonte di meraviglia. Le popolazioni nomadi si spostavano per necessità e per tradizioni ancestrali: ma anche quando sono diventate stanziali e sedentarie non hanno perso il desiderio del viaggio. Forse perché è rimasto il piacere di scoprire e vedere luoghi sconosciuti, forse per incontrare nuove persone o nuove opportunità di vita. I conquistatori del passato nel viaggio cercavano la gloria, i mercanti avventurieri il denaro, gli esploratori le molte risposte scientifiche. Il bambino non ha bisogno di viaggiare lontano e viaggia molto con la fantasia: per lui tutto è nuovo, tutto una scoperta. Per l'adulto è diverso, al di là delle scelte personali.

Oggi è abbastanza facile viaggiare, se si hanno la salute e i mezzi economici per farlo. C'è anche la possibilità di vedersi portare il mondo in casa dalla televisione e dai nuovi mezzi di comunicazione di massa: ma viaggiare fisicamente, di persona, è un'altra cosa. In particolare per i contatti umani che ne possono sortire. Dopo aver raggiunto l'età della pensione i cosiddetti giovani anziani sono perfettamente in grado di abbrac-

ciare questa scelta e molti lo fanno. Ci si può accontentare di fare il turista in una breve vacanza, magari in gruppo, oppure optare per l'azione individuale.

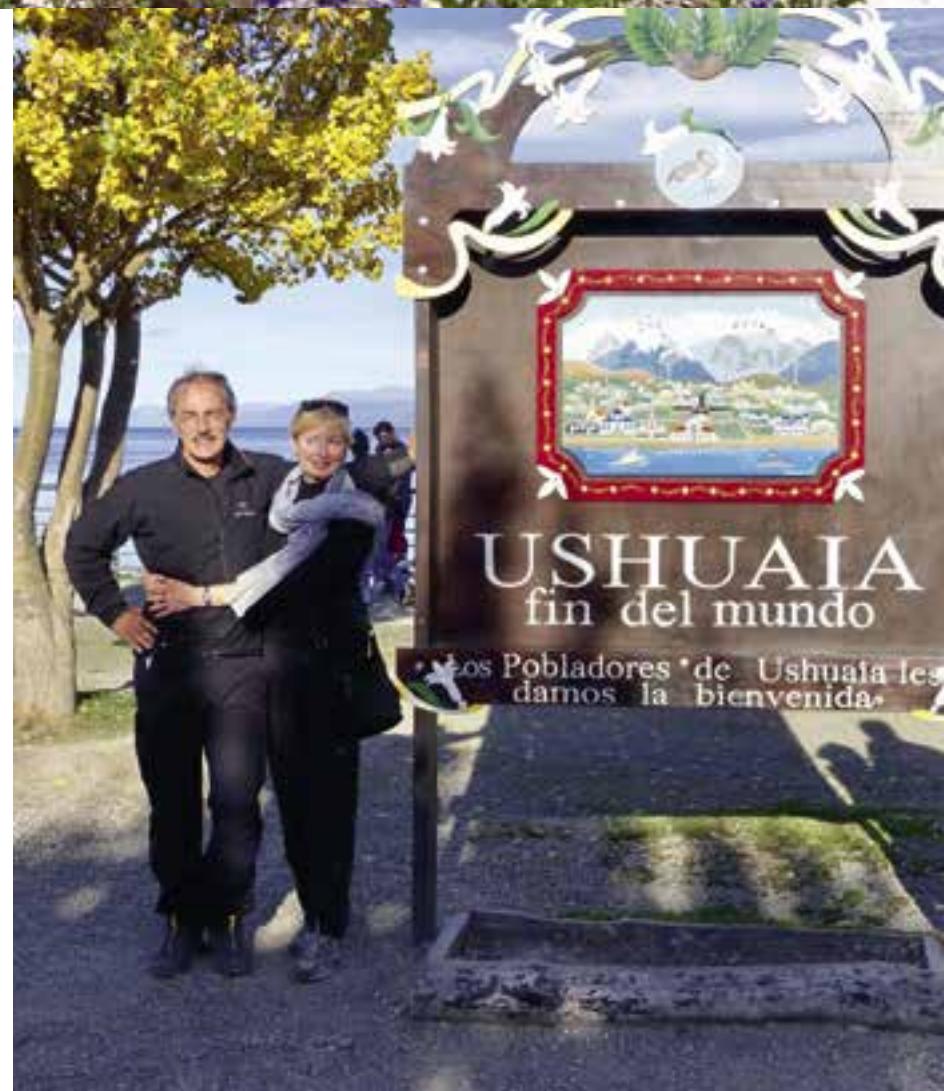
Gianni Ghisla, appena andato in pensione, si è lanciato in una avventura sbalorditiva, che ha raccontato in un libro di 270 pagine, che è appena uscito. A cavallo di una potente motocicletta carica di tutte le sue cose, nel 2016 e 2017, prima da solo e poi accompagnato dalla moglie Grazia, anch'essa neo-pensionata, ha percorso in circa un anno quasi 45.000 km. Entrambi hanno avuto un trascorso professionale da insegnanti: hanno preparato meticolosamente il lungo viaggio, che li avrebbe portati nei luoghi delle loro letture, a contatto con la storia e con l'arte che sono le loro passioni. Volevano scoprire di persona le bellezze del mondo: quelle create dalla natura e quelle costruite dall'uomo.

La curiosità e la sete di sapere sono state il loro motore interiore, quello esterno invece è apparso tenuto a una moto di alta gamma come la BMW Adventure dotata di diversi accessori ribattezzata Arianna. Perché dare un nome a una moto? Perché in un'avventura così lunga e impegnativa con essa si instaura una complicità particolare: si parla con la moto, soprattutto quando si è soli ed è come parlare a sé stessi, si condividono le



difficoltà, si umanizza il mezzo che ti accompagna. Arianna poi è un nome mitico con un preciso richiamo, non una scelta casuale. Associata all'idea di un viaggio c'è sempre quella del ritorno. Arianna nel racconto mitologico diede a Teseo, che andava nell'isola di Creta a uccidere il terribile Minotauro, quel filo che srotolato durante il cammino gli avrebbe permesso di ritrovare la strada per uscire dal labirinto a cose fatte.

Gianni è verzaschese, di Mergoscia, Graziella è urana, di Altdorf. La prima parte del loro straordinario viaggio l'ha percorsa Gianni, parzialmente insieme a un altro motociclista tedesco. Partito dal Ticino, è arrivato fino nel Kirghizistan, ai confini con la Cina, passando dall'Europa all'Asia sulle vie della seta. Prima era stato anche in Mongolia. Passato da Trieste, città mitteleuropea, attraverso i balcani ha raggiunto la Grecia, poi la Turchia, nella splendida Cappadocia, tra i camini delle fate. In Armenia ha visto il monte Ararat, eletto dalla cristianità come l'approdo dell'Arca di Noè. Poi ha percorso buona parte dell'Iran, l'antica Persia, ricchissima di vestigia artistiche e culturali, luogo, come dice Ghisla, di gente e città meravigliose. Come meravigliose sono state per lui quelle dell'Uzbekistan, dai nomi evocativi di Bukhara e Samarcanda. In seguito è stato cattu-



rato dal fascino della steppa del Kirghizistan e dall'immensità dell'Altipiano del Pamir.

Il tempo di spedire la moto in Nord America e poi, questa volta con Graziella insieme sul sellino, via per l'avventura americana. Da Toronto hanno attraversato il Canada da una costa all'altra, passando per i Grandi Laghi e le praterie che evocano i ricordi delle vicende di tribù pellerossa come gli Uroni e i Moicani. Una volta raggiunta la costa dell'Oceano Pacifico giù per gli Stati Uniti, fino al confine messicano, per poi puntare ad Est e rattraversare gli USA. Sulla costa atlantica, in Florida, una meritata pausa e una lunga vacanza prima di affrontare la dura ma gratificante tappa sudamericana. La moto viaggia in nave fino a Cartagena, in Colombia, e poi da lì viene inforcata da Gianni e Graziella per andare verso sud fino ai confini del mondo, a Ushuaia, nella terra del fuoco.

Sarebbe troppo lungo ricordare tutti i punti toccati nei quattro mesi di questa parte del viaggio. Menzioniamo almeno le nazioni: la Colombia, l'Equador, il Perù, l'Argentina, il Cile, e poi l'Uruguay, il Paraguay e il Brasile. Tutta questa avventura straordinaria è raccontata e illustrata nel libro con dovizia di particolari. In questo, come in tutti i viaggi, credo sia difficile scegliere cosa sia stato più bello o più importante: non so se si possa fare una graduatoria delle emozioni. Culturalmente, nelle parole di Gianni, mi sembra che

lo abbia colpito l'Oriente, dove ha cercato la presenza di quelle grandissime civiltà che fatalmente non sono sopravvissute al tempo.

Il libro è pieno di fotografie e richiami all'arte: «una leggera pioggia ci accoglie al nostro arrivo a Samarcanda, "la città dorata", "il giardino dell'anima"...la magia di questa città, ricca di storia, di cultura e di tesori stupendi, ci sorprende appena ci troviamo al cospetto del Mausoleo Gur-e Amir. Il suo splendore è accentuato dai riflessi delle luci notturne e non possiamo che ammirare il luogo dove (forse) ha trovato pace nel 1402 il grande Tamerlano, in grado di costruire un impero impareggiabile, ma capace anche di efferate violenze e atrocità».

Certamente, in un viaggio del genere, la fanno da padrone le meraviglie della natura: le catene montuose, le praterie, i grandi parchi ricchi di foreste, i canyon:

«Il Parco Nazionale Bryce è caratterizzato da una specie di immenso anfiteatro in cui le forze della natura hanno pazientemente costruito una scenografia fiabesca dal colore rosso bruciato, con migliaia di arzigogolate torri di roccia che ricordano l'incompiuta Sagrada Família di Gaudí a Barcellona ...»

I deserti, come quello di Atacama in Cile, e i maestosi ghiacciai, come il Perito Moreno in Argentina: «Seguendo la Ruta del deserto, superiamo la Cordillera del sal e siamo ormai a due passi dal



nostro obiettivo, da qualche decennio meta di un popolo variegato e variopinto di viaggiatori, turisti, "backpackers", sportivi estremi, archeologi che parlano tutte le lingue del mondo. Posta dentro una scenografia eccezionale, ai margini del deserto del sale, riserva nazionale dei fenicotteri, e di fronte al vulcano Licancabur, San Pedro de Atacama ha finora saputo salvaguardare un fascino speciale».

«... lo spettacolo a cui possiamo assistere noi è emozionante. Dal fronte lamellato, largo 5 km e alto fino a 70 metri si scaricano quasi continuamente immensi blocchi di ghiaccio che finiscono con fragore assordante nel lago».

E il mitico paesaggio della Patagonia argentina e cilena:

«Ci si può forse attendere qualcosa di più da un ambiente di montagna? Spazi naturali variatissimi, una sequenza di laghi quasi infinita, cime maestose, ghiacciai immensi, vallate spettacolari. Ma anche vedere flora e fauna è un'esperienza superlativa».

Nel viaggio non manca mai il forte interesse per la gente. L'incontro con l'Altro ci arricchisce, ci istruisce e ci dà da pensare, perché tutti i popoli della terra sono a loro modo splendidi. Chi viaggia è aperto e ricettivo: il vero viaggiatore non ha pregiudizi.



tempo odi il dopo

visti dai nipoti

Giovani, preziosi interlocutori per il nostro dibattito politico

di Ilario Lodi*

Tra pochi mesi si terranno le elezioni cantonal, anzi: si aprirà un intero anno elettorale, come sempre capita ogni quadriennio. La cosa pubblica, si dice, è sempre meno considerata come elemento della vita collettiva da parte dei nostri giovani. Gli interessi sembrano essere differenti, le priorità vanno a posizionarsi altrove, insomma... si dice sempre più frequentemente che la politica sta allontanando i giovani. Ma non è vero...

La verità è che i giovani sono interessatissimi alla vita e all'azione politica, se questa viene intesa come il prendersi cura della collettività. Il problema è che non sempre – salvo alcune lodevolissime eccezioni dove i risultati sono sotto gli occhi di tutti – i ragazzi trovano spazio sufficiente per potersi cimentare ed esprimere in questo ambito secondo quelle che sono le loro peculiari caratteristiche. E qui il ruolo di chi giovane lo è stato, e che, magari, ha anche potuto esercitare attivamente, o anche solo marginalmente, vita politica all'interno dei partiti... questo ruolo, dicevo, diventa davvero centrale. Assumere i nostri nipoti come interlocutori seri e, dopo esserci seduti allo stesso tavolo (ma, anche qui... si potrà ancora parlare di tavolo?) provare a scambiare opinioni su questo o quel tema politico, prendendo spunto da un preciso sistema di riferimento (di stampo liberale, socialdemocratico, conservatore, progressista, ambientalista o altro ancora, beh... questo conta poco) e fare un vero e proprio esercizio di democrazia, attivo, partecipato, consapevole, nella disposizione a modificare quel che si ritiene giusto modificare e a mantenere saldo quanto invece dalla discussione esce rafforzato, rinvigorito, irrobustito. E fatto questo scopriremo che ci sono giovani – lo ripeto: moltissimi – capaci di un esercizio di intelligenza ben più raffinata di quanto noi possiamo credere, ma necessitanti di un confronto serio, misurato, argomentato con il mondo degli adulti che hanno esperienza solida, autentica, genuina della vita pubblica del nostro Paese. Siamo stati tutti nipoti... ed abbiamo appreso, da chi ci è stato accanto, i piaceri del partecipare in modo onesto e autentico (al di là di ogni appiattimento sul piano ideologico) alla discussione pubblica. Questo patrimonio proviamo ora a condividerlo con i nostri nipoti.

* Direttore Pro Juventute
Regione Svizzera italiana



San Pietroburgo, città di luci

di Mariella Delfanti

San Pietroburgo è una di quelle città che vanno visitate a più riprese. Voluta dallo zar Pietro il Grande come finestra sull'Europa, ne ha segnato da protagonista i momenti storici salienti: è stata per due secoli la capitale di un impero sterminato; la culla di una rivoluzione che ha cambiato il mondo; la sede di opere immortali della grande letteratura; la protagonista di un'eroica resistenza a un assedio durato due anni e cinque mesi; la testimone di rivolgimenti che le hanno fatto assumere nel tempo tre diversi nomi. A San Pietroburgo bisogna andare e ritornare, perché sono troppe le testimonianze storiche e culturali che si possono assorbire in un viaggio. Che andiate a visitare le solenni tombe di marmo degli zar, o la sfavillante chiesa costruita sul sanguinoso attentato in cui perse la vita lo zar Alessandro II, o il Palazzo d'inverno dove i bolscevichi presero il potere, o il luogo dove perse la vita Aleksander Puškin, o si tenne l'ultima rappresentazione del teatro imperiale: le tragedie e grandezze del passato sono tutte qui.

A noi l'occasione per rivisitarla è stata offerta dall'invito, rivolto all'Atte, a partecipare a un prestigioso evento che vi si è tenuto dal 12 al 18 novembre: il **Premio Europa per il Teatro**. In quella occasione abbiamo avuto modo di frequentare alcuni dei teatri storici più prestigiosi della città e di percepire la grande vitalità culturale che la scena teatrale pietroburghese è ancora in grado di offrire. Gli spettacoli si sono tenuti in varie sedi, ma quella che forse ci ha catturati maggiormente per la sua bellezza e per la storia di cui gronda è il teatro Aleksandrinskij. Il primo teatro pubblico russo, concepito nel 1756 e costruito nel 1832 su progetto dell'architetto italiano Carlo Rossi, ha a suo modo segnato la storia della cultura in Russia. Luogo prescelto da molti drammaturghi per le prime delle loro opere, ha decretato il clamoroso fiasco del **Gabbiano** di Anton Chekov (che si rifarà con la messa in scena di Stanislavski a Mosca); ha inau-

gurato **La tempesta** di Ostrovskij, ritenuto il capolavoro del teatro russo moderno; vi si è tenuta la criticata prima del **Revisore** di Gogol, e una ormai leggendaria rappresentazione del **Ballo in maschera**, per la regia di Meyerhold. La sulfurea pièce di Lermontov, vittima per 82 anni di travagliate vicende con la censura zarista, rivelava tutta la sua pericolosità al debutto, la sera del 25 febbraio del 1917, in piena rivoluzione, mentre al di fuori del teatro, dove le maschere si rincorrono in un gioco leggero e mortale, si udivano i colpi di arma da fuoco nelle strade. Era scoppiata la Rivoluzione e lo stesso Meyerhold, cadrà poi vittima del terrore staliniano degli anni Trenta. Lo spettacolo fu l'ultimo della direzione dei Teatri imperiali; anche se continuò ad andare in scena fino all'inizio della seconda guerra mondiale. Dopo la riabilitazione di Meyerhold avvenuta a metà degli anni Cinquanta, nel corso della prima ondata di destalinizzazione del Paese, si tentò di



Il Premio Europa per il Teatro

Il Premio Europa per il Teatro, giunto alla sua XVII edizione, nacque nel 1986 da un'idea di Alessandro Martinez, segretario generale del Premio, e sotto la presidenza di Jack Lang, allora ministro francese della Cultura. Il Premio, che ha lo scopo di promuovere "la comprensione e la conoscenza tra i popoli" attraverso le realtà teatrali dei vari Paesi viene ospitato ogni anno a rotazione nelle città europee.

La prima artista ad essere premiata fu Ariane Mnouchkine. Dopo di lei è stata la volta dei più grandi registi della nostra epoca: per citarne alcuni, Peter Brook, Giorgio Strehler, Heiner Müller, Luca Ronconi, Pina Baush, Lev Dodin, Harold Pinter, Robert Lepage, Patrice Chéreau, Peter Stein, e quest'anno Valery Fokin.

A partire dalla terza edizione venne poi istituito un Premio Europa Realtà teatrali grazie al quale artisti meno conosciuti hanno varcato i confini nazionali facendosi conoscere in tutto il mondo. Così è stato per Eimuntas Nekrosius, Christoph Marthaler, Oskaras Koršunovas, Alvis Hermanis, Rimini Protokoll, Pippo Delbono, Kiril Serebrennikov, Andrey Moguchy e, quest'anno, tra gli altri, Jan Klata, Milo Rau, Tiago Rodriguez.

rilanciarlo, ma i tempi non erano maturi. Un'operazione perfettamente riuscita ora, con lo spettacolo che ha suggellato la chiusura della XVII edizione del Premio Europa del Teatro.

