



# terzaetà

RIVISTA PERIODICA ATTE - ASSOCIAZIONE TICINESE TERZA ETÀ



### **Assemblea Cantonale**

Mercoledì 21 maggio 2025  
Palazzetto Fevi, Locarno

### **Incontro Cantonale della persona anziana**

Martedì 7 ottobre 2025  
Sala Aragonite, Manno

### **Torneo di scopa**

Giovedì 10 aprile 2025  
Sezione Biasca e Valli  
Centro Diurno ATTE, Ambri

### **Torneo di bocce**

Mercoledì 4 giugno 2025  
Sezione Mendrisiotto  
Ristorante Cercera, Rancate

### **Torneo di scacchi**

Giovedì 11 settembre 2025  
Sezione Bellinzonese  
Centro Diurno ATTE, Bellinzona

### **Torneo di burraco**

Sabato 15 novembre 2025  
Sezione Mendrisiotto  
Centro Scolastico, Chiasso

### **Rassegna Cantonale dei cori**

Lunedì 10 novembre 2025  
Palazzo dei Congressi, Lugano

# Quando l'età inganna la sete

L'estate è alle porte e come tutti gli anni i pronostici su come sarà – calda, fredda, secca, piovosa... – si sprecano, primo fra tutti quello ricavato dal rogo del celebre Böögg che quest'anno è esploso dopo più di 26 minuti preannunciando un'estate, guarda un po', di pioggia.

Che il testone zurighese riempito di petardi non sia proprio ferrato in materia lo ha dimostrato MeteoSvizzera quando, dati statistici alla mano, ne ha messo in evidenza l'inaffidabilità, definendo il pupazzo "un pessimo previsore". Certo ogni tanto c'ha pure azzeccato, tipo nella torrida estate del 2003 (era esploso in 5 minuti e 42 secondi) ma nel corso degli anni presi in considerazione (1965-2024) gli sono sfuggite molte altre estati splendide splendenti.

Mentre vi scrivo, tuttavia, è solo il 5 maggio, siamo in piena primavera, la rivista verrà consegnato in tipografia fra una settimana e fuori c'è un tempo da lupi: piove a dirotto e le temperature sono crollate; facile pensare che quel Böögg magari c'ha visto giusto.

Torno allora con la mente al calduccio provato giusto qualche giorno fa, quando la colonnetta di mercurio aveva toccato i 25 gradi. Un caldo di sicuro anomalo per il periodo, del quale però ho approfittato andando a fare una passeggiata in montagna con una coppia di amici e il loro cane. Naturalmente, non potendo ancora godere dell'ombra degli alberi, abbiamo finito per camminare sotto la stecca del sole, con il risultato che, già dopo un'oretta di salita, tutti ci siamo trovati piuttosto accaldati, cane compreso. Lingua a penzolini, l'animale non perdeva infatti occasione di annusare il terreno alla ricerca di un rigagnolo d'acqua. Lì per lì, ho pensato avesse solo bisogno di bere, ma quando l'ho visto infilarsi in una minuscola pozza melmosa, ho capito che c'era di più: a spingerlo in quella frenetica ricerca non era tanto la sete quanto il bisogno di rinfrescare il corpo. Di fronte al suo muso soddisfatto (lo era ancora di più quando abbiamo trovato una fontana!) non ho potuto fare a meno di pensare: è così semplice, perché per noi la reazione non è così immediata?

Per evitare che si surriscaldi in modo eccessivo, il nostro corpo si termoregola aumentando per esempio la sudorazione, favorendo la dilatazione dei vasi sanguigni e innalzando la frequenza del respiro; quando però le condizioni esterne sono particolarmente proibitive, con temperature al di sopra della media, alti valori di umidità, forte irraggiamento solare e assenza di ventilazione, il sistema di termoregolazione è messo duramente alla prova e, in alcuni casi, fatica proprio a funzionare tanto che non disperde più correttamente il calore. Da qui i campanelli d'allarme: spossatezza, capogiri, bocca asciutta, mal di testa... Quando arrivano, occorre ascoltare questi segnali e agire di conseguenza: bere molto, rinfrescare il corpo e, nel caso di sintomi impor-

tanti, rivolgersi al proprio medico.