Dentro il Ballo, fuori la rivoluzione

Lo ha riportato in vita Valery Fokin, il premiato di questa edizione, con una messa in scena che si è mantenuta filologicamente fedele ai costumi e agli arredi scenici, ricreati secondo i disegni originali di Alexander Golovin. Miracolosamente infatti quasi tutti i costumi e alcuni degli arredi si sono conservati e sono in mostra all'ultimo piano del teatro; mentre alcuni dei sipari sono stati utilizzati per eventi particolari. Questo per dire quanto i fantasmi di Masquerade abbiano continuato ad aleggiare tra le mura dell'Aleksandrinskij: l'omaggio di Fokin a Meyerhold trasuda questo rispetto per la dimensione storica della pièce, ma va oltre, reinterpretandola con moderna con-

sapevolezza. Significativo che a metà spettacolo il protagonista, che ha ucciso la moglie per un atto inconsulto di gelosia, esca a sipario chiuso sul proscenio e racconti la passione che lo ha devastato, attualizzandone le circostanze e deprecandolo come un atto di violenza universale contro le donne. Il dramma della gelosia di Arbenin, un aristocratico che dopo aver passato la giovinezza tra vino, donne e tavolo da gioco, ha messo la testa a posto sposando la giovane Nina, rivive in maniera essenzialmente simbolica, all'interno di una rappresentazione stilizzata e rarefatta che rimanda però alla sontuosità del passato. Il ballo in maschera che accompagna il monologo iniziale di Arbenin ne è lo strumento più significativo. I teatranti alternano una mimica sfrenata della depravazione a un fermo immagine che ne congela le mosse all'interno di una scatola di vetro che è specchio e tempio delle quasi freudiane pulsioni del protagonista. Al

In alto a sinistra:
Valery Fokin, al centro, XVII Premio Europa per il Teatro,
©Franco Bonfiglio.

In alto a destra:
Schweik. The Comeback,
©Vladimir Postnov

tempo stesso la scatola rappresenta simbolicamente l'atto di richiamare in vita la storia del teatro e di affidare al dialogo tra passato e presente la riflessione sui quesiti morali legati al nostro essere al mondo. La sofisticata e raffinata rappresentazione ha inoltre gettato la sua luce anche sulla regia della cerimonia finale del Premio Europa, dove le maschere con i loro stupendi costumi hanno accompagnato l'avvicendarsi sul palco dei vari premiati, che di volta in volta sorgevano dalla piattaforma centrale del palcoscenico: spettacolo nello spettacolo, da leggere anche come ulteriore omaggio al più antico teatro di Pietroburgo di cui Fokin è, dal 2002 direttore artistico.

Gli altri protagonisti

Accanto a quello principale, il Premio Europa porta alla ribalta, anche le nuove spesso poco conosciute realtà teatrali dei vari Paesi. Tra i premiati di quest'anno, spicca il nome del polacco Jan Klata. In ***Un nemico del popolo*** (adattamento di un testo di Ibsen) usa scenografie coloratissime, selezioni musicali pop e Rock, elementi di cultura popolare e punk, in un teatro di movimento, più che d'azione, e sopra le righe, che convince a metà ma che ha il pregio di cogliere l'energia al servizio della denuncia politica e sociale. In questo caso, l'attore fa irruzione sulla scena verso la fine dello spettacolo in un'arringa rivolta verso il pubblico che viene chiamato in causa e spinto a mettersi in gioco. Un teatro militante che si serve del teatro tradizionale, forzandolo verso l'attualità, e portando all'estremo il gioco della quarta parete fino a trasformarsi in luogo di dibattito e prese di posizione.

La sezione *Ritorni* del Premio ci ha regalato invece un originale Hamlet riletto da Lev Dodin. Un ***Amleto*** intimista ma epico, dove la violenza mantiene tutta la sua fisicità grazie anche agli arredi scenici costituiti da teloni e impalcature che vengono via via smantellati. Una lettura del potere (auto)distruttivo delle passioni che albergano nel cuore degli uomini di tutti i tempi e dell'incapacità della Storia di porvi rimedio. Grande regia, grandi interpreti: emozionante.

La rinascita di un teatro "imperiale"?

A parte le novità viste a San Pietroburgo e gli interessanti dibattiti e interventi critici che hanno corredato l'edizione – esemplare la lectio di Georges Banu *Le théâtre et l'Esprit du temps* – c'è comunque un aspetto che è emerso dall'insieme delle rappresentazioni made in Russia: la rinascita e coesistenza di un teatro drammatico di stile "imperiale" negli allestimenti sontuosi e con la presenza di un folto numero di interpreti. Per noi, abituati da tempo al minimalismo forzato sui palcoscenici europei, assistere alle monumentale messa in scena del ***Governatore*** di Andrey Moguchy (Premio Europa 2017), o alla gigantesca scenografia dello ***Schweik*** di Fokin, è stato qualcosa di emozionante. In entrambi i casi si è trattato comunque di un allestimento moderno, completamente svuotato dei suoi significati "imperiali" e celebrativi, ma riconsegnati a una sensibilità intimista che diventa epica.

In basso:

The Governor, di Andrey Moguchy, © Franco Bonfiglio.

In alto a destra:

Lev Dodin's Hamlet,
© Maly Drama Theatre



Misteriosi castelli sopraccenerini

di Adriana Rigamonti



teatro

Chi ha paura di Milo Rau?

Si fa un bel dire della morte del teatro, percepito come elitario ed economicamente insostenibile. Eppure i fatti ci dicono che il teatro continua a vivere e a esercitare una funzione di allerta civile che può riflettersi, attraverso i media, sulle nostre opinioni di tutti i giorni. Se la vocazione di denuncia e di ribellione è ciò che ha mantenuto vivo il teatro dell'Est nei lunghi periodi del silenzio e della repressione, oggi le forme di censura o autocensura possono venire alla ribalta anche nelle situazioni più ufficiali. Lo si è visto durante la cerimonia di premiazione che ha chiuso l'evento teatrale di San Pietroburgo, quando al momento della comunicazione dei vincitori, i festeggiamenti si sono improvvisamente raggelati per la lettura sulla scena di una lettera inviata da uno dei premiati. Si tratta dello svizzero Milo Rau che non ha potuto prender parte alla cerimonia per delle pretestuose complicazioni legate al rilascio del visto. Le autorità sovietiche non hanno gradito la critica alla libertà artistica e di espressione (un esempio per tutti il processo alle Pussy Riots) contenute nel progetto **Moscow Trials** messo in scena da Rau cinque anni fa, ma il regista non si è limitato a denunciare la pressione subita. Ha chiamato in causa anche l'assurda permanenza agli arresti domiciliari del destinatario del premio 2017, Kirill Serebrenikov, motivata con delle irregolarità amministrative, in realtà per aver preso posizione contro l'annessione della Crimea e a favore dei diritti del movimento degli omosessuali. Ovviamente sul palco non si è voluto alimentare nessuna esplicita polemica con le autorità russe, ma altri sono intervenuti: Jan Klata rivendicando l'assenza, al momento delle premiazioni, di due "elefanti" come Serebrenikov e Rau, mentre Lev Dodin ha invocato una soluzione a breve del caso Serebrenikov. Il segretario generale del premio, Alessandro Martinez, da parte sua, ha signorilmente chiuso il discorso ricordando il dovere della difesa dei diritti umani e delle libertà da parte dei Paesi europei, Russia compresa.

La mia curiosità è nata durante una gita a San Gallo. Dopo il San Bernardino, scendendo verso la valle del Reno, ho infatti scorto alcune torri. Resti di castelli ormai scomparsi o semplici punti di avvistamento? Mah! Però ho deciso di scoprire se strutture simili esistono anche in Ticino! Sì, lo so: come dimenticare i castelli di Bellinzona, oppure quello di Serravalle, o anche quello di Mortcote? Però ero convinta che ci fosse qualcosa di più. Ho scoperto di aver ragione quando ho letto un articolo apparso sul Corriere del Ticino (26 giugno 2018), firmato da John Robbiani: rivelava l'esistenza di un castello a Taverne. Ormai quasi del tutto scomparso, è vero. Ma l'Associazione Castrum Tabernarum ha in vista sia un progetto di risistemazione della zona in cui sorgeva, sia un approfondito studio riguardante i motivi per cui il castello è stato dapprima costruito e infine, dopo anni di apprezzato servizio, distrutto. Diversi dettagli sono comunque già noti. Pare dunque (malgrado l'ombra di qualche piccolo dubbio) che l'edificazione, avvenuta forse nel quattordicesimo o quindicesimo secolo, sia dovuta ai nobili comaschi Rusca, mentre l'onore (per modo di dire) della distruzione spetta... ai Confederati. In quale anno? Presumibilmente nel 1517, quando gli Svizzeri smantellarono parecchie strutture militari del Sottoceneri: infatti dopo la sconfitta di Marignano, avvenuta nel 1515 ad opera dell'esercito francese, temevano che armate nemiche tentassero di impadronirsi di torrioni e fortezze per poi attaccare Bellinzona. Oltre al castello di Taverne, a poco a poco ne fecero sparire altri, tra cui quelli di Grumo (Gravesano), di Sant'Ambrogio (Mezzovico), di Santa Sofia (Bironico), nonché la torre di Sigirino. Le strutture erano probabilmente collegate tra loro per mezzo di segnali luminosi trasmessi con le torce. E ovviamente grazie ai portaordini, che si spostavano a cavallo: a loro rischio e pericolo, naturalmente! Ah, un'ultima curiosità storica: anche in Malcantone esistevano castelli, castelletti e torri.



L'ATTE incontra l'OSI a Lac

di Aurelio Crivelli

Per diventare amici dell'OSI potete iscrivervi sul sito <https://www.osi.swiss/it/amici> oppure scrivere ad AOSI, c/o Mario Postizzi, Via E. Bossi, 6900 Lugano. Sono previste diverse quote a partire da quella di simpatizzante con CHF 50.–

L'Orchestra della Svizzera italiana (OSI) è una delle più importanti istituzioni culturali del nostro paese e molti nostri lettori e membri dell'ATTE avranno potuto seguirne la crescita progressiva. Per questa ragione l'ATTE propone di incontrare la nostra orchestra in due concerti, che si terranno al LAC il 14 febbraio e l'11 aprile, dove affiancherà un grande solista di casa nostra, il pianista Francesco Piemontesi. In programma l'integrale dei concerti per pf di Beethoven. Sono previste due lezioni di preparazione, nell'ambito dei corsi UNI3.

Quella che veniva chiamata la Radiorchestra era già attiva agli inizi degli anni '30. Ha dato avvio ad importanti Festival a Lugano, Locarno e Ascona fin dagli anni '40, ed è stata diretta da grandi personalità musicali. Nel 1991 l'Orchestra prende il nome attuale e inizia a mettersi in luce a livello internazionale, esibendosi nelle più prestigiose sale europee.

Dal settembre 2013 inizia la collaborazione con Vladimir Ashkenazy, artista di grande ispirazione, direttore e pianista, nel ruolo di direttore ospite principale."

Dal 2015 l'OSI è guidata dal direttore tedesco Markus Poschner, che nell'importante funzione di direttore principale ha permesso di intraprendere un percorso di crescita musicale, seguendo una linea interpretativa originale, raccogliendo successi e riconoscimenti a livello internazionale. L'OSI ha vinto il prestigioso premio Classical Music Award con il DVD "Rileggendo Brahms ed è invitata al Musikverein di Vienna (giugno 2019)

e alla Grosse Philharmonie di Berlino (febbraio 2020).

La nostra Orchestra ha sempre avuto una particolare attenzione nel rivolgersi ad un vasto pubblico anche al di fuori dei concerti tenuti nella sua sede (Auditorio di Besso e LAC): da molti anni svolge concerti a Locarno, a Bellinzona e in molte altre località del nostro Cantone nel corso delle tournée estive. Attualmente al LAC, dove svolge la maggior parte dei suoi concerti, raccoglie sempre maggiori consensi dal suo fedele pubblico, grazie anche alla bravura e alla simpatia del maestro Poschner e all'infaticabile attività svolta con grande competenza dalla direttrice artistica-amministrativa Denise Fedeli. Il sostegno del pubblico si è manifestato in modo massiccio nel corso delle logoranti trattative con la SSR che lasciavano presagire un ridimensionamento dell'Orchestra. Forte è stata la reazione di solidarietà che ha portato ad un accordo che consente di proseguire l'attività mantenendo l'alto livello raggiunto. Una forte componente di questo sostegno popolare si è manifestata con la creazione, nel 2009, della Associazione Amici dell'Orchestra della Svizzera italiana volta a contribuire al sostegno anche finanziario. L'Associazione ha consentito anche di curare una maggiore vicinanza tra pubblico e orchestrali. Sono state istituite le porte aperte alle prove generali dei concerti che riscuotono grande interesse.

L'apprezzamento del pubblico è anche dovuto dall'alta qualità esecutiva degli orchestrali che garantiscono esecuzioni sempre emozionanti.

Due domande a...

MARIO POSTIZZI

Cosa vuol dire diventare Amici dell'OSI? Quale invito vuole portare ai membri ATTE perché aderiscano?

Circa dieci anni fa, la RSI aveva prospettato e poi concretizzato una riduzione significativa del finanziamento dell'Orchestra. Si è quindi sentita forte l'esigenza di creare un'Associazione in grado di riunire gli appassionati di musica classica e, in generale, delle attività culturali. Molti hanno condiviso l'idea e sono diventati membri dell'AOSI. Ogni anno più di 1'000 aderenti sostengono l'associazione. Lo scopo dell'Associazione, aperta a tutti, è sensibilizzare l'interesse verso l'Orchestra della Svizzera italiana (OSI) e di aiutarla anche finanziariamente. Più aderenti abbiamo e più la stessa assume rilievo. Nel contesto delle negoziazioni che sono avvenute negli anni scorsi l'Associazione ha avuto un ruolo essenziale e vitale per tutelare al meglio il futuro orchestrale. L'OSI è un perno non solo culturale ma anche sociale.

L'AOSI si propone ora di sviluppare un discorso di particolare interesse: mi riferisco a una possibile e intensa relazione con l'ATTE. Nuovamente si intrecciano gli elementi culturali con quelli sociali. Sarebbe bellissimo accogliere molte persone che fanno parte dell'ATTE nella nostra Associazione! Possiamo offrire tutte le informazioni necessarie. Non va dimenticato che la musica ricerca un'armonia, favorisce la spiritualità, fa vivere momenti intensi e rende possibile una meditazione che aiuta e tranquillizza, specialmente in un momento storico fatto di grandi rumori, di incertezze, per non dire di disorientamenti.

Dopo la disdetta della convenzione con la SSR si è raggiunto un nuovo accordo. È ancora importante il sostegno finanziario da parte degli Amici dell'OSI?

Un'orchestra è un pregio che costa. La solidarietà verso l'Orchestra non può coinvolgere soltanto gli esperti di musica, ma pure tutte le persone sensibili alle migliori sorti della parte italiana della Svizzera. Quando la nostra Orchestra suona al di fuori dei nostri confini porta alto il nome della nostra minoranza culturale. Va rilevato che senza il sostegno dell'AOSI non si potrebbe garantire la continuità dell'Orchestra nei termini qualitativi e professionali. Il coinvolgimento ottimale della popolazione favorisce un dialogo fecondo e "fa parlare la gente" su temi vitali e rassicuranti. Per questo, saremo ben felici di accogliere i membri dell'ATTE nella nostra Associazione.

DENISE FEDELI

In Ticino, e a Lugano in particolare, l'offerta musicale è alta con un pubblico fedele al repertorio classico, ma è necessario cercare di coinvolgere un pubblico meno tradizionale. Come raggiungere i giovani e i più piccini?

Per coinvolgere i giovani, l'OSI ha iniziato ad offrire concerti open air sulla Piazza del LAC con programmi trasversali, che spaziano dalla realizzazione live di colonne sonore durante la proiezione di film muti storici, come ad esempio Nosferatu nel 2017, a spettacoli con musicisti-attori, come nel caso dello show di Jgudesman&Joo nel 2018.

Per i più piccini, invece, l'OSI si impegna regolarmente nella produzione di concerti per famiglie, appositamente ideati per avvicinare i bambini e, perché no, i loro genitori alla magia della musica classica. È ormai un appuntamento tradizionale il concerto al LAC per la Festa della Mamma; molto seguita anche la Passeggiata musicale che si svolge solitamente a gennaio al LAC, ispirata ogni anno ad una fiaba diversa. Attraverso suoni, colori ed emozioni, cerchiamo di stimolare la fantasia dei bambini e di dare loro la possibilità di vivere un'esperienza nuova e indimenticabile.

Oggi l'OSI è un'orchestra autonoma dalla SSR. Quali sono stati i cambiamenti più importanti?

Oggi l'OSI si trova nelle medesime condizioni di tutte le altre orchestre svizzere. Deve ideare e realizzare la propria attività in maniera completamente autonoma, gestendo in prima persona tutto l'iter che porta al concerto: pianificazione delle date, affitto delle sale, scelta e ingaggio dei direttori e dei solisti, definizione dei programmi musicali, organizzazione e gestione dei musicisti stabili, promozione e pubblicità dell'evento, vendita biglietti e abbonamenti... In questi anni stiamo vivendo una trasformazione difficile, ma allo stesso tempo stimolante. L'importante a medio termine è consolidare la struttura da un punto di vista finanziario e proseguire la crescita sul versante artistico. Bisogna inoltre non perdere il giusto equilibrio tra le diverse iniziative (concerti in stagione, progetti per la popolazione, trasferte e tournée), affinché l'OSI possa svolgere al meglio sia il ruolo di orchestra di riferimento a livello regionale, sia l'importante funzione di ambasciatrice culturale all'estero.



Mario Postizzi, presidente As-sociazione degli Amici dell'OSI e presidente del Consiglio della Fondazione per l'OSI.



Denise Fedeli, direttrice artisti-ca-amministrativa dell'OSI.



Curiosità e classifiche sui film dell'annata scorsa

di Marisa Marzelli

Non si sono ancora tirate le somme definitive della scorsa stagione cinematografica mentre già si discute di nomination ai prossimi Oscar. Anche il cinema va veloce, talmente veloce concettualmente che Netflix candida alle ambite statuette tre film di sua produzione: il vincitore del Leone d'oro della Mostra di Venezia *Roma*, del messicano Cuarón, *La ballata di Buster Scruggs* dei fratelli Coen, *Bird Box* di Susanne Bier. I film di Netflix si possono vedere solo a pagamento in tv, ma questi tre titoli hanno fatto simboliche uscite in poche sale per rispettare il regolamento degli Oscar che richiede la distribuzione nei cinema. Mentre la questione resta aperta, nelle sale i maggiori incassi sono stati appannaggio dei blockbuster con supereroi. Secondo dati pubblicati dalla rivista specializzata *Hollywood Reporter*, gli incassi del 2018 al botteghino americano hanno raggiunto i 12 miliardi di dollari, con un incremento del 10% rispetto al 2017. Difficile stabilire con precisione il film più visto del 2018, anche perché alcuni attesi titoli sono usciti durante le Feste di Natale e non hanno ancora esaurito le potenzialità al box office. In ogni caso, il primato se lo contendono *Avengers: Infinity War* dei fratelli Anthony e Joe Russo e l'altro supereroe Marvel *Black Panther* nel film di Ryan Coogler. Entrambi hanno fatto registrare circa 700 milioni di dollari d'incasso solo negli Stati Uniti. Seguono tra gli altri, con qualche variazione in classifica a seconda di chi le stila, *Jurassic World – Il regno distrutto*, l'animazione *Gli incredibili 2*, *Venom*, *Mission Impossible – Fallout*, *Jumanji – Benvenuti nella giungla*, *Ant-Man and the Wasp*. Un paio di curiosità. In Svizzera, stando ad un comunicato della produzione, il film più visto dell'anno è *Bohemian Rhapsody*, dedicato a Freddie Mercury e ai Queen (è uscita anche una versione "Sing-Along" con i sottotitoli in inglese

delle canzoni, in modo che gli spettatori in sala possano cantarle come al karaoke). Ma il comunicato risale a prima dell'arrivo sugli schermi de *Il ritorno di Mary Poppins*. Il film di coproduzione svizzera più visto nel mondo nel 2018 sarebbe il documentario di Wim Wenders *Papa Francesco*, un uomo di parola: 750.000 i biglietti venduti. Esulando dalla lista degli incassi, sono interessanti le classifiche sui film migliori dell'annata. In questo caso è evidente che le classifiche cambiano a seconda di chi le stila e dei Paesi di provenienza (in Italia, ad esempio, sono sempre presenti *Lazzaro Felice* e *Dogman*). Ma, se certi titoli ricorrono in più liste, questa specie di gioco di società è anche una maniera per ricordare il meglio dell'anno passato.

Saltando i titoli già citati, quelli più ricorrenti sono *La forma dell'acqua* di Guillermo del Toro (vincitore di quattro Oscar); *L'ora più buia* su Winston Churchill confrontato con l'ascesa del nazismo (Gary Oldman ha vinto l'Oscar per la migliore interpretazione); *Un affare di famiglia* del giapponese Kore-edo Hirokazu (Palma d'oro a Cannes); *The Post* di Steven Spielberg sulla battaglia del Washington Post per pubblicare documenti segreti, i "Pentagon Papers", contro il volere della Casa Bianca; il raffinato *Il filo nascosto* di Paul Thomas Anderson; *BlacKKKlansman* di Spike Lee sull'incredibile vera storia di un nero infiltrato nel Ku Klux Klan negli anni '70; la delicata animazione *L'isola dei cani* di Wes Anderson. Curiosa la classifica dei migliori secondo i prestigiosi ma eccentrici *Cahiers du Cinéma*. Su dieci titoli elencati, cinque o sei probabilmente fuori dalla Francia non li conosce nessuno, poi ci sono un paio di coreani e la serie tv *Coincoin et les z'inhumains* passata in agosto al Festival di Locarno. Ma anche i *Cahiers* non hanno ignorato *The Post* e *Il filo nascosto*.

PARLIAMO DI...

letteratura e memoria. È l'urgenza di raccontare un'esperienza sconvolgente, per certi versi quasi inenarrabile, che spinse Primo Levi a scrivere *Se questo è un uomo* nel 1947. Anche Calvino, che non aveva vissuto l'orrore del lager, afferma nell'introduzione al suo primo romanzo (*I sentieri dei nidi di ragno*, 1947) che «l'esplosione letteraria di quegli anni in Italia fu, prima che un fatto d'arte, un fatto fisiologico, esistenziale, collettivo». Ma perché ricorrere alla letteratura, quando si può attingere alle fonti storiche per conoscere e capire le ragioni e i meccanismi di una guerra? E perché la letteratura continua a tornare sul tema della seconda guerra mondiale, sulla Re-

sistenza e sul dramma degli uomini di allora? In relazione alla prima domanda si può dire che solo la letteratura sa scindagliare nel profondo l'animo umano, dando vita a una storia e a personaggi (veri o verosimili) emblematici testimoni di un'epoca. Con essi il lettore si misura e si confronta, non dimentica e impara lezioni di vita. Alla seconda si può rispondere così: la letteratura descrive e svela la realtà, recupera quella caduta nell'oblio, richiama quella che non si vuole dimenticare, prefigura quella che ancora non c'è, rispondendo al bisogno di capire e di dare un senso etico alla nostra esistenza.



a cura di
Elena Cereghetti



Lia Levi

Questa sera è già domani
E/O

Questa sera è già domani di Lia Levi (E/O, 2018) ha ottenuto il Premio Strega giovani 2018. Pure la Levi torna sul periodo delle leggi razziali del 1938 e si chiede «come e con quali spinte interne l'uomo singolo reagisce ai colpi che la storia gli assesta». Le risposte sono suggerite attraverso la narrazione ispirata alla vita del marito, cresciuto in una famiglia ebraica a Genova proprio in quegli anni e perciò destinato a confrontarsi con l'invasione della Storia. La sua vicenda è alla base della rielaborazione dell'autrice, che riesce a cogliere nella difficile quotidianità dei personaggi momenti di forza e debolezza, di speranza e avvilimento, di eroismo e viltà. Il senso del titolo è suggerito al lettore dalla stessa Levi in un'intervista: «da un lato si riferisce al finale, perché la salvezza [nrr dei personaggi] avviene di sera e li attende il domani».



Marco Balzano

Resto qui
Einaudi

Resto qui (Einaudi, 2018) di Marco Balzano (Premio Campiello 2015 con *L'ultimo arrivato*) non è solo il titolo del romanzo, ma coincide con l'affermazione decisa e perentoria di chi protesta per la distruzione del proprio villaggio, del "maso" in cui è nato e cresciuto; di chi non vuole sottomettersi a leggi e proclami ingiusti, frutto del sopruso; di chi non può rifiutare la sua lingua e le sue origini. "Restare" per Erich e sua moglie Trina è una necessità vitale, perché lì a Curon (in Val Venosta nel Trentino Alto Adige) sentono di avere le proprie radici. Guidati dai loro ideali, non temono nulla, nemmeno la guerra, i fascisti, i nazisti e i signori della Montecatini.

Maestra temeraria che sfida l'autorità, continuando a insegnare il tedesco nonostante il divieto, segue sulle montagne il marito, disertore dopo l'esperienza al fronte in Albania e Grecia. Trina (Caterina), come sottolinea l'autore, ha «il nome della chiesa del paese di confine in cui è ambientata la vicenda e, soprattutto, dell'ultima donna che ha lasciato il borgo dopo che la Montecatini ha messo il tritolo alle case, ha sbattuto la gente nei container e ha riempito l'invaso sommerso per sempre ogni cosa». Tutto tranne il campanile che, solitario, emerge dall'acqua a raccontare che «lì sotto si è consumata la distruzione e che prima della cancellazione doveva esserci stato un cosmo formicolante di gente che faticosamente e con dignità tirava avanti».



Liliana Segre

Scolpitelo nel vostro cuore. Dal Binario 21 ad Auschwitz e ritorno: un viaggio nella Memoria
Piemme

Scolpitelo nel vostro cuore. Dal Binario 21 ad Auschwitz e ritorno: un viaggio nella Memoria di Liliana Segre (Piemme, 2018). A 80 anni dalla promulgazione delle leggi razziali, Liliana Segre continua a far sentire la sua voce, perché «coltivare la Memoria è ancora oggi un vaccino prezioso contro l'indifferenza e ci aiuta, in un mondo così pieno di ingiustizie e di sofferenza, a ricordare che ciascuno di noi ha una coscienza e la può usare». Per questa ragione incontra i giovani nelle scuole (come avvenuto anche in Ticino) e si affida alla scrittura. Lei, che sul braccio porta ancora il numero 75190 impresso ad Auschwitz («un numero che non si cancella dentro di me»), parla del passato, ma «cerca il suo approdo nel presente» (D. Palumbo). Con un linguaggio semplice e immediato, scelto pensando soprattutto a lettori giovani, l'autrice narra la sua storia di bambina ebraica, che visse l'orrore dei campi di concentramento. Il suo principale intento è chiaro: «Contrastare il razzismo. Tramandare la Memoria. Costruire un mondo di fratellanza e di pace,[...]» (dal suo discorso di neo-senatrice a vita).







Il Myanmar tra pagode, militari e colori

di Céline Coderey

Il Myanmar (ancora generalmente conosciuto come Birmania) è celebre per svariate e contrastanti ragioni: le numerose pagode dorate che ammantano il territorio, l'opprimente dittatura militare durata mezzo secolo, la disarmante generosità dei suoi abitanti, la controversa figura di Aung San Suu Kyi, premio Nobel per la pace che ha lottato per la democrazia, ma ora aspramente criticata per il suo silenzio riguardo le tensioni inter-comunitarie che turbano il nord-ovest del paese, e che hanno portato alla fuga in Bangladesh di quasi un milione di musulmani, e il sorriso dei bambini dal viso impiastricciato di tanaka, la corteccia di una pianta locale usata come cosmetico. Il Myanmar è un paese dalle dinamiche complesse, che attrae, sorprende, interroga e cattura mente e cuore di chiunque lo visita.

Il Myanmar è il paese più occidentale del sudest asiatico, e confina con l'India, il Bangladesh, la Cina, il Laos e la Tailandia. Si estende dalle cime himalayane al nord sino al mare andamano al sud ed il golfo del Bengala ad ovest, passando per le vallate, le colline e gli altipiani centrali. Il paese è estremamente ricco in risorse naturali essenziali alla produzione artistica: teak, ebano, bambù, rattan, lacca, vari oli, resine, argento e pietre semipreziose quali i rubini, gli zaffiri, l'ambra e la giada.

Una delle principali caratteristiche del paese è il mosaico etnico di cui si compone, mosaico che si è creato nel tempo attraverso le varie onde migratorie originarie dalle aree tibetane dell'Asia centrale e dalla Cina. Oltre ai Birmani che vivono in tutta la Birmania centrale, l'attuale Unione include Karen, Shan, Kachin, Naga, Chin, Rakhine e Mon.

Questo mosaico etnico si riflette in una certa varietà religiosa. Lo stato Rakhine ospita un'importante comunità musulmana mentre gli stati Karen, Chin e Kachin sono a maggioranza Cri-

stiana ma serbano ancora delle importanti tradizioni sciamaniche. Si tratta tuttavia di minoranze religiose. Infatti la religione principale e più diffusa (2/3 della popolazione) è il Buddismo nella sua forma Theravada, lo stesso Buddismo che ritroviamo anche nello Sri Lanka, in Tailandia, in Laos e in Cambogia. Theravada significa l'insegnamento degli anziani. Questo buddismo si vuole dunque il più puro e autentico, più fedele all'insegnamento del Buddha storico, Gotama. Il buddismo arrivò in Birmania Centrale dapprima, nel III secolo D.C. nella sua forma Mahayaha, giunta dall'India, poi nel X secolo, nella forma Tantrica e coesistette per un certo tempo con l'Induismo. Non fu che nel XI secolo che il buddismo theravada si diffuse mettendo nell'ombra le altre forme di buddismo. Ciò grazie all'azione del re Anoratha (1044-1077) di Pagan, che fece di tale buddismo uno strumento di potere e dominazione.

Il cuore della dottrina buddista consiste nell'idea che ogni individuo non vive una ma innumerevoli vite e sotto varie forme, uomo, animale, spirito,

via
oggi.
Io.

La religione principale e più diffusa è il Buddismo nella sua forma Theravada, lo stesso Buddismo che ritroviamo anche nello Sri Lanka, in Tailandia, in Laos e in Cambogia. Theravada significa l'insegnamento degli anziani. Questo buddismo si vuole dunque il più puro e autentico, più fedele all'insegnamento del Buddha storico, Gotama.

divinità. Questa successione di vite, chiamata samsara – è determinata dal karma ossia la somma delle azioni meritorie e demeritorie realizzate nel corso delle varie vite. La vita è sofferenza e la ragione di tale sofferenza è il desiderio e l'attaccamento alle cose del mondo. Lo scopo ultimo è quello di liberarsi dal ciclo di rinascite e di accedere al Nirvana ciò che è possibile solo tramite il rispetto della morale (tila) e la pratica della meditazione (bavana). Il Buddha è l'uomo che ha compreso questa verità e è entrato nel Nirvana.

Un'altra componente importante del sistema religioso che coesiste con il buddismo e lo completa è il culto degli spiriti guardiani del territorio, i nat. Questi spiriti proteggono la natura, quindi il mare, i laghi, le foreste, le piante, ma anche le case, i villaggi, le città. Questo culto è tutt'oggi molto complesso e va dalla semplice offerta che i pescatori dedicano allo spirito del mare quando partono con le loro barche, alle offerte che una famiglia dona al nat della casa fino ai grandi festival nazionali caratterizzati dalle danze eseguite dai medium posseduti dai nat. Se il buddismo è volto soprattutto, ma non solo, agli scopi ultramondani, il culto dei nat è praticato unicamente per migliorare la propria vita terrena e in genere per trarre dei benefici materiali.

Accanto al buddismo e al culto dei nat – e ad essi articolati – vi sono altri elementi che compongono il sistema religioso locale. Infatti, per far fronte alle diverse vicissitudini dell'esistenza, i birmani fanno tradizionalmente uso dell'astrologia, la divinazione, la medicina tradizionale e le scienze occulte quali l'alchimia, i diagrammi esoterici e i mantra.

Storicamente, il Myanmar ha conosciuto una successione di dinastie reali, o, per gli stati Shan, principesche. I re conquistatori Anoratha, Tabinshweti-Bayinnaung e Alaungpaya fondarono i tre imperi principali: l'impero di Pagan (1044-1284),



contemporaneo all'impero di Angkor in Cambogia, l'impero Toungou (1531-1752) e per finire, l'impero di Ava (1753-1885). Annessa al Impero delle Indie nel 1886, la Birmania rimase sotto il controllo inglese fino al 1948 data in cui riconquistò la sua indipendenza grazie al leader Aung San. Dal 1962, il paese ha conosciuto una successione di regimi militari particolarmente cruenti, sempre caratterizzati da una forte centralizzazione e dominazione del governo Birmano centrale sulle popolazioni etniche minoritarie delle regioni periferiche, tramite violenza, sponstamenti forzati e un marcaggio simbolico del territorio tramite edifici religiosi in stile birmano, statue di figure storiche Birmane, e l'attribuzione di nomi birmani a strade e edifici regionali. La dittatura militare ha anche significato una stagnazione economica e l'estremo impoverimento dei più in contrasto con l'arricchimento dei militari e del loro seguito.

La dittatura si è conclusa nel marzo 2011, con il passaggio a un governo civile e l'inaugurazione di un processo di democratizzazione terminatosi solo nel 2015 grazie alla vittoria delle elezioni da parte del partito democratico. Malgrado questo passaggio, l'influenza dei militari resta significativa, in quanto il 35 % dei seggi in governo resta riservato a loro come pure restano in mano loro il ministero della difesa, le forze di polizia e il controllo delle frontiere. E sebbene democratizzazione significhi teoricamente decentralizzazione, la dominazione e il controllo del governo birmano sulle regioni periferiche resta intatto, generando importanti conflitti, in particolare negli stati Kachin e Shan e, di recente, anche Rakhine.





D'altro canto, la democratizzazione ha inaugurato una profonda e rapida trasformazione sul livello economico. Con l'affievolimento dell'attitudine protezionista del governo e la caduta degli embarghi, sono aumentati gli investimenti esteri, le joint-ventures, le banche, le infrastrutture turistiche, e persino le stazioni di benzina, inesistenti fino a 5 anni fa. L'innovazione più radicale è di certo stata l'avvento della rete e delle piattaforme web e dei telefoni cellulari che hanno aperto una finestra sul mondo, a gente che però non sempre ha l'educazione e la capacità critica necessarie a garantire un uso costruttivo e salutare di tali mezzi.

Grazie ad un aumento dei contributi monetari dello stato e di organizzazioni umanitarie e di sviluppo internazionali, assistiamo anche a una riforma del sistema educativo e del sistema sanitario. Questo sviluppo, però, rimane ancora debole e, purtroppo, ma non senza sorpresa, altamente concentrato sulle aree centrali e le principali città del paese, lasciando le zone periferiche, ancora una volta, ad assistere ad un fenomeno che non sembra riguardarli.

Lo sviluppo del sistema educativo ed economico significano anche nuove e molteplicate possibilità di lavoro, nuove consapevolezze, ambizioni e speranze. Indi l'emergenza di una gioventù brillante e motivata a contribuire in modo significativo alla crescita economica e sociale del paese. Se molti danno la priorità alla personale ascesa sulla scala sociale, altri, soprattutto residenti nelle regioni periferiche, hanno a cuore uno sviluppo più omogeneo e inclusivo e l'affievolimento delle tensioni comunitarie e religiose.

**Voglia di scoprire
le bellezze della
Birmania? Il nostro
Servizio Viaggi pro-
pone un tour nella
Terra dell'Oro
dal 19 novembre
al 2 dicembre.
Maggiori informa-
zioni su:
www.atte.ch.**

Il Generale Guisan

di Franco Celio

Il generale **Henri Guisan**, capo dell'Esercito svizzero durante la seconda Guerra Mondiale, è stato, fino a non molti anni fa, una figura popolarissima. Il suo ritratto figurava al posto d'onore in tutti gli esercizi pubblici e non di rado anche in case private, come una "star" del cinema. Prima di lui, solo il Generale Dufour, autore della prima carta topografica della Svizzera, del superamento della crisi del Sonderbund e poi dell'"affare di Neuchâtel" (1856) aveva goduto di una popolarità analoga. Nei confronti di Guisan e delle sue scelte strategiche, tuttavia, negli ultimi anni diversi storici hanno espresso anche opinioni critiche. Senza entrare nel merito delle stesse, soffermiamoci dunque sulla biografia del Generale.