Inutile dire che sarebbe auspicabile non arrivare a questo punto ed è per questo che in occasione delle ondate di caldo le autorità emanano le "solite" raccomandazioni diffuse poi dai media. Vedendo il servizio in televisione o leggendo l'articolo sul giornale, sono in molti a pensare: «Ancora? Lo sappiamo che con il caldo bisogna bere, aprire le finestre di notte, stare all'ombra e bla bla bla». È vero. È altrettanto vero però che talvolta ci sopravvalutiamo, siamo distratti e non ci pensiamo o ci dimentichiamo che invecchiando il corpo cambia e risponde diversamente agli stimoli esterni.

Con l'aumentare dell'età, infatti, diminuisce la capacità di sudorazione: le persone anziane sudano meno, per cui fanno più fatica a disperdere il calore accumulato. Inoltre, più gli anni passano e meno si avverte il senso della sete, di conseguenza si beve poco aumentando così il rischio di disidratazione, a maggior ragione quando fa caldo. E non serve che sia un'afa da canicola: *"In generale dalle analisi emerge che la maggior parte dei decessi dovuti al caldo è causata da temperature moderatamente elevate e non dalle ondate canicolari – informa la Confederazione – Pertanto è opportuno adeguare il proprio comportamento anche in caso di temperature moderatamente elevate (temperatura media giornaliera inferiore a 25 gradi)"*. Teniamolo presente quando arriverà – se arriverà – il caldo e buona estate a tutti, asciutta o piovosa che sia.

Laura Mella

# Editoriale





### Rivista periodica ATTE

Associazione Ticinese Terza Età  
Anno XLIII - N. 3 - Giugno 2025  
Tiratura: 10.000 copie

### Distribuzione:

Socie e soci ATTE, Comuni e realtà che sul territorio si occupano di anziani. Quota associativa: CHF 35.00 per il singolo, CHF 50.00 per la coppia

### Responsabile

Laura Mella

### Hanno collaborato a questo numero

Veronica Trevisan, Roberto Lardelli, Maria Grazia Buletti, Claudio Guarda, Marisa Marzelli, Alessandro Zanolì, Loris Fedele, Emanuela Epiney-Colombo, Mauro Lucini, Gian Luca Casella, Anita Testa-Mader, Franco Citriniti

### Corrispondenti dalle sezioni

Marlis Gianferrari, Egidio Beltrami, Mariella Zaramella

### Comitato cantonale ATTE

Aldo Albisetti, Bruno Balestra, Egidio Beltrami, Daniel Burckhardt, Giampaolo Cereghetti, Mauro Chionotti, Giorgio Comi, Gabriella Conceprio, Franca Da Rin, Eros De Boni, Gabriella Petraglio, Daniele Raffa, Achille Ranzi, Fabio Sartori e Pierre Spocci

### Presidenti onorari:

Pietro Martinelli, Agnese Balestra-Bianchi

### Segretario generale ATTE

Gian Luca Casella

### Redazione terzaetà

c/o Segretariato ATTE  
redazione@atte.ch

### Segretariato ATTE

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

### Impaginazione

Laura Mella

### Stampa

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

Quando non specificato, gli articoli sono a cura della redazione.

# 6



## ATTUALITÀ ATTE

Fra i temi: assemblea - un bilancio del 2024; prevenzione al volante e nel mondo digitale; una nuova coordinatrice per i CDS.

# 18



## ARTE

Scopriamo l'Art Déco in occasione della mostra allestita a Palazzo Reale di Milano: "Art Déco. Il trionfo della modernità".

## 10



### TRADIZIONI

Antropologia delle catastrofi, il ruolo della cultura quando ci si confronta con le calamità.

## 22



### MUSICA

Michelle Arslanian, la partecipazione emotiva è tutto.

## 24



### SALUTE

Muoversi ogni giorno, fa bene alla salute a ogni età.