Nato il 21 ottobre 1874 a Mezière, nel Lavaux, da famiglia borghese (il padre è il medico), il futuro generale frequenta il Liceo cantonale a Losanna. Incerto nella scelta fra medicina e teologia, matricie che inizia a studiare entrambe alla locale Università, opta infine per agronomia, che studia a Hohenheim (Germania) e a Lione (Francia). Nel 1896 acquista un'azienda agricola a Challes-sur-Oron. L'anno dopo sposa una ragazza di famiglia agiata, che gli darà due figli. Nel 1903 si stabilisce a Verte Rive (Pully), sul Lago Lemano, dove conduce una vita da gentleman-farmer. Municipale di Pully per il Partito liberale vodese, politicamente è su posizioni federaliste, conservatrici e antisocialiste.

In ambito militare, dopo la scuola reclute, diventa istruttore d'artiglieria. Tenente nel 1894, accede in seguito a gradi più elevati (capitano nel 1904, maggiore nel 1911). Durante la prima Guerra Mondiale è stretto collaboratore del Col. Sprecher von Bernegg, capo di Stato maggiore generale. Nel 1921 è promosso colonnello brigadiere. Ufficiale di milizia fino al 1927, nel '32, grazie all'appoggio del consigliere federale Minger, suo grande amico, diventa comandante di Corpo d'armata. Sempre Minger (del quale tratteremo prossimamente) prepara "dietro le quinte" la sua elezione a generale, carica a cui viene effettivamente eletto il 30 agosto 1939 dall'Assemblea federale, con 204 voti su 231 (21 voti, perlopiù socialisti, vanno al divisionario Jules Borel). Per la nomina dell'eletto, il risultato è accolto con favore da tutta la popolazione (salvo da qualche ufficiale carriera), specie dopo il "Rapporto del Grütli" di un anno dopo, nel quale ribadisce la volontà di difesa della Svizzera.

Considerato un eroe nazionale, Guisan resta molto popolare anche dopo la fine della guerra, accolto ovunque con grande simpatia e deferenza. Muore, nella sua tenuta di Verte Rive l'8 aprile 1960, nel suo 86.mo anno di età.

Si chiama fitness park il nuovo modo di allenarsi

In Ticino strutture attrezzate per la ginnastica all'aperto

di Raffaella Brignoni

Fu una monitrice con tanta esperienza a intuire i vantaggi che le attività praticate nelle palestre avrebbero potuto produrre, se esercite all'aperto. Sì, signori, fuori, nel verde. Come di fronte a ogni novità, qualcuno inizialmente ha storto il naso: «La ginnastica si fa in palestra!». Ma «che idea entusiasmante!» ha ribattutto qualcun altro ed ecco che i parchi si sono trasformati in una grande palestra a cielo aperto.

In Ticino l'iniziativa sta registrando successo fra gli "over 60" e molti sono gli enti comunali interessati a creare infrastrutture simili per la loro popolazione.

Gli scoiattoli guardano per un attimo il gruppo e, poi, saltano su dei tronchi e spariscono. Sotto le fronde, alla faccia del freddo pungente, alcuni "over 60" sono pronti per la settimanale lezione di ginnastica all'aperto. Intorno a noi altre persone si allenano. No, non siamo al Central Park a New York, bensì al Parco della Pace a Locarno. Sì, pure in Ticino esistono moderni fitness park che, dotati di macchinari, si possono frequentare in sicurezza con le monitrici di Pro Senectute.

Il paesaggio è incantevole: sembra una cartolina che invita a respirare a pieni polmoni. Deira Maffeis, è la monitrice di Pro Senectute, che ogni giovedì conduce al Parco della Pace di Locarno la lezione di ginnastica all'aperto e fa gli "onorì di casa", mentre aspetta l'arrivo dei suoi "ragazzi". Si intuisce che il clima è familiare. Sergio arriva per primo: è un uomo che ha passato la settantina, ma con la cuffia in testa, il giaccone sportivo e i jeans conserva l'aria dell'eterno giovanotto. Ancora con il fiato in gola ci racconta di avere appena visto nove aerei della Patrouille Suisse: «Voli acrobatici incredibili sopra al lago! Da lasciare a bocca aperta! Eppure accanto a me un padre non ha fatto alzare gli occhi in cielo ai figli perché doveva riprenderli con il telefonino mentre davano da mangiare alle anatre... Roba da matti! Ma le persone hanno lasciato la testa dentro ai cellulari?». Annuiamo, ma Sergio è già passato oltre: è ora intento a riservare una serie di panchine, che serviranno per svolgere l'ultima sessione di esercizi.

Non ci resta che aspettare l'arrivo degli altri partecipanti, ma con questo freddo arriveranno? Eccoli piano, piano, spuntare da ogni direzione gli "Sportivi Paolini", nome che il gruppo si è dato quando è stato fondato dalla monitrice Paola. A causa del clima non proprio mite di oggi, qualcuno ha preferito restare al calduccio a casa, ma il gruppo con 14 partecipanti è comunque ben rappresentato, "imbacuccato per bene" – cappellini, sciarpe e guanti in quantità – ma, soprattutto, motivato.

«Perché noi lavoriamo con qualsiasi tempo! Vero? Se piove? Abbiamo l'ombrellino...» con positività Deira ci fa capire di che pasta sono fatti i suoi corsisti: gente che non si scoraggia alle prime difficoltà e nemmeno si piega di fronte alle bizze del meteo. Anzi. «Si immagini che per la forte insistenza di chi non voleva sospendere il corso durante le vacanze estive, abbiamo deciso di saltare la pausa. Il programma non cambia, si rivede solo l'orario: con il caldo è impensabile muoversi nelle ore pomeridiane, così ci ritroviamo in serata quando è più fresco» aggiunge Deira. La monitrice, per accompagnare

"gruppi over 60", si è dovuta certificare con tanto di brevetto ESA, una preparazione riconosciuta dalla Scuola federale dello sport di Macolin.

Quanti anni avete? Chiediamo a bruciapelo a due signore che camminano vicine. Ridono, rivelare l'età non sempre fa piacere, ma non si tirano indietro: 77 l'una, 66 anni l'altra ed entrambe con la voglia di «sgambettare per non invecchiare». Perché «fa bene al corpo, ma anche allo spirito».

La donna più anziana ci confessa di trarre gioimento da questo suo oliarsi le giunture: «Sono convinta di essere più forte ora che non da giovane quando non praticavo nessun tipo di attività motoria. Sento di essermi rafforzata la muscolatura e ho più equilibrio, il che mi rende più sicura, perché anche se dovesse cadere, probabilmente avrei meno probabilità di farmi male. È



Una volta la settimana, estate e inverno, gli "Sportivi Paolini" si allenano

una fortuna che esistano gruppi strutturati per la terza età: ai miei tempi non si pensava allo sport, né tantomeno alla prevenzione. Il gruppo, poi, infonde carica, voglia di non mollare».

E se fosse l'elisir di lunga vita? La donna mi dice come abbia spesso guardato alla gente del Nord con ammirazione: «Non voglio parlare per luoghi comuni, ma secondo me a furia di fare dell'allenamento uno stile di vita, non si ammalano nemmeno più» aggiunge Teresa.

John sorride. Che la donna abbia colpito nel segno? «Nato ad Ascona da padre svizzero-tedesco e madre inglese: in casa si parlavano più lingue e si praticava tanto sport. Non ho mai smesso: i benefici sono evidenti anche per un profano. Io mi alleno con una media di sette ore a settimana fra nuoto e bici. Lo confesso, a 83 anni, non me la sentirei più di fare ginnastica all'aperto da solo ed è per questo che mi sono iscritto al gruppo: così sono protetto dall'occhio attento di Deira, che ci allena con esercizi mirati».

Sarà mica troppo duro l'allenamento? Pensiamo fra noi e noi. «Ce la possono fare, ce la possono fare, so fin dove posso pretendere. Ogni volta qualcosa in più, ma con criterio», ci risponde sicura, quasi leggandoci nel pensiero la monitrice.

Siamo alla fine, il gruppo ha preso posto sulle panchine per le ultime battute: «Un pochino come le foche, signori. Imitate le foche con piccoli movimenti delle caviglie per sentire i muscoli tibiali...». Deira con grazia sta concludendo questa lezione davvero stimolante a contatto con se stessi e con la natura.



ano con la monitrice Deira Maffei nel Parco della Pace a Locarno.

PRO SENECTUTE TICINO E MOESANO

Abbi cura di te e la salute vien da sé

Corsi Pro Senectute Ticino e Moesano per mantenersi in forma



Che cosa c'è di più bello di una camminata in mezzo alla natura con accanto una monitrice qualificata che ti indica il modo corretto di eseguire gli esercizi? «I fitness park sono un'idea al passo con i tempi. Siamo nel 2019 e alla nostra utenza andava offerto qualcosa di innovativo. Pensiamo che la ginnastica all'aperto sia un'iniziativa che risponda a più bisogni: di integrazione e socializzazione, per chi dopo una vita al lavoro deve rivedere le sue giornate, o può anche solo essere vista come una risposta sana per trascorrere il tempo libero. Con queste proposte di allenamento della forza sottolineiamo l'importanza preventiva per mantenersi il più a lungo autonomi. Un'importanza che è ancora sottovalutata: da questo punto di vista è auspicabile un veloce cambiamento di mentalità e accettare l'idea che, invecchiando, occorre prendersi cura di sé per tempo» evidenzia **Sibilla Frigerio Zocchetti**, responsabile Creativ Center (Sport-Formazione-Vacanze) di Pro Senectute Ticino e Moesano.

Nuovi spazi dove fare ginnastica corrispondono anche a nuove modalità di lavoro?

Sì, non sono le classiche lezioni frontali. Ci troviamo di fronte a un nuovo concetto di allenamento e attività fisica, dove si intrecciano la componente del gruppo e l'obiettivo personale. L'anziano per eseguire con consapevolezza e precisione le indicazioni deve essere coinvolto. In Ticino per il momento sono attrezzate con macchinari diverse aree urbane: a Pregassona, voluta nel 2016 dalla Fondazione Cardiocentro Ticino e dalla Città di Lugano, lungo il fiume Cassarate è possibile allenarsi anche in ottica cardiovascolare. Una nostra monitrice accompagna pure i gruppi per due camminate all'aperto che si fanno al Parco Ciani e dal marzo 2018, con l'inaugurazione dell'attrezzatura sportiva alla quale Pro Senectute ha contribuito, siamo presenti al Parco della Pace di Locarno.

Insomma, tutta salute e «ricordiamoci che più si resta in forma e più a lungo si sarà indipendenti dagli altri».

Che aspettare allora? Iscrivetevi a uno dei corsi di ginnastica all'aperto. I costi sono popolari: 100 franchi per anno scolastico. Informazioni e iscrizioni presso il segretariato di Pro Senectute in via Vanoni 8/10 a Lugano: tel. 091 912 17 17.

naturalmente.

ail

Te lo leggo sulle labbra

Le vie d'accesso della comunicazione passano anche dalla lettura labiale

di Maria Grazia Buletti

L'apparecchio acustico si rompe o non lo troviamo più, o si sono scaricate le pile, oppure ci si trova in una situazione in cui non si può usare (piscina, mare), o infine ci si sta curando per un'otite. Sono tutte situazioni plausibili che possono compromettere la comunicazione di una persona debole d'udito. Che fare per evitare di trovarsi così "in panne"? La sordità "non si vede", ma l'ipoacusico ci vede eccome! Allora, nell'impossibilità di servirsi del linguaggio verbale, o come complemento ad esso, il debole d'udito può ricorrere al linguaggio del corpo e alla lettura labiale che torna davvero utile, anche secondo l'audioprotesista Walter Eglin: «Quando gli è difficile seguire una conversazione, è possibile aiutare il debole d'udito a capire accompagnando parole e frasi con gesti naturali dell'organo fonatorio». Una sorta di "ascolto con gli occhi" in cui leggere sulle labbra diventa l'arte di percepire ciò che può essere visto, interpretare ciò che si è percepito e completare ciò che non è stato visto o udito. Si tratta di un riflesso spontaneo già attribuito alle persone deboli d'udito, che con la lettura labiale si trasforma in "saper fare". Quindi, anche se la lettura labiale non ha la presunzione di rimpiazzare l'apparecchio acustico (ma ne completa le informazioni ricevute), è davvero utile impararne le basi per poterla poi usare a complemento di comprensione. Imparare la labiolettura è quindi davvero utile tanto nella comunicazione con gli altri, quanto per l'autostima, in quanto la sua pratica comporta benefici inequivocabili come un netto miglioramento della comprensione anche nei luoghi rumorosi. Inoltre, i benefici del "saper leggere sulle labbra" si estendono come dicevamo verso una maggiore sicurezza di sé, anche nelle situazioni in cui non si può temporaneamente utilizzare l'apparecchio acustico. Si valorizzano così delle competenze individuali di ciascuno e si trasforma l'innato riflesso istintivo nel saper interpretare correttamente, con una netta sensibilizzazione dell'entourage della persona debole d'udito. A favore della lettura labiale, oltre agli audioprotesisti, si schierano anche i medici otorinolaringiatri, come afferma il dottor Luca Ingold: «Con i pazienti bisognosi è facile dimenticarsene, privilegiando la tecnologia, ma ritengo che il tema della labiolettura sia snobbata a torto e andrebbe invece incoraggiata e approfondita». I corsi di apprendimento sono riconosciuti dall'U-FAS e sono promossi anche in Ticino come coadiuvante agli apparecchi acustici. ATiDU, dal canto suo, si adopera costantemente nell'organizzazione di corsi di lettura labiale (una o due volte l'anno). Corsi molto ben frequentati e apprezzati, per i quali ci si può informare direttamente ad info@atidu.ch .

Guardare per sentire meglio

di Ruth Toenz

Alcuni anni fa mi sono resa conto all'improvviso di essere rimasta sorda da un orecchio. D'un tratto era una nuova situazione che mi causava parecchi problemi. Malgrado ciò, faticavo a prendere in considerazione l'uso di apparecchi acustici che avrebbero migliorato di gran lunga la mia condizione. Così a quel punto una mia amica mi consigliò di iscrivermi al corso di lettura labiale organizzato da ATiDU. Cosa che feci, rendendomi però conto che la cosa era tutt'altro che facile: imparai la lettura labiale riponendo però in un cassetto della mente tutto quanto appreso. Nel frattempo mi arresi all'evidenza, cominciando a considerare gli apparecchi acustici: ne porto due minuscoli che però non rispondono sempre alle mie aspettative, soprattutto in presenza di rumori di sottofondo. Perciò un giorno ho riaperto quel cassetto della memoria in cui avevo archiviato la lettura labiale e ho iniziato a guardare le labbra del mio interlocutore. Non vi dico quale imbarazzo! Eppure, oggi questo atteggiamento è diventato naturale ed è parte del mio quotidiano. Posso quindi assicurare che la lettura labiale è sicuramente un valido aiuto a complemento dei vari "gioiellini" della tecnologia auricolare esistente. Provare per credere!



• info@atidu

**Associazione
per persone
con problemi d'udito**
ATiDU
Ticino e Moesano
Salita Mariotti 2
6500 Bellinzona
Tel: 091 857 15 32
info@atidu.ch
www.atidu.ch
CCP 69-2488-3

**ATiDU
vi
ascolta
tutti!**





La coordinatrice dei volontari, Roberta Bettosini, accoglie con piacere le vostre proposte per temi legati al volontariato o interviste.
Tel. 091 850 0554
volontariato@atte.ch

“Sotto le falde del Camoghè...

Interviste a tutto campo a volontari sul campo: Adele Salvini Ghielmetti

di Roberta Bettosini

...vive un amor di fanciulla”, così inizia il ritornello della canzone *Morobbia mia* e la fanciulla che mi ha accolto nella sua casa di Sant’Antonio per l’intervista è Adele. Lei non è nativa di questo incantevole – oggi – quartiere di Bellinzona ma è venuta ad abitarci quando si è innamorata di un uomo arrivato in valle come guardia di confine trenta anni fa e ivi stabilitosi. È rimasta ammaliata anche dal Camoghè che, davanti alle sue finestre, si erge fiero nella corona di montagne che circondano la valle. Inoltre, Adele, essendo una persona di cuore (un amor di fanciulla appunto), è riuscita a farsi voler bene anche dai morobbiotti vicini di casa.

Come hai capito di essere ben accolta in paese?

Quando mio marito è stato colpito da un ictus, in fretta e furia ho dovuto chiudere il mio studio di terapie naturali per occuparmi di lui. Durante tutto il tempo che è stato ricoverato, dapprima alle cure intense dell’ospedale Civico di Lugano e successivamente, per quasi sei mesi, alla clinica Hidebrand di Brissago, in occasione delle mie visite giornaliere sono sempre stata accompagnata da amici. Dai vicini di casa ho sempre avuto un grande aiuto, addirittura alla sera tornando a casa trovavo una porzione di cena pronta!

Come hai vissuto questa esperienza?

Io ero già passata dalla dolorosa prova di perdere un marito (il primo) deceduto per una grave malattia e già questo ha forgiato in me quella forza necessaria per non ritrovarmi moralmente a terra. Poi non nego che, nella ventina d’anni di pratica come terapista naturale, di storie di vita tortuose ne ho sentite, anzi, ascoltate veramente tante e anche queste condivisioni mi hanno aiutata. Non da ultimo in questi mesi difficili mi ha sollevata il grande supporto datomi dai morobbiotti e dagli ex pazienti del mio studio.

E lui ora come sta?

Bene, se penso alle conseguenze che un ictus potrebbe provocare, direi che sono molto contenta di come lui sia riuscito a ristabilirsi e che abbia ripreso tutte le attività che faceva prima, specialmente quelle sportive. Quando la responsabile dei viaggi ATTE mi aveva proposto di accompagnare un gruppo in Sudafrica, in un primo momento le avevo risposto che non me la sentivo di andarmene così lontano e lasciarlo a casa da solo, ma quando di questa proposta ne parlai con lui mi disse senza esitazione di accettarla e che sarebbe venuto insieme.

Il gruppo lo hai accompagnato in qualità di volontaria, come hai iniziato questa attività all’ATTE?

Nonostante mio marito – dopo mesi di riabilitazione – si fosse ripreso bene, con immenso ma-

lincuore da una parte, non me la sentivo più di riaprire lo studio. Ritrovandomi così con del tempo libero e grata per l’aiuto che avevo ricevuto nel momento del bisogno, avevo deciso di “contraccambiare” facendo del volontariato. Così poco più di un anno fa avevo contattato l’ATTE annunciandomi pronta ad adoperarmi laddove fosse necessario. In quel momento c’era bisogno di nuovi volontari che accompagnassero i gruppi nelle gite culturali, nei soggiorni o nei viaggi. Di lì a poco ho partecipato ad una formazione organizzata appositamente e nel giro di qualche settimana esordii come “vice” di Maria Spiga per la visita alla mostra sul Caravaggio a Milano. Anche la prima gita come accompagnatrice “in capo” è capitata nella città meneghina, ma quella era dedicata agli Impressionisti.

Poi? Sei passata direttamente dalle gite di una giornata al viaggio in Sudafrica?

No, nel mezzo – in settembre – c’è stato anche un soggiorno di 10 giorni in Sardegna vicino ad Alghero; le classiche vacanze da spiaggia durante le quali, però, ogni mattina si faceva una bella camminata e si sono organizzate alcune escursioni anche nell’entroterra.

Cosa ricordi di quella trasferta?

Un bellissimo gruppo dal punto di vista umano. Vi hanno partecipato alcune persone venute da sole e questo ha facilitato il fatto che c’era la disponibilità e ci si attivava per conoscere nuove persone. Per esempio con spontaneità si è formato un tavolo di donne che non si erano mai viste prima e hanno fatto in modo di creare una bella atmosfera. Un’altra cosa che ho apprezzato è che quando si andava a camminare, coloro che erano più in forma si prendevano cura di chi faceva più fatica. Questo soggiorno penso sia stato un buon esempio di quanto succede all’ATTE: socializzare, fare amicizia e, soprattutto, consoliderla frequentandosi anche dopo. Avrei anche un suggerimento da fare, lo spunto mi è venuto ad Alghero quando, gironzolando per la città, abbiamo visto un cartello con scritto “Università della Terza Età” e considerando che quando viag-

Se ti dico... cosa ti viene in mente?

NEVE

Da una parte la neve mi infonde nostalgia dell'infanzia ma di essa ho dei bellissimi ricordi: il pupazzo e le capanne che a Minusio, dove sono cresciuta, costruivo con mio fratello. Quello che apprezzo molto è che con lui ancora oggi ci frequentiamo e facciamo sport insieme. Tra l'altro anche lui è attivo come volontario e accompagna persone cieche in occasione di attività sportive (gite in montagna, sci, ecc.).

ORIZZONTE

Il mare, i viaggi, io sto bene dappertutto, ma prediligo i posti vicino all'acqua, meglio se col cambio delle stagioni.

ALLEGRIA

Mi piacciono le persone che mi fanno ridere, il mio secondo marito mi ha conquistata con il suo modo di farmi ridere. Sono una solitaria ma sto molto bene anche in compagnia.

GIALLO

Caldo, sole, mi piace il calore che infonde. (ndr: anche l'albero di Natale addobbato da Adele ha le decorazioni in giallo oro).

TEMPO

Il tempo che passa mi sembra un sogno. Il tempo anche come guaritore, quello che cancella tutto, anche se per superare le difficoltà non bisogna affidarsi solo a lui ma si devono mettere in campo atteggiamenti che lo permettano, come ad esempio relativizzare e lasciar andare. Tendenzialmente io sono positiva e combattiva, è difficile che mi lasci andare, piuttosto che deprimermi sono iperattiva... che forse è una forma di difesa.

GENEROSITÀ

Trovo che sia un sentimento che fa bene al cuore se fatto con il cuore!



gio – in generale – a me piace entrare in contatto con la gente del posto: sarebbe molto bello e arricchente se l'organizzazione del soggiorno comprendesse anche l'incontro con dei gruppi di anziani del posto.

Il momento più bello del viaggio in Sudafrica?

Senza dubbio quando, con la guida del parco Kruger, abbiamo visitato un asilo per bambini in difficoltà e abbiamo portato loro dei regali per Natale (magliette, cappellini, mutande e due ventilatori), è stato un momento di grande emozione; i loro abbracci per ringraziarci mi hanno toccato l'anima.

Cosa osservi nei gruppi di partecipanti ai viaggi organizzati per i soci ATTE?

In ogni gita, soggiorno o viaggio, c'è una diversa atmosfera. A volte ci sono dei gruppi nel gruppo, spesso di persone che si sono iscritte insieme e che a volte sono "impenetrabili". Sarebbe bello e molto più arricchente se ognuno partisse con la curiosità e l'apertura di conoscere nuove persone, di accogliere uno "sconosciuto" al proprio tavolo, di ricordarsi che il gruppo sono tutte quelle persone che sono partite e non quello più ristretto dei conosciuti, solo così si permetterebbe a tutti di godere appieno della vacanza.

Hai fatto altre esperienze di volontariato all'ATTE?

Certo, in agosto ho fatto parte della quindicina di volontari che per la prima volta hanno dato una mano al Locarno Festival. Praticamente ognuno di noi faceva parte a sua volta di una squadra, composta prevalentemente da giovani, che si occupava di accogliere gli spettatori nelle varie sale. Per me è stata un'ottima esperienza intergenerazionale, soprattutto dal punto di vista umano e di relazione con le ragazze e i ragazzi: c'è stata una bella intesa, mi stimavano, aiutavano, ed hanno dimostrato solidarietà e rispetto nei miei confronti.

IL PROGRAMMA

25-28 MARZO 2019 CINEMA FORUM BELLINZONA

• Lunedì 25 marzo, 20.15

IMMER UND EWIG

Fanny Bräuning, Svizzera 2018, 85'

Versone originale tedesca, sottotitoli italiani. Una coppia di ultrasessantenni parte da Basilea con un camper diretta verso le coste mediterranee. Alla guida c'è Niggi, appassionato fotografo, accanto a lui sua moglie Annette, paralizzata dal collo in giù da una grave malattia. Da oltre vent'anni Annette necessita di assistenza e di cure continue. Con grazia e coraggio i due lottano per rimanere aggrappati alla vita e per coglierne i momenti più belli. Li accompagna la figlia, la regista Fanny Bräuning, che li filma nei loro spostamenti e li interroga, curiosa e stupita, cercando delle risposte. Ne risulta un sorprendente omaggio alla vita.

Film d'apertura, documentario. Prima visione ticinese, alla presenza della regista. Seguirà un rinfresco.

• Martedì 26 marzo, 08:45

DORA, ODER DIE SEXUELLEN NEUROSEN UNSERER ELTERN

Stina Werenfels, Svizzera/Germania 2015, 90' con Victoria Schulz, Jenny Schily, Urs Jucker, Lars Eidinger. Versone originale tedesca, sottotitoli francesi. Da 16 anni.

Dalla pièce teatrale di Lukas Bärfuss. Dora ha diciotto anni e ama scoprire cose nuove. Sua madre Kristin ha deciso da poco di non più somministrarle i tranquillanti cui era abituata. Allora la ragazza, mentalmente disabile, si lancia a corpo perso nella vita e un uomo le piace in modo particolare. I due ben presto faranno l'amore, mentre la madre ne rimane spaventata. Dora continua a incontrare quest'uomo assai losco, che resta visibilmente sedotto dalla sua sfrenata sessualità. Mentre la madre desidererebbe avere un secondo figlio senza riuscire, Dora rimane incinta...

• Martedì 26 marzo, 14.00

LE CHIAVI DI CASA

Gianni Amelio, Italia 2004, 105'

con Kim Rossi Stewart, Andrea Rossi, Charlotte Rampling, Pierfrancesco Favino. Versone originale italiana, sottotitoli italiani per non udenti. Gianni incontra per la prima volta suo figlio Paolo quando è ormai quindicenne, su un treno che li porta a Berlino per una visita di controllo relativa ai gravi disturbi motori che hanno col-

pito il ragazzo fin dalla nascita: grazie anche al confronto con la madre di un'altra ragazza ricoverata, l'adulto saprà riscoprire la propria paternità e soprattutto accettare un figlio che aveva sempre rifiutato.

• Martedì 26 marzo, 20.15

ILEGITIM ILLEGITTIMO

Adrian Sitaru, Romania/Polonia/Francia 2016, 89' con Adrian Titieni, Alina Grigore, Robi Urs, Bogdan Albulescu, Cristina Olteanu. Versone originale rumena, sottotitoli italiani. Prima visione svizzera.

Sasha, Romeo, Cosma e Gilda sono i quattro figli di Victor Anghelușcu. Hanno da poco scoperto che, durante il regime di Ceausescu, Victor ha impedito a molte donne di abortire. La notizia sconvolge completamente l'equilibrio del nucleo familiare, con i figli che provano rabbia e sdegno per le scelte del padre. La famiglia cela però un altro segreto, ancora più sconvolgente: i gemelli Sasha e Romeo stanno portando avanti da tempo una clandestina relazione incestuosa.

• Mercoledì 27 marzo, 8.45

LEAN ON PETE CHARLEY THOMPSON

Andrew Haigh, Gran Bretagna 2017, 122' con Charlie Plummer, Travis Fimmel, Steve Buscemi, Lewis Pullman, Chloë Sevigny. Da Castellinaria 2017.

Versone originale inglese, sottotitoli francesi. *Dal romanzo di Willy Vlautin, La ballata di Charley Thompson. Il giovane Charley, abbandonato dalla madre, è stato cresciuto da un padre disattento e sempre nei guai. I due cercano un nuovo inizio a Portland, in Oregon, ma presto Charley deve rimettersi in viaggio, stavolta da solo, attraverso l'America profonda: sarà l'amicizia con un vecchio cavallo da corsa, Lean on Pete, a ridargli la speranza in un mondo migliore.*

• Mercoledì 27 marzo, 14.00

ELLA & JOHN THE LEISURE SEEKER

Paolo Virzì, Italia/Francia 2017, 112'

con Helen Mirren, Donald Sutherland, Christian McKray, Janet Moloney. Versone italiana, sottotitoli italiani per non udenti.

Dal romanzo In viaggio contromano di Michael Zadoorian. "The Leisure Seeker" è il soprannome del vecchio camper con cui Ella e John Spencer andavano in vacanza coi figli negli anni Settanta. Una mattina d'estate, per sfuggire a

un destino di cure mediche che li separerebbe per sempre, la coppia di ottantenni sorprende i figli ormai adulti e invadenti e sale a bordo di quel veicolo anacronistico per scaraventarsi avventurosamente giù per la Old Route, destinazione Key West. John è svanito e smemorato (Alzheimer) ma forte, Ella è acciaccata e fragile ma lucidissima.

• Mercoledì 27 marzo, 20.15

THE KINDERGARTEN TEACHER LONTANO DA QUI

Sara Colangelo, Usa 2018, 97'

Con Maggie Gyllenhaal, Gael García Bernal, Ato Blankson Wood, Rosa Salazar, Michael Chernus. Versone originale inglese, sottotitoli francesi. Prima visione ticinese.

Lisa Spinelli è una maestra d'asilo con la passione per la poesia, tanto che i suoi figli ormai quasi adulti la trovano trasformata dalle lezioni che sta seguendo e il marito sente di essere un po' trascurato. Lisa non è di per sé molto dotata, ma sa riconoscere il talento altrui e rimane folgorata da quello di un bambino dell'asilo, Jimmy, che ogni tanto cammina avanti e indietro come in trance recitando poesie impressionanti. Lisa cerca di proteggerlo da una società indifferente al suo talento.

• Giovedì 28 marzo, 8.45

LADY BIRD

Greta Gerwig, Usa 2017, 94'

con Saoirse Ronan, Laurie Metcalf, Tracy Letts, Lucas Hedges, Timothée Chalamet. Versone originale inglese, sottotitoli italiani.

California, 2002. Christine "Lady Bird" McPherson studia in un liceo cattolico di Sacramento. Viene dal "lato sbagliato della ferrovia" e desidera una vita più movimentata, più stimolante, più ricca di opportunità, ma non trova nulla del genere né a casa né a scuola. Nel corso dell'ultimo anno di liceo Lady Bird si trova a vivere la sua prima storia d'amore, ad affrontare la sua partecipazione alla recita scolastica e, soprattutto, a scegliere in quale college continuerà i suoi studi.

• Giovedì 28 marzo, 14.00

ESTATE 1993

Carla Simón, Spagna 2017, 90'

con David Verdaguer, Fermi Reixach, Bruna Cusí, Paula Blanco, Laia Artigas. Versone



guardando insieme

originale catalana, sottotitoli italiani.

D'estate, in campagna, i giorni sembrano tutti uguali. Ma non l'estate del 1993, non per Frida. Già orfana di padre, all'età di sei anni, quell'estate, Frida perde anche la madre. Lo zio e sua moglie, che hanno già una bambina, la prendono con loro, ma cambiare casa, cambiare genitori, ritrovarsi con una sorella e con una tragedia del genere scritta in fronte non è una cosa semplice. Occorreranno tutti i giorni di quell'estate e tutti gli errori possibili per accettare quel che è stato e abbracciare quello che sarà.

• Giovedì 28 marzo, 20.15

LES DAMES

Stéphanie Chuat, Véronique Reymond, Svizzera 2018, 81'

Versione originale francese, sottotitoli tedeschi. Serata di chiusura. Documentario, prima visione ticinese. Seguirà un rinfresco.

Sono nubili, vedove o divorziate. Hanno avuto figli, mariti, un lavoro. Hanno una vita alle spalle ma soprattutto una vita davanti... Les dames apre la porta sull'intimità di cinque sessantenni che giorno dopo giorno lottano in silenzio contro la solitudine, in un'età in cui gli uomini hanno abbandonato la loro dimensione affettiva. C'è chi riempie le giornate di attività, chi si riprende dalla perdita del marito, chi ancora si rigenera nella natura... E l'amore? Le signore continuano a crederci, certo: non è mai troppo tardi per sognare.

Decentramenti:

Come nelle passate edizioni, anche quest'anno sono previste delle proiezioni a Locarno, Mendrisio e Massagno. Al momento di andare in stampa, titoli e contenuti dei film, così come i nomi degli ospiti che saranno presenti durante tutta la rassegna non erano ancora noti.

Il programma definitivo con tutte le informazioni del caso lo si trova sul sito della manifestazione: www.guardandoinsieme.ch. Buona visione!

Andiamo al cinema, insieme!

VI rassegna primaverile di cinema intergenerazionale, per confrontarci con gli altri: giovani, meno giovani, anziani

di Stelio Righenzi

Con i primi tepori primaverili potremo anche quest'anno tornare a goderci le proposte della rassegna cinematografica "Guardando insieme". Per il sesto anno consecutivo infatti l'ATTE e Pro Senectute propongono, dal 25 al 28 marzo 2019 nelle sale del Cinema Forum di Bellinzona, una serie di film, scelti con la consueta competenza da Michele Dell'Ambrogio e Manuela Moretti, particolarmente idonei a suscitare un dibattito fra spettatori di varie età e dunque di differenti esperienze di vita: giovani studenti, persone adulte e attive professionalmente, meno giovani e anziani. L'intento iniziale voluto dagli enti promotori è infatti quello di accomunare un pubblico intergenerazionale per guardare dei film che possano provocare negli spettatori emozioni e reazioni anche piuttosto diverse e divergenti, così da suscitare un possibile dialogo al termine delle proiezioni. Come in occasione delle passate edizioni della rassegna, le proposte cinematografiche saranno arricchite dalla presenza di alcuni ospiti, scelti in funzione delle problematiche trattate nei film ed espressamente invitati a introdurre le riflessioni fra il pubblico. Considerato l'esito molto positivo dell'esperienza dello scorso anno, alcuni film saranno programmati anche in altre località del cantone, così da favorire un accesso alle nostre proposte ad un pubblico più esteso. Saremo perciò presenti anche a Locarno, con una proiezione al Gran Rex in collaborazione con il locale Circolo del Cinema, al Plaza di Mendrisio in collaborazione con i Serviti sociali del Comune e, per la prima volta, anche a Massagno, grazie alla disponibilità della Direzione del Cinema Lux Art House.

I film, quasi tutti di recente o recentissima produzione, saranno programmati al mattino, per favorire in particolar modo (ma non solo!) la presenza delle classi di studenti delle scuole medie-superiori e professionali; al pomeriggio, quando ai giovani si potranno affiancare altre persone adulte di varie età (gruppi di anziani saranno i benvenuti!); alla sera per un pubblico misto, di ogni età.

La nostra proposta insomma vuole far fronte in modo concreto alle difficoltà sempre più diffuse di comunicazione fra generazioni differenti. La sala cinematografica, quale luogo di fruizione collettiva di importanti momenti emotivi attraverso il visionamento di pellicole di assoluto valore e successive riflessioni che ne possono scaturire fra persone di diverse età, può senz'altro andare nella direzione da noi voluta. Andiamo al cinema dunque e godiamoci questi preziosi momenti di vita!



Proposte brevi

Milano Gallerie d'Italia

Romanticismo

28 febbraio 2019

Soci ATTE CHF 80.00

Non soci CHF 100.00

Con la prof.ssa Simonetta Angrisani

Piacenza Palazzo Farnese

Annibale un mito mediterraneo

1 marzo 2019

Soci ATTE CHF 80.00

Non soci CHF 100.00

Con la prof.ssa Roberta Lenzi

Zurigo Kunsthaus

Oskar Kokoschka

05 marzo 2019

Soci ATTE CHF 90.00

Non soci CHF 110.00

Con il prof. Claudio Guarda

Vigevano e Morimondo

08 marzo 2019

Soci ATTE CHF 80.00

Non soci CHF 100.00

Con la prof.ssa Roberta Lenzi

Saronno teatro Giuditta Pasta

Operetta "Al Cavallino Bianco"

10 marzo 2019

Soci ATTE CHF 80.00

Non soci CHF 100.00

Con il prof. Carlo Frigerio

Saronno teatro Giuditta Pasta

Tosca

23 marzo 2019

Soci ATTE CHF 80.00

Non soci CHF 100.00

Con il prof. Carlo Frigerio

Basilea Fondazione Beyeler

Il giovane Picasso - Periodo blu e rosa

2 aprile 2019

Soci ATTE CHF 98.00

Non soci CHF 118.00

Con il prof. Claudio Guarda

Pralormo - Messer Tulipano

16 aprile 2019

Soci ATTE CHF 95.00

Non soci CHF 115.00

Mendrisio Muse d'Arte

Piero Guccione

7 maggio 2019 ore 14:00 / 15:30

Soci ATTE CHF 25.00

Non soci CHF 35.00

Con la prof.ssa Susanna Gualazzini

In preparazione:

Milano

Il Cenacolo e la Vigna di Leonardo

Milano Palazzo Reale

Antonello Da Messina



Viaggi e soggiorni

Vi segnaliamo diverse destinazioni per le quali abbiamo ancora qualche posto a disposizione.

Tour

Tour Andalusia

25 marzo – 01 aprile 2019

Castelli del Trentino

28 marzo – 31 marzo 2019

Toscana minore

7 aprile – 12 aprile 2019

Abbazie austriache con il Prof. M. Genini

15 giugno – 23 giugno 2019

Tour dell'Irlanda

2 luglio – 13 luglio 2019

Tour della Romania

3 agosto – 12 agosto 2019

Tour della Corsica

3 agosto – 12 agosto 2019

Tour della Romania

23 settembre – 30 settembre 2019

Crociera fluviale da Berlino a Praga

20 ottobre – 28 ottobre 2019



viaggie proposte brevi



Opere

Lione con opera di P. Tchaikowsky "L'Enchanteresse"
28 marzo – 31 marzo 2019

Vicenza
Musica & arte nella città del Palladio - con il prof. Vitali
6 giugno – 9 giugno 2019

Bregenz
con l'opera "Rigoletto"
23 luglio – 24 luglio 2019

Umbria
Città di Castello e il festival delle Nazioni
2 settembre – 6 settembre 2019

Grandi Viaggi

Cina
24 settembre – 08 ottobre 2019

Birmania
19 novembre – 2 dicembre 2019

Mare

Alassio
6 aprile – 16 aprile 2019

Milano Marittima
2 giugno – 13 giugno 2019

- Isola d'Elba**
8 giugno – 15 giugno 2019
- Diano Marina**
23 giugno – 2 luglio 2019
- Lido di Jesolo**
7 settembre – 15 settembre 2019
- Milano Marittima**
8 settembre – 16 settembre 2019
- Maiorca Magaluf**
14 settembre – 21 settembre 2019

Terme primavera

- Abano**
5 maggio – 12 maggio 2019
- Montegrotto**
5 maggio – 12 maggio 2019
- Abano**
12 maggio – 22 maggio 2019
- Montegrotto**
12 maggio – 22 maggio 2019

Terme autunno

- Abano**
26 settembre – 6 ottobre 2019
- Montegrotto**
26 settembre – 6 ottobre 2019
- Abano**
6 ottobre – 16 ottobre 2019

- Montegrotto**
6 ottobre – 16 ottobre 2019

- Abano**
13 ottobre – 20 ottobre 2019
- Montegrotto**
13 ottobre – 20 ottobre 2019

Trekking, mare montagna

- Trekking in costiera Amalfitana**
9 maggio – 14 maggio 2019

- Val di Sole**
22 giugno – 29 giugno 2019

- Andeer**
6 luglio – 20 luglio 2019
- Val d'Aosta**
1 settembre – 8 settembre 2019

- Sicilia orientale e isole Eolie**
23 settembre – 2 ottobre 2019

Per informazioni, iscrizioni e programmi dettagliati:
Segretariato ATTE
Servizio viaggi
CP 1041, Piazza Nisetto 4
6501 Bellinzona
Tel. 091 850 05 51/59
viaggi@atte.ch

consulta il catalogo viaggi online su:
www.atte.ch



sezioni&gruppi

LOCARNESE

Gruppo Vallemaggia

Presentazione Totem di filmati sulla Vallemaggia

È la seconda volta che la signora Nicoletta Bondietti-Dutly ci presenta, con filmati, alcuni momenti che hanno segnato la storia della Vallemaggia. Per noi, di una certa età, è stato un ritorno alla nostra gioventù. È con una certa emozione che abbiamo rivisto fatti vissuti, che fanno comprendere i cambiamenti avvenuti in Valle e persone conosciute ed ora scomparse. Bello vedere in sala tante persone che commentavano le immagini che scorrevano sullo schermo a testimonianza dei loro ricordi. Al termine della presentazione è stata offerta una merenda con prodotti locali.

Pranzo di Natale

Che cos'è il Natale? È la festa della nascita di Gesù e in quel giorno le famiglie si riuniscono davanti a un buon pranzo e si scambiano i doni. Infatti il nostro Gruppo ATTE è come una famiglia e il pranzo di Natale è stato il momento "clou" dell'anno appena trascorso. Il momento in cui ci si rivede magari dopo un lungo periodo di assenza dalle nostre attività. Infatti non tutti amano giocare a tombola, alle bocce o alle carte, ma mettere i piedi sotto a un tavolo e farsi servire, una volta tanto, un buon pranzo in compagnia piace a tutti. Eravamo in molti al Ristorante Quadrifoglio di Maggia e la bella giornata diembrina ha invogliato anche soci dal Locarnese e dal Gambarogno ad uscire di casa e venire a festeggiare con noi. Il presidente Marco Montemari ha dato il benvenuto ringraziando i presenti per la partecipazione e i membri del comitato per la preparazione delle decorazioni della sala, dei premi della lotteria e della festa dei compleanni augurando a tutti un Felice Natale e un propizio Anno Nuovo.

La giornata si è conclusa, dopo l'estrazione della lotteria dotata di ricchi premi, in parte offerti, con lo scambio degli auguri e un arrivederci nel Nuovo Anno sempre numerosi nei pomeriggi di svago.

LUGANESE

Gruppo Capriasca e Val Colla

Pomeriggio di festa alla casa di Riposo

S. Giuseppe di Tesserete

Domenica 25 novembre gli ospiti della casa S. Giuseppe e i loro familiari hanno trascorso un gioioso pomeriggio in compagnia del fisarmonicista Giorgio Bergomi. L'incontro, proposto e sostenuto dal gruppo Atte Capriasca - Val Colla - Ponte e Origlio, è stato apprezzato dai presenti che



Sempre affiatato il gruppo ginnastica di Tesserete. In compagnia, anche l'esercizio fisico diventa più facile e divertente.

hanno potuto danzare e cantare in compagnia. Un delizioso spuntino offerto dalla direzione ha concluso il pomeriggio di festa.

Gruppo Tesserete

Il gruppo ginnastica a Tesserete prosegue la sua attività con impegno e soddisfazione. Da alcuni anni ogni martedì un gruppo affiatato di soci Atte del gruppo regionale si ritrova presso il centro socio culturale dalle 14.15 alle 15.00 sotto l'esperta guida di Alberto del centro fisioterapia Nadia di Nadia Mancuso di Tesserete.

Le attività proposte hanno lo scopo di attivare, mantenere e potenziare diverse abilità: coordinazione, equilibrio, forza e agilità.

I partecipanti sono estremamente soddisfatti poiché, ci raccontano: «Oltre a fare movimento, nel tempo si è instaurato un clima di lavoro positivo che ha permesso di concretizzare buone relazioni personali e anche vincoli di amicizia».

Una partecipante chiarisce: «Si va al martedì non solo per fare ginnastica, ma anche e forse soprattutto perché il gruppo aiuta a superare le proprie difficoltà e permette di scambiare idee e opinioni, nonché di confrontarsi con esperienze diverse».

Poi aggiunge: «L'impegno non è gravoso anzi, è un momento privilegiato da dedicare a se stessi».

La scadenza settimanale permette di sviluppare un programma articolato che aiuta a mantenere gli apprendimenti e a migliorare in modo costante le proprie abilità. Il corso segue il calendario scolastico e a giugno si conclude con una gustosa pizza in piacevole compagnia.

Gruppo Collina d'Oro

Pranzo di Natale

Per il tradizionale pranzo di Natale abbiamo scelto il Ristorante Seven (ex Kursaal) a Lugano. Gli oltre 100 soci presenti, salutati dal Presi-

dente, Amilcare Franchini, hanno aderito con entusiasmo a questa giornata ricreativa ed hanno apprezzato le prelibate proposte gastronomiche preparate e servite con professionalità ed efficienza dal personale del ristorante. Apprezzata anche la scelta del Comitato di riunirsi in questa sala, dalla quale si gode una incantevole vista sul Golfo di Lugano. Tra i partecipanti abbiamo notato con piacere il sindaco di Collina d'Oro, Sabrina Romelli, ed i municipali Andrea Bernardazzi, Giorgio Cattaneo, Carmen Chiry e Silvia Torricelli in rappresentanza del Municipio di Collina d'Oro, che ringraziamo per la disponibilità ed il sostegno da sempre dimostrati nei confronti del nostro Gruppo. Il Presidente ha anche ringraziato la Fondazione Hohl di Montagnola, presieduta da Sabrina Romelli che ogni anno ci offre la gita primaverile che quest'anno ci ha portati a visitare il Lago d'Orta e l'Isola di San Giulio.

Il pranzo è stato allietato dall'accompagnamento musicale del complesso del maestro Riboni e dalle esibizioni del nostro coro, diretto dal maestro Franco Masci. La sorpresa di quest'anno è stata la partecipazione del Mago Mattia, animatore, mentalista che ci ha intrattenuti durante tutto il pomeriggio con dei numeri di magia e le sue esibizioni che hanno suscitato ammirazione ed entusiasmo. Gli intermezzi per gli appassionati delle danze hanno fatto da cornice a questa manifestazione, che si è conclusa con un brindisi, lo scambio degli auguri ed un arrivederci nel nuovo anno per le attività del Gruppo.

Si ringraziano il Presidente e tutto il Comitato per l'organizzazione di questo evento conclusivo dell'intensa attività di quest'anno.

Gruppo Alto Vedeggio

Un utile e opportuno ripasso

Sia come automobilisti, sia come pedoni, siamo



Pieni di entusiasmo, i membri del nuovo Gruppo ATTE Caslaccio hanno iniziato la nuova avventura e invitano tutti a partecipare!

quotidianamente sulla strada. Sulla strada con le sue insidie, il caos, la velocità e... qualche insicurezza. Proprio per rinforzare le nostre conoscenze, per richiamare alla mente le regole di base della circolazione (imparate ormai tanti anni fa), ma anche per chiarire i "quasi misteri" che la segnaletica di oggi ci presenta ogni giorno quando ci sediamo al volante, il signor Franco Masci – bravo maestro! – ci ha intrattenuti per un paio d'ore il 29 novembre.

L'incontro è risultato ricco e molto apprezzato da tutti. L'ambiente disteso ha favorito le molte domande, che sono state poste all'esperto, il quale pazientemente, e facendo capo a esempi chiari, ha soddisfatto ogni curiosità dei 24 presenti. Visto il successo dell'incontro e l'interesse suscitato, parecchi presenti hanno chiesto di prevedere un seguito, che ci possa permettere di approfondire alcuni altri aspetti dell'importante tema.

Gruppo Melide

In gita a Ponte Capriasca

Giovedì 6 Dicembre 2018 il nostro gruppo ATTE si è recato in buon numero a Ponte Capriasca per visitare e ammirare "Il Cenacolo". L'opera, secondo la guida Sig. D'Adda, dovrebbe essere datata nel 1547. Quest'affresco che si rifà al più celebre dipinto "L'ultima cena" di Leonardo da Vinci, è qualcosa di stupendo, sia per l'espressione dei personaggi, sia per l'imponente grandezza del dipinto stesso.

L'ottima spiegazione della guida ci ha permesso di sapere qualcosa in più anche sulla vita di Leonardo da Vinci, uno dei più grandi geni che l'umanità abbia mai avuto.

Ottima la merenda conclusiva del pomeriggio, che ha visto tutti noi partecipanti dialogare sulla meraviglia che abbiamo visto.

La visita ha avuto il piacere di essere accompagnata da Don Ernesto Ratti, nuovo Parroco di Melide e dal Parroco di Ponte Capriasca-Origlio.

L'Astronautica sui banchi dell'UNI3

Con una buona partecipazione di soci, con presenza anche di soci ATTE di tutto il Ticino, ha avuto luogo la conferenza dei corsi UNI 3 dal titolo affascinante *Astronautica "passato, presente, futuro"*. Eccellente conferenziere, giovedì 22 novembre 2018, è stato il giornalista Loris Fedele, specializzato in materia e divulgatore scientifico. Il brillante oratore ha tenuto desta l'attenzione di tutti i presenti presentando fotografie ed immagini veramente ammirabili. Le conquiste dell'uomo dello spazio, a partire dal primo satellite sovietico detto "Sputnik", al lancio del primo essere vivente in orbita, la famosa cagnolina "Laika" fino al lancio del primo uomo nello spazio, il russo Gagarin.

Ed è stata la grande competizione tecnica tra russi ed americani che ha portato conquiste entusiasmanti fino al primo arrivo dell'uomo sulla luna nel 1969. Per il presente c'è la stazione spaziale internazionale orbitante e la ricerche in corso per vedere se l'uomo potrà addentrarsi davvero nello spazio. Insomma un bel pomeriggio, diverso dal solito, ma con un tema non facile ma intrigante, che ha coinvolto interamente i presenti dando a tutti un po' di questa cultura, ai più sconosciuta.

MENDRISIOTTO

Panetonata di fine anno

Un folto gruppo di soci, ha partecipato alla panetonata di fine anno con alcuni giri di tombola. Un grazie a tutti i partecipanti e Buon Anno.

Al Caslaccio del Pepo

Sabato 24 novembre si è festeggiato al Caslaccio il neocostituito comitato del gruppo ATTE presieduto da Roberto Nordio. Era presente il Presidente della Sezione ATTE Mendrisiotto Angelo Pagliarini e i presidenti dei gruppi che si sono ritrovati per gustare insieme una ricca grigliata allestita con la collaborazione di alcuni volontari e da Antonio, di professione cuoco, che prepara il suo imminente pensionamento offrendo un po' del suo tempo libero agli anziani di questo nuovo gruppo che potranno godere delle sue prestazioni offerte in forma di volontariato.

Lo scopo dell'invito era di trovarsi insieme a chi che da decenni fa funzionare i sei già attivi gruppi ATTE della Sezione Mendrisiotto e scambiare informazioni e suggerimenti sul modo di affrontare questa nuova avventura.

I Centri Diurni ATTE sono aperti ai soci di tutto il Cantone, sono importanti punti di aggregazione, offrono possibilità di svago, di attività fisica, di contatti personali, di conoscenze interessanti, sono la ricchezza ed il punto di riferimento di questa generazione anziana che si prepara ad affrontare un importante fenomeno d'invecchiamento nel prossimo futuro.

I membri del Comitato del nuovo costituito Gruppo ATTE Caslaccio che sono pieni di entusiasmo, di buona volontà, di aspettative, avanzano affrontando gli ostacoli uno alla volta e chiedono supporto e suggerimenti, si aspettano che le persone a cui si rivolgono facciano un passo nella loro direzione. Il centro, per ora, è aperto di pomeriggio dalle ore 14,00 alle 18,00 nei giorni di martedì, mercoledì e giovedì, dispone di un bocciodromo con due campi coperti dove gli appassionati potranno giocare e portare amici per divertirsi e fare un po' di movimento. Ci sono anche due campi da tennis col maestro professionista Gonzalo che, a richiesta, insegnerebbe a giocare ai soci a prezzi ATTE. Immancabile il bar per chi ama giocare a carte e stare in buona compagnia.

Più avanti, con la bella stagione si potrà fare molto di più. Approfittando degli spazi aperti che circondano la struttura, verrà allestito un percorso vita. Ora però, è il momento di incoraggiare e aiutare questo comitato di volontari che ha assunto l'importante compito di fare qualcosa per la propria gente, cioè le persone anziane che abitano a Balerna, Castel San Pietro e Coldrerio. Avanti allora, chi vuole dare una mano? Si cercano volontari. ATTE Mendrisio.ch vi darà tutte le informazioni.

sezioni&gruppi

Gruppo Monte San Giorgio

Visita ai presepi

Per entrare nell'atmosfera di Natale il Gruppo ATTE Monte San Giorgio, martedì 18 dicembre 2018, si è recato a Bellinzona. Nella prima parte del pomeriggio, abbiamo visitato la Chiesa del Sacro Cuore, una chiesa-convento eseguita dall'architetto Tami in mattonelle di Boscherina (Riva San Vitale) e inaugurata nel 1934-36.

Iniziamo "il viaggio", ideato da Padre Callisto per dare un messaggio spirituale al Natale, da una grande scultura della natività in ferro (opera di Paolo Bellini) regalata dal dentista Carenini (India). In chiesa, per l'occasione in forma rotonda, un'opera di gesso di Valerio di Bianchi (nostro musicista) veglia con umiltà su Maria e Gesù. Si continua con la Sig.ra Maria che ci guida dandoci spiegazioni sui diversi stili, provenienze e donazioni dei vari presepi.

Il percorso ben delineato permette al visitatore di ammirare piccoli e grandi altari come la Madonnina del Candelabro (1700 Scuola Donatello), o, verso la fine del percorso, la barca con il baminello (Messaggio nuovo per ricordare gli emigranti). Una bella visita conclusa con un canto di gruppo. La seconda parte del pomerig-

gio appuntamento con l'arciprete di Bellinzona Don Regazzi per visare l'Oratorio della Cappella Corpus Domini (architetto Tami). Qui ci vengono spiegati i diversi restauri e il significato dei bellissimi simboli a forma semi lunari (sul soffitto) opera di Salvatore Pozzi. L'altare maggiore con una stupenda Annunciazione – La Madonna in abito rosso e San Giuseppe circondato da Angeli, restaurata da Mattia Canevascini di Besazio. Don Regazzi è stato un prezioso maestro d'arte ma il tempo è breve e ci si saluta, augurandoci un sereno Natale. Una buona cena al ristorante Casa del Popolo e poi via verso casa.

Gruppo Novazzano

VIII corso di autobiografia, consegna dell'attestato

I dodici partecipanti al corso si sono incontrati a Novazzano dopo una lunga pausa.

Il prof. Lafferma ci ha proposto come tema di riflessione il "Tempo".

La calda calda estate ha portato esperienze diverse per ognuno di noi:, per Bianca una poesia, per Carla un intenso lavoro di scrittura autobiografica, per Alfredo un traumatico trasloco. Ci siamo soffermati sul senso del trasloco, non



Il Gruppo di Melide in gita a Ponte Capriasca.

solo cambiamento di luogo, ma momento di scelte, di separazione, di abbandono di cose, ricordi, legami. A Yvelise e Jeannine l'estate ha fatto scoprire la Filanda di Mendrisio, una biblioteca piena di libri, ma anche ricca di proposte culturali e sociali. Sarà probabilmente la metà del prossimo incontro con il prof.Lafferma, che ci accompagnerà in un nuovo percorso in questo 2019.

Comunicazione: A tutti i corrispondenti di sezione grazie per la collaborazione. Il termine per l'inoltro dei vostri contributi è fissato per il 1 marzo 2019.



Primo Torneo Cantonale di Burraco 2018 a Chiasso

Si è svolto nella giornata di venerdì 23 novembre 2018, al Centro Diurno di Chiasso, il 1° torneo Cantonale ATTE di Burraco. (Nel 2017 si era tenuto un primo torneo promozionale di burraco). Erano presenti giocatrici e giocatori in rappresentanza di tutte le sezioni ATTE.

Podio:

Primo posto: Mancini Carmela e Ricci Terry sezione ATTE Mendrisiotto

Secondo posto: Canepa Isabella e Calanca Valeria, sezione ATTE Mendrisiotto

Terzo posto : Beretta Magda e Moschini Nerella sezione ATTE Mendrisiotto

Le gare si sono svolte in un clima di cordialità e rispetto e la Challange, per quest'anno, è andata alla Sezione ATTE del Mendrisiotto. Un caloroso ringraziamento a tutti i presenti, ai volontari alla signora Nilde Buetto, alle due arbitre Signora Luraschi Bonetti Lidia e Luraschi Daniela, al presidente del Gruppo ATTE di Chiasso signor Roberto Bernasconi e alla segretaria della Sezione ATTE del Mendrisiotto signora Silvana Accarino.

Una commedia in punta di zampa per la filodrammatica “L'è mai tropp tardi”

di Laura Mella



“L'è mai tropp tardi”! Il nome della Filodrammatica dell'ATTE Sezione Regionale del Luganese incarna sin dal 1996 lo spirito che la contraddistingue; perché se è vero che l'età avanza, è altrettanto vero che non è mai, appunto, troppo tardi, per ridere, mettersi in gioco, divertire e divertirsi salendo su un palco.

Fondata dall'allora presidente di sezione prof. Giordano Belloni, la Filodrammatica oggi conta una ventina di persone, di cui quattro fanno ancora parte della vecchia guardia. A dirigerli una scoppiettante Andreina Gabella, attrice navigata formatasi con Sergio Maspoli che, dopo 40 anni di palco, ora si diletta a dirigere quella che non esita a definire una grande famiglia. «Una famiglia con tutti i suoi pregi e i suoi difetti perché certo non mancano i momenti di discussione! Ma è bello anche questo», puntualizza la signora per poi aggiungere: «La maggior parte di quelli che si avvicinano sono interessati all'esperienza. Non hanno mai fatti teatro. Alcuni però non resistono e scappano perché recitare è duro, è un vero lavoro! Sì ridi, sì scherzi, ma prima occorre studiare e imparare, cosa che non tutti riescono a reggere». Se durante l'anno la compagnia si incontra una volta a settimana, in concomitanza con le rappresentazioni, gli appuntamenti possono diventare anche tre. «Proviamo la sera dalle 20.30 alle 22/22.30, questo perché la compagnia è composta da persone di età diverse e alcune lavorano per cui l'unico momento buono è quello». Ai due poli della Filodrammatica ci sono infatti un giovane quarantenne e un'arzilla signora di 86 anni, «un divario di età che è solo un valore aggiunto – sottolinea la regista – perché permette

uno scambio di idee, di ricordi e di punti di vista preziosi, che danno anche un certo brio alle recite». L'ultima commedia dialettale nata sul palco della compagnia è “La comunità dal Gatt”, la cui prima si è tenuta il 21 ottobre 2018 alla sala Aragonite di Manno davanti ad un folto pubblico. «La commedia parla di un gruppo di persone (anziane e non) alle prese con un gatto clandestino all'interno di una casa per anziani di un certo livello, dove tutto è ben organizzato e disciplinato da un contratto...», spiega Andreina che per imbastire le sue commedie prende spunto da ciò che le regala il quotidiano «riporto in modo tanto realistico quanto farnesca quello che vedo, tenendo sempre un occhio rivolto al presente e uno al passato».

Il suo sogno nel cassetto? A parte tornare con la Filodrammatica a Locarno per la Maratona del teatro amatoriale della Svizzera italiana, la regista pensa alle sue, alle nostre, radici ticinesi: «L'ho esternato più volte, la mia speranza è che il dialetto torni, per quanto possibile, ad essere parlato e scritto, perché è importante che i nostri giovani capiscano l'importanza delle nostre consuetudini. Certo sarebbe magnifico poter lavorare con loro a teatro ma questo sarebbe realizzabile solo con l'aiuto dell'intera comunità. Del resto era un sogno che condividevo con il professor Belloni, ne avevamo anche discusso ma ormai...». Ospite nel 2017 sia su Teleticino che RSI, la compagnia “L'è mai tropp tardi” ha concluso in bellezza il suo tour 2018 a Melide e, dopo un meritato riposo, è già a lavoro. Se volete tenerla d'occhio, trovate tutto su: www.lugano.atte.ch/filodrammatica.

teatro amatoriale



Dare un senso alla propria vita sostenendo bambini e giovani

Ecco perché vorrei ricevere l'opuscolo informativo
di Pro Juventute «legati, eredità e donazioni»

Vi preghiamo di inviare il tagliando a: Pro Juventute, Piazza Grande 3, 6512 Giubiasco
O potete contattarci per telefono 079 659 67 39 o per email valeria.schmassmann@projuventute.ch

Nome _____ Cognome _____

Via/N° _____ NPAluogo _____

Telefono _____ E-mail _____



programma regionale

febbraio-aprile
2019

■ SEZIONE REGIONALE DEL BELLINZONESE

Centro diurno, Via S. Gottardo 2, 6500 Bellinzona, 091 826 19 20, aperto tutti i pomeriggi dalla domenica al venerdì.

www.attebellinzonese.ch

Pranzo dei compleanni con tombola

domenica 24 febbraio per i nati in febbraio,
domenica 31 marzo per i nati in marzo,
ore 12.00 al Centro diurno.
Iscrizioni al Centro diurno.

Assemblea generale ordinaria

martedì 26 febbraio,
ore 15.00 Centro diurno.

Ballo

giovedì 28 febbraio,
Ristorante Tenza a Castione.

Cena di carnevale

martedì 5 marzo.
Iscrizioni entro giovedì 28 febbraio ore 16.00.

Pranzo e festa dei papà

domenica 17 marzo,
ore 12.00 al Centro diurno.
Iscrizioni al Centro diurno.

Tombola

domenica 31 marzo, al Centro diurno.

Pranzo di Pasqua con capretto

domenica 14 aprile,
ore 12.00 al Centro diurno.
Iscrizioni entro martedì 9 aprile ore 16.00 al Centro diurno. Posti limitati!

Comunicazioni varie

Domenica 3 marzo il Centro è chiuso.

Attività

I dettagli saranno pubblicati sui quotidiani e sul sito web.
BOCCE: il martedì al Ristorante Tenza a Castione.
LAVORI MANUALI: mercoledì pomeriggio, con Ebe Zanetti al Centro diurno.
GIOCO DEL BURRACO: lunedì pomeriggio, al Centro diurno.
SCACCHI: venerdì al Centro diurno e da marzo il lunedì sera con la Società scacchi di Bellinzona. Interessati ad un corso rivolgersi a Rolando Caretti, tel. 091 826 36 74 o 079 421 47 16.
BRIDGE: martedì pomeriggio. Interessati ad un corso rivolgersi a Laszlo Tölgyes 091 825 70 50 o 076 396 27 28.

TAIJI QUAN: martedì alla Casa anziani comunale. 1° corso dalle 9.00 alle 10.00, 2° corso dalle 10.15. Costo CHF 90.- 10 lezioni. Responsabile Enrica Nesurini 091 829 32 04.
CORSO DI GINNASTICA IN ACQUA E NUOTO: mercoledì, Scuole medie Giubiasco. Responsabile sig.ra Rosanna Rodriguez 091 857 37 43. Iscrizione obbligatoria!
CORO: data da stabilire.

Gruppo di Arbedo-Castione

Centro sociale, c/o Nuovo Centro Civico, 6517 Arbedo, aperto tutti i giovedì dalle 14.00 alle 17.00. Quando c'è il pranzo dalle 11.30. Corrispondenza: Gruppo ATTE "L'Incontro", Casella postale 217, 6517 Arbedo.

Iscrizioni: Centro sociale, Rosaria Poloni 091 829 33 55, Paola Piu 091 829 10 05

Ritrovo (giovedì)

7 febbraio, 28 marzo, 4 aprile.

Assemblea generale ordinaria

giovedì 14 febbraio.
Verrà inviata convocazione personale.

Pranzo in palestra offerto dalla Società carnevale Asinopoli

giovedì 21 febbraio.

Conferenza Oli Essenziali e festa dei compleanni

Relatrice: Dott.ssa Mendoza.
Giovedì 28 febbraio.

Film prodotto da Alberto Fumagalli e DVD di Hans Horlacher

Relatori: sig.ra Maddalena Segat e sig. Alberto Fumagalli.
Giovedì 7 marzo.

Uscita al mercato di Luino

mercoledì 13 marzo.

Tombola

giovedì 14 marzo.

Pranzo e festa dei compleanni

giovedì 21 marzo.

Soggiorno ad Abano Terme

da mercoledì 27 marzo a sabato 6 aprile.

Conferenza "Sarcopenia - perdita massa muscolare"

Relatori: sig.ra Carla Carminati, nutrizionista e sig. Alberto Begnina, fisioterapista de "Il Centro" Bellinzona.
Giovedì 11 aprile.

Gruppo di Sementina

Centro d'incontro, Al Ciossetto, 6514 Sementina, aperto il martedì pomeriggio.
Iscrizioni: Nicoletta Morinini 079 279 11 54.

Ritrovo al Centro (martedì ore 14.00)

5 febbraio, proiezione teatro dei Fughezzee,
12 febbraio.

Assemblea generale ordinaria

martedì 12 febbraio,
ore 15.30 al Centro d'incontro.

Tombola e festa dei compleanni

martedì 19 febbraio, 12 marzo,
ore 14.00 al Centro d'incontro.

Pranzo di carnevale con Re Rabadan

venerdì 1. marzo.
Seguirà programma.

Carnevale a Gudo

martedì 5 marzo.

Pranzo con controllo della pressione

martedì 26 marzo,
ore 11.30 al Centro d'Incontro.

UNI3-Incontro gratuito

Divulgazione scientifica
Relatore: Paolo Attivissimo.
Martedì 2 aprile, ore 14.30.

Uscita nella regione

martedì 9 aprile.
Seguirà programma.

Pranzo di Pasqua

martedì 16 aprile,
ore 11.30 al Centro d'Incontro.

■ SEZIONE REGIONALE DI BIASCA E VALLI

Via Giovannini 24, 6710 Biasca, 091 862 43 60, www.attebiascaevalli.ch. Presidente Lucio Barro, 6777 Quinto, 091 868 18 21, lucio.barro@bluewin.ch. Attività sportive e gite: Centro diurno Biasca, 091 862 43 60, coordinatore Centro 079 588 73 47.

Corsi di nuoto

al mercoledì e al venerdì (calendario scolastico), piscina Scuola media di Biasca.

Assemblea generale ordinaria

giovedì 21 marzo,
Lodrino, Sala patriziale.

Centro diurno socio assistenziale Biasca

Via Giovannini 24, 6710 Biasca, 091 862 43 60. Aperto dal lunedì al venerdì dalle ore 9.00 alle 17:00. Verranno proposte attività varie. Fine settimana: secondo programma.

Attività:

GINNASTICA DOLCE ED EQUILIBRIO, lunedì dalle 9.30 alle 10.30

AROMA CURA, massaggio alle mani con oli essenziali, lunedì dalle 14.00 alle 16.30

PRESSIONE, GLICEMIA, lunedì dalle 14.00 alle 15.00

PARLER FRANCAIS/SPEAK ENGLISH, lunedì dalle 14.00 alle 16.00

NUOVI DISPOSITIVI, martedì dalle 14.00 alle 16.00

TAJJI, martedì dalle 9.30 alle 10.30

CANTO, martedì dalle 14.00 alle 16.30

MEMORIA E MOVIMENTO, mercoledì dalle 9.30 alle 10.30

ATTIVITA' RICREATIVE, mercoledì dalle 14.00 alle 16.30

MEDITAZIONE, giovedì dalle 10.00 alle 11.00

ATTIVITA' PER LA MEMORIA, Olivone c/o Sezione Samaritani, giovedì dalle 13.30 alle 17.00

ZUMBA GOLD, venerdì dalle 9.30 alle 10.30

SPORT, venerdì dalle 14.00 alle 16.00
AROMA CURA, massaggio alle mani con oli essenziali, venerdì dalle 14.00 alle 16.30

REGIONE SOLIDALE, lunedì risveglio e caffè dalle ore 9.00 alle 9.45.

Atelier della memoria dalle ore 10.00 alle 11.00 presso la ex Scuola montana di Viganello ad Airolo.

Comunicazioni varie

Consultate il nostro sito

www.attebiascaevalli.ch o i quotidiani per le seguenti attività: tombola, pranzo dell'amicizia, pranzo con l'ospite a sorpresa (posti limitati e prenotazione obbligatoria), pranzo dei compleanni (prenotazione obbligatoria), attività fuori porta e altro ancora.

Centro diurno Faido

Casa San Giuseppe, 6760 Faido, 078 668 04 34, aperto il mercoledì dalle 14.00. Responsabili:

Franco Ticozzi 091 866 14 76,
Silva D'Odorico 091 866 11 38.

Pranzo e festa dei compleanni (mercoledì)

13 marzo, iscrizioni entro l'11 marzo, 10 aprile, iscrizioni entro l'8 aprile, a Franco Ticozzi.

programma regionale

febbraio-aprile
2019

UNI3-Incontro gratuito

Divulgazione scientifica
Un piccolo passo: l'avventura della luna. Relatore: Paolo Attivissimo.
Mercoledì 20 marzo, ore 14.30.

Tombola

mercoledì 27 marzo,
ore 14.00, segue merenda.

Centro diurno Ticino, Piotta

Via di Mezzo 18, 6776 Piotta,
091 868 13 45, apertura da lunedì a sabato dalle 14.30 alle 19.00.
Responsabile:
Lucio Barro 091 868 18 21. Per pranzi e manifestazioni diverse consultare il sito www.attebiascaevalli.ch

Centro diurno Olivone

Presso Pio Istituto.
Coordinatrice: Sonia Fusaro,
079 651 03 31

Pranzo

giovedì 28 marzo.

Attività:

Tutti i martedì e giovedì giochi di memoria, aroma cura, medita ricorda e crea, memoria di movimento.
Altri eventi seguiranno sulle locandine e sui quotidiani.

Gruppo Blenio-Riviera

Presidente: Daisy Andreetta,
091 862 42 66,
daisy.andreetta@hotmail.com

Assemblea generale ordinaria

mercoledì 20 febbraio,
al Centro diurno ATTE CD2 a Biasca.

Ballo liscio (giovedì)

14 e 21 marzo, 11 aprile, ore 14.00
Ristorante La Botte a Pollegio.

Tombola

mercoledì 10 aprile,
ore 14.00 Ristorante Posta a Mavaglia.

Gruppo della Leventina

Presidente: Rita Genini, 079 324 01
02, rita.genini@bluewin.ch

Assemblea generale ordinaria

venerdì 15 febbraio,
ore 14.30 al Centro diurno ATTE a Faido.

Carnevale a Giornico

giovedì 7 marzo,
ritrovo a partire dalle ore 11.00.
Informazioni e dettagli sulle locandine e sui quotidiani.

Ballo liscio (giovedì)

4 aprile, ore 14.00 Ristorante La Botte a Pollegio.

Gruppo Visagno-Claro

Presidente: Gianna Agostinetti
091 863 24 46,
giannarenato@ticino.com

Assemblea generale ordinaria

giovedì 21 febbraio,
ore 14.00 Osteria Centrale,
ore 12.15 possibilità di pranzare assieme.

Pranzo di carnevale con Re Cherof

giovedì 7 marzo.

Pranzo al Campo sportivo

giovedì 21 marzo.

Mercato di Luino

mercoledì 3 aprile.

Comunicazioni varie

Dettagli e date sulle locandine esposte all'albo comunale e nei negozi di Claro.

■ SEZIONE REGIONALE DEL LOCARNESE E VALLI

Centro diurno, Villa S. Carlo, Via Vallemaggia 18, 6600 Locarno,
091 751 28 27.
Aperto dal lunedì al venerdì dalle 14.00 alle 17.00.

Assemblea generale ordinaria

Luogo e data da definire.

Pranzo (giovedì ogni 15 giorni)

14 e 28 febbraio, 14 e 28 marzo,
11 aprile pranzo di Pasqua.

Tombola

tutti i giovedì al Centro diurno.

Attività al Centro diurno

GIOCO CARTE E DIVERSI: dal lunedì al venerdì, al pomeriggio.

SCACCHI: martedì pomeriggio.

BIBLIOTECA: giovedì, al pomeriggio.

CORO: lunedì, al pomeriggio.

LAVORI A MAGLIA, UNCINETTO,

BRICOLAGE E PICCOLI LAVORI DI

SARTORIA: lunedì pomeriggio.

Gruppo del Gambarogno

Presidente Ursula Pflugshaupt,
091 780 41 69, segretaria

Marilena Rollini, 091 858 12 76.

Informazioni sulle passeggiate

Ivano Lafranchi, 091 795 30 55 o

079 723 53 63.

Tombola

giovedì 7 e 21 febbraio, 4 aprile,
ore 14.00 Sala Rivamonte a Quartino.

Passeggiata al Carnevale a Giornico

giovedì 7 marzo, ore 10.15.

Tombola e festa dei compleanni

giovedì 21 marzo,
ore 14.00 Sala Rivamonte a Quartino.

Gruppo della Vallemaggia

Iscrizioni: Marco Montemari
079 323 41 17

Tombola (giovedì)

7 febbraio, 7 marzo e 4 aprile,
ore 14.00 Ristorante Unione a Cevio.

Gioco bocce e carte

giovedì 21 febbraio, 21 marzo,
ore 14.00 Ristorante Bocciodromo a Cavergno.

Assemblea generale ordinaria

martedì 26 febbraio,
ore 14.30 Ristorante Unione a Cevio.

Ordine del giorno:

1. apertura assemblea
2. nomina del Presidente del giorno e di due scrutatori
3. lettura e approvazione verbale assemblea 27.02.2018
4. relazione presidenziale
5. lettura del conto economico e del bilancio al 31.12.2018
6. lettura rapporto della Commissione di revisione
7. approvazione dei conti e del rapporto di revisione
8. nomina della commissione di revisione
9. eventuali.

Pranzo di carnevale

con risotto e codigne offerto dal Gruppo.

Sabato 2 marzo, ore 12.00 Ristorante Unione a Cevio, segue una ricca lotteria di sala. Iscrizioni entro giovedì 28 febbraio al Ristorante 091 754 34 97.

Comunicazioni varie

Eventuali modifiche al programma saranno pubblicate sulla stampa.

■ SEZIONE REGIONALE DEL LUGANEO

DE LUGANEO

www.atteluganese.ch,
info@atteluganese.ch

Assemblea generale ordinaria

venerdì 22 marzo,
ore 14.30 Palestra Centro diurno

ATTE.

Festa "Aspettando primavera"

giovedì 28 marzo,
dalle ore 10.00 Vetta del San Salvatore.

Centro diurno socio assistenziale di Lugano

Aperto dal lunedì al venerdì dalle 09.00 alle 18.00, sabato dalle 10.30 alle 17.00, con presenza della coordinatrice Lorenza, dell'assistente socio-sanitaria Maya e dell'assistente socio-assistenziale Martina che propongono attività varie.
Si ricorda che il Centro prende a carico persone con bisogni di assistenza.

Pranzi

Da lunedì a sabato al prezzo di CHF 14.00 (acqua minerale e caffè liscio o macchiato, compresi).

Iscrizioni al Centro diurno entro le ore 15.00 del giorno prima al numero 091 972 14 72.

Attività proposte al Centro diurno

Attività proposte al Centro diurno
CONTROLLO DELLA PRESSIONE: martedì 5 febbraio, 5 marzo e 2 aprile, dalle ore 10.00 alle ore 12.00 (sarà presente un'infermiera).

TOMBOLA: sabato 9 e 23 febbraio, 9 e 23 marzo, 6 aprile, ore 14.30 con merenda offerta.

GIOCO DELLE CARTE: giorni feriali dal lunedì al venerdì, dalle ore 14.00 alle 18.00.

GIOCARE A BURRACO: giorni feriali il martedì, dalle ore 14.00 alle 16.00.

SCACCHI: giorni feriali, il giovedì, dalle ore 14.00 alle 18.00.

BALLO: sabato 16 febbraio, 16 marzo e 13 aprile, ore 14.30 con merenda offerta.

LAVORI CREATIVI: tutti i pomeriggi dalle ore 14.00.

CONFERENZE:

venerdì 8 febbraio "Scrinning del piede diabetico", giovedì 14 marzo "L'importanza dell'igiene del cavo orale", dalle ore 14.00. Al termine merenda offerta.

CONTROLLO GRATUITO APPARECCHI GLICEMIA E CONTROLLO GLICEMIA:

giovedì 4 aprile, dalle ore 14.00.

Corsi al Centro diurno

GINNASTICA: attività fisioterapica, ogni lunedì, ore 14.30.

GINNASTICA per la schiena: ogni lunedì ore 10.15.

GINNASTICA per la terza età: ogni martedì, ore 14.00 primo gruppo e ore 15.15 secondo gruppo.

TAI CHI: ogni mercoledì, ore 9.00.

programma regionale

febbraio-aprile
2019

TAI CHI medi: ogni giovedì, ore 9.00.
YOGA: ogni mercoledì, ore 10.15.
YOGA MEDI: ogni giovedì, ore 10.15.
PILATES: ogni venerdì, primo gruppo ore 09.30 secondo gruppo ore 10.30.
DANZA COUNTRY: ogni venerdì, principianti-medi ore 14.00 e avanzati ore 15.15.
LATINO DANCE FEMMINILE: ogni martedì, ore 10.00.
TAO CURATIVO CHI KUNG: ogni lunedì, ore 9.00.

Incontri al Centro diurno

in piccoli gruppi, per rinfrescare conoscenze linguistiche già acquisite, leggere e conversare.
LINGUA ITALIANA, ogni giovedì, ore 9.30.
LINGUA FRANCESE, ogni martedì, ore 9.30.
LINGUA INGLESE, ogni martedì, ore 9.30.
LINGUA SPAGNOLA, ogni giovedì, ore 9.30.
LINGUA TEDESCA, ogni lunedì ore 9.30.
INGLESE QUARTO ANNO, ogni mercoledì ore 9.00.

Incontri della Compagnia dialettale "L'è mai trop tardi"

martedì ore 20.00.

Attività svolte presso altre strutture

SKIANGEL GYM E GINNASTICA
CINESE: Palestra delle scuole di Ruvigliana, ogni lunedì, ore 9.00.
COMPORTAMENTO E GINNASTICA IN ACQUA: presso il Lido di Lugano (pallone) da ottobre a marzo, martedì primo gruppo ore 10.00, secondo gruppo ore 10.55, mercoledì ore 14.30.
NORDIC WALKING: camminare con bastoni speciali adatti a tutti. Prossimo corso a partire dal mese di aprile-maggio. Corso in luogo di ritrovo diversi.
CORO DELLA SEZIONE: prove alla Scuola media di Viganello, ogni mercoledì, ore 14.00.
INCONTRI CON WERNER KOPRIK e i suoi viaggi: giovedì 28 marzo e 11 aprile.

Comunicazioni varie

Per informazioni sulle attività o sui corsi telefonare allo 091 972 14 72 dalle 9.00 alle 11.00 oppure eliana.fuchs@atteluganese.ch o sul sito www.lugano.atte.ch

Gruppo Alto Vedeggio

Centro diurno comunale, Capidogno, 6802 Rivera, aperto l'ultimo giovedì del mese.
Iscrizioni:
Miranda Ghezzi 091 945 17 18,
Pina Zurfluh 091 946 18 28.

Pranzo (giovedì)

28 febbraio e 28 marzo.

Seguiranno locandine con i dettagli e informazioni sull'albo comunale.

Gruppo di Breganzona

Presidente: Manuela Molinari 091 966 27 09.
Iscrizioni:
Graziella Bergomi 091 966 58 29.

Tombola

venerdì 8 febbraio.

Pranzo di Pasqua

venerdì 12 aprile.

Comunicazioni varie

I soci saranno informati tramite circolare.

Gruppo della Capriasca e Valcolla

6950 Tesserete, 079 432 28 39,
atte.capriasca@bluewin.ch

Pomeriggio "delle comari" giochi e attività ludiche

Tutti i lunedì dalle 14.00 alle 16.00, con Giusy, Mariella e Margrit, presso la Casa di risposo S. Giuseppe a Tesserete, attività condivisa con gli ospiti della casa.
Iscrizioni o informazioni a Margrit Quadri 091 943 39 49.
Attività sospesa durante il periodo delle vacanze scolastiche.

Ginnastica con fisioterapia

appuntamento settimanale del martedì pomeriggio, dalle ore 14.15 alle ore 15.00, presso il Centro socio culturale Pom Rossin. Informazioni e iscrizioni Romana Frigeri 076 444 09 32.
Attività sospesa durante il periodo delle vacanze scolastiche.

Disegno creativo con Cecilia Eiholzer (venerdì)

15 febbraio, 1. e 15 marzo, 12 aprile, 14.15-16.15 Centro socio culturale Pom Rossin.
Iscrizioni e informazioni a Cecilia Eiholzer 091 994 36 38.

Corso Danza Hula

è in preparazione il secondo corso. Informazioni a Romana Frigeri 076 444 09 32.

Escursione con racchette

venerdì 22 febbraio, ore 8.30 posteggio Centro Sportivo Tesserete.
Destinazione da definire.
Iscrizioni:
Corrado Piattini 079 377 42 12 o corradiopiattni@bluewin.ch.

Camminare in compagnia dal 20 marzo al 19 giugno

Appuntamento settimanale del mercoledì mattina nei boschi della Capriasca, ore 09.15 posteggio Centro Sportivo Tesserete, rientro 10.45/11.00.
Nessuna iscrizione, per informazioni tel. a Corrado Piattini 079 377 42 12 o corradiopiattni@bluewin.ch.

Prima escursione stagionale: Chiesa Santa Maria di Iseo

venerdì 22 marzo, ore 9.00 posteggio Centro Sportivo Tesserete, trasferimento a Negrino con auto private, ore 09.45 inizio itinerario (Negrino, Vernate, Chiesa Santa Maria, Iseo, Vernate, Negrino). Dislivello salita 464 m, lunghezza percorso 7283 m, tempo 2h e 45'. Pranzo all'Osteria Piazza a Vernate o pranzo al sacco.
Iscrizioni:
Corrado Piattini 079 377 42 12 o corradiopiattni@bluewin.ch.

Gruppo della Collina d'Oro

(compreso Grancia, Sorengo e Carabietta)
Centro diurno, Via dei Camuzzi 7, Montagnola, 091 994 97 17, aperto dal lunedì al venerdì dalle 14.00 alle 18.00.
Iscrizioni: Centro diurno 091 994 97, Amilcare Franchini 079 337 20 24.

Pranzo con tombola

giovedì 21 febbraio.

Pranzo con ospite

giovedì 21 marzo.

Uscita pomeridiana con merenda

giovedì 11 aprile.

Comunicazioni varie

Il programma delle attività previste potrebbe subire delle modifiche. Verificare sulle locandine esposte all'albo del Centro diurno e agli albi comunali di Collina d'Oro.

Gruppo di Melide

Sala multiuso comunale, Via Doyro 2, 6815 Melide, aperto di regola il giovedì pomeriggio.
Iscrizioni:
Aldo Albisetti, 091 649 96 12.

Proiezione film

giovedì 7 febbraio, ore 14.00 Sala multiuso Melide.

Tè danzante

domenica 10 febbraio, 10 marzo, 14 aprile, dalle ore 14.30 alle 18.00 Sala multiuso. Informazioni: sig. Mistretta 091 649 64 40.

Assemblea generale ordinaria

giovedì 21 febbraio, ore 14.30 Sala multiuso Melide.
Al termine aperitivo.

Carnevale con riffa, musica e tortelli

martedì 5 marzo, ore 14.30 Sala multiuso Melide.

Conferenza "Nessuno era qui da sempre"

In collaborazione con la commissione culturale del Comune di Melide. Moderatore: sig. Marco Petrelli. Venerdì 8 marzo, ore 20.30 Sala multiuso Melide.

Gita a Castiglione Olona

giovedì 21 marzo.

Aspettando Pasqua con colomba e riffa

martedì 16 aprile, ore 14.30 Sala multiuso Melide.

■ SEZIONE REGIONALE DEL MENDRISIOTTO

c/o Angelo Pagliarini, Via Mt. Generoso 14, 6874 Castel S. Pietro, 091 683 25 94, www.attemomo.ch

Assemblea generale ordinaria

mercoledì 13 marzo, ore 14.00 Istituto Agrario cantonale a Mezzana.

Gruppo di Chiasso

Centro diurno, via Guisan 17, 6830 Chiasso, 091 682 52 82 (segreteria telefonica). Aperto lunedì e giovedì dalle 14.30 alle 16.30.
Iscrizioni: atte.chiasso@bluewin.ch.

Ginnastica dolce

il martedì dal 19 febbraio.
ore 10.00-10.50 al Centro diurno.
Costo: 10 lezioni CHF 60.-
Iscrizioni entro venerdì 15 febbraio a Roberto Bernasconi 091 683 64 67.

programma regionale

febbraio-aprile
2019

Pranzo dell'amicizia

mercoledì 20 febbraio, 13 marzo,
10 aprile,
ore 12.00 al Centro diurno.

Carnevale nebiopoli – pranzo degli Urani

sabato 2 marzo,
ore 12.00 ritrovo al capannone in Piazza Municipio. Risotto e luganighetta offerti ai soci ATTE.
Seguiranno 2 giri di tombola.
Iscrizione obbligatoria entro martedì 26 febbraio a Roberto Bernasconi 091 683 64 67.

Visita guidata alla restaurata cattedrale di Lugano

lunedì 25 marzo.
Iscrizioni entro martedì 19 marzo a Roberto Bernasconi 091 683 64 67.

Comunicazioni varie

Ore 14.30 ritrovo al Centro diurno.
GIOCO DEGLI SCACCHI E DELLE CARTE: ogni lunedì non festivo.
TOMBOLA: ogni giovedì non festivo.
ESERCITAZIONI DEL CORO: secondo programma.
GIOCO DEL BURRACO: ogni venerdì non festivo.

Se desiderate le informazioni via e-mail, comunicate l'indirizzo a: atte.chiasso@bluewin.ch.

Gruppo di Maroggia (compreso Arogno, Melano e Rovio)

Informazioni e iscrizioni: al segretario Maurizio Lancini 079 725 42 46.
Iscrizioni pranzi mensili: al cassiere Gianmario Bernasconi 091 649 61 76.

Misurazione della pressione arteriosa Organizzata dal Comune, il terzo lunedì del mese, dalle ore 14.00 alle 15.00, locale ginnastica.

Ginnastica dolce

tutti i lunedì (escluse vacanze scolastiche) ore 14.45, nella sala al piano terreno.

Pomeriggio ricreativo

da definire, vedi locandina.
Giovedì 7 febbraio e 11 aprile,
ore 14.30 Centro diurno, locale ginnastica.

Pranzo mensile con tombola (domenica)

domenica 17 febbraio, 10 marzo,
ore 12.00 al Centro diurno.

Gruppo di Mendrisio

Aperto da martedì a venerdì dalle 14.00 alle 17.00.
Iscrizioni: Centro diurno,
Rosangela Ravelli 091 646 47 19.

Assemblea generale ordinaria

martedì 5 febbraio,
ore 14.30 Centro diurno (Piazzale Vecchio Ginnasio).
Seguirà rinfresco.
Vi aspettiamo numerosi!

Prove del coro

Inizieranno mercoledì 6 febbraio,
ore 14.30 Centro diurno.

Ballo con musica dal vivo (venerdì)

8 e 22 febbraio, 15 e 29 marzo, 5 aprile, ore 14.30 Centro diurno.

Tombola (giovedì)

giovedì 14 febbraio, 4 aprile,
ore 14.30 Centro diurno.

Carnevale Mo-Mo

giovedì 28 febbraio, ore 19.00 gnocchi al Centro diurno.
Domenica 3 marzo ore 12.00 "Risott da fund" e tombola al Centro diurno.

Comunicazioni varie

Si prega di consultare il settimanale L'Informatore per i dettagli delle attività.

Gruppo del Monte San Giorgio

Punto di ritrovo: Sala multiuso Besazio, Via Bustelli 2, 6963 Besazio.
Aperto mercoledì pomeriggio, solo quando c'è un evento
Iscrizioni: Antonietta Rossi 091 646 91 32 o 076 395 91 32, antoniettar@bluewin.ch, attività fuori dal Centro su prenotazione.
Sito: mendrisio.atte.ch

Bocce

Rancate (Cercera) ogni martedì ore 09.30.

Lettura (Ristorante Da Sergio Arzo, ore 14.30)

martedì 5 febbraio,
giovedì 4 aprile, Genetelli e Laura.

Cantiamo divertendoci

mercoledì dal 6 febbraio al 5 giugno,
ore 14.30, Sala multiuso Besazio.

Presentazioni (mercoledì)

13 febbraio, proiezione foto del Gruppo ATTE 2018.
Ore 14.30 Sala multiuso Besazio.

Esibizioni del coro nelle case per anziani (mercoledì ore 15.00)

27 febbraio, Santa Lucia Arzo,
27 marzo, Casa riposo San Rocco,
Morbio Inferiore.

Camminate

giovedì 14 febbraio, ore 14.00 Il giro dei quattro comuni,
martedì 26 marzo, ore 14.00 Parco delle Gole della Breggia.

Cucino per voi da Sergio (giovedì ore 12.30)

21 febbraio, Fegato alla veneziana con puré di patate,
21 marzo, Casonzei alla bergamasca,
11 aprile, Pastaruc con spezzatino di vitello (Val Onsernone).

Visite

martedì 12 marzo,
ore 14.30 Museo della Civiltà contadina Stabio.

Comunicazioni varie

Programma aggiornato sul sito mendrisio.atte.ch

Gruppo di Novazzano

Centro diurno, via Casate 10, 6883 Novazzano, 091 647 13 41, novazzano@attemomo.ch. Aperto dal lunedì al sabato dalle 14.00 alle 18.00.
Iscrizioni al Centro diurno.

Burraco (martedì)

5, 12, 19 e 26 febbraio, 5, 12, 19 e 26 marzo, 2 e 16 aprile.

Lezione di burraco

mercoledì 6 febbraio.

Bocce al Grotto Cercera

venerdì 8, 15 e 22 febbraio, 1. marzo.

Pranzo al Centro (martedì)

12 e 26 febbraio, 12 e 26 marzo,
9 aprile.

Visita culturale

martedì 19 febbraio.

Pranzo di carnevale

domenica 24 febbraio.

Tombola (giovedì)

28 febbraio, 28 marzo,
ore 14.30 al Centro diurno.

Assemblea generale ordinaria

mercoledì 6 marzo,
con pranzo al Capannone Garbinasca.

Festa delle donne

venerdì 8 marzo.

Uscita culturale

martedì 26 marzo.

Torneo intersezionale di burraco

martedì 9 aprile.

Gruppo Valle di Muggio

Iscrizioni: Miti 091 683 17 53, alle responsabili locali o al presidente Giovanni Ambrogini 079 950 50 90
Brizzella: Rosetta 091 684 12 00
Cabbio, Susy 091 684 18 84
Caneggio: Yvette 091 684 11 57
Sagno: Marta 091 683 14 19
Morbio Inferiore: Ada 091 683 12 78.

Pranzo di S. Valentino

giovedì 14 febbraio,
ore 12.00 ritrovo a Lattecaldo.
Iscrizioni entro il 4 febbraio alle responsabili locali o a Miti.
Per il trasporto rivolgersi a Giovanni 079 950 50 90.

Pomeriggio ricreativo

giovedì 21 marzo,
ore 14.30 Palestra di Morbio Superiore.
Per il trasporto rivolgersi a Giovanni 079 950 50 90.

Visita ad un'acetaia a Modena dove si prepara il delizioso aceto balsamico

aprile, data da definire.
Seguirà un delizioso pranzo.

Comunicazioni varie

Le locandine con il programma dettagliato verranno esposte nei diversi paesi.

COMUNICAZIONI

I programmi dettagliati, le iscrizioni ed altre comunicazioni saranno esposti all'albo dei Centri, a quelli comunali, o pubblicati sui quotidiani. Per informazioni, rivolgersi ai Centri o ai responsabili dei Gruppi.



G.A.B.
CH-6501 Bellinzona

P.P./Journal
CH-6501 Bellinzona

Francesco De Tatti,
"Madonna con il Bambino tra i Santi
Rocco e Sebastiano".