## 14



### SOCIETÀ

Il baule del Renzo: un museo etnografico itinerante.

## 26



### NATURA

Riccio dove sei? Mappare i luoghi per favorirne la sopravvivenza.

### VITA DELL'ATTE

**32** PROGRAMMA VIAGGI

**38** SEZIONI E GRUPPI

**41** LA BACHECA

### RUBRICHE

**08** AVAEOVA

**21** CINEMA

**27** GUARDA-TI VOX LEGIS

**30** BUONO A SAPERSI FRA LE PAGINE

**36** COME SI FA

**37** CURIOSATTE

**46** PAROLA AI LETTORI

**47** PER DISTRARSI

### COLLABORAZIONI

**29** ATIDU



### ISOLE EGADI TREKKING

18 - 27 SETTEMBRE 2025

#### Per informazioni:

Segretariato ATTE

Servizio viaggi:

Tel: 091 850 05 51/59

Mail: [viaggi@atte.ch](mailto:viaggi@atte.ch)

# Un 2024 di intensa ripresa per l'ATTE

Redazione

Si è tenuta lo scorso 21 maggio al FEVI di Locarno l'Assemblea cantonale ATTE. Al momento di andare in stampa l'evento non si era ancora tenuto, sulla scorta del Rendiconto e della relazione presidenziale in esso contenuta (disponibile online sul nostro sito: [www.atte.ch](http://www.atte.ch)) possiamo però già tracciare in questa sede il bilancio del 2024, rimandando alla rivista di settembre la cronaca vera e propria della giornata.

Come sottolineato da Giampaolo Cereghetti nella sua Relazione presidenziale "Il 2024 è stato un anno di intensa ripresa per la nostra Associazione. Dopo le difficoltà degli anni passati, segnati da incertezze e restrizioni, possiamo finalmente affermare che l'ATTE ha ritrovato il suo slancio. Grazie alla dedizione instancabile dei nostri volontari, all'impegno del personale attivo nel Segretariato e presso i due Centri diurni di Lugano e Biasca, alla vitalità delle nostre Sezioni e dei Gruppi sul territorio, le attività hanno ripreso con grande vigore e partecipazione. Le numerose iniziative – dagli incontri alle azioni di prevenzione, dalle conferenze ai corsi e alle proposte ricreative e conviviali – hanno contribuito a riaccendere il senso di comunità e di condivisione che da sempre contraddistingue l'ATTE."

## Nuove adesioni

Sul fronte del numero dei soci, il 2024 si presenta sostanzialmente come un anno di stabilità, segnando un leggero aumento nelle adesioni riconducibile al rafforzamento delle attività proposte a livello Cantonale, Sezionale, dei Gruppi e nei Centri diurni. La sfida di coinvolgere nuove persone soprattutto nella fascia dei cosiddetti "nuovi anziani" resta comunque aperta, ponendoci di fronte a un obiettivo ben preciso, quello di riuscire a "ideare iniziative capaci di attrarre nuove fasce d'età, valorizzando la dimensione intergenerazionale e favorendo una partecipazione attiva alla vita associativa. L'entusiasmo dimostrato dai gruppi locali e l'energia profusa dai volontari continuano a rappresentare elementi determinanti per il consolidamento e l'espansione della nostra rete associativa, sia in termini di affiliati che di nuovi volontari."

## Situazione finanziaria

Pur permanendo alcune criticità, il bilancio dell'ATTE per il 2024 presenta un deficit al di sotto di quanto preventivato. "L'attenzione alla razionalizzazione delle risorse e l'efficace gestione dei servizi hanno consentito di contenere le spese senza compromettere la qualità delle attività offerte. In particolare i servizi del Telesoccorso e dei Viaggi&soggiorni si confermano quali punti di riferimento indispensabili per la gestione finanziaria dell'Associazione. Naturalmente hanno un ruolo fondamentale anche i sussidi

erogati dall'Ufficio degli anziani e delle cure a domicilio del DSS, soprattutto per quanto riguarda le ingenti spese legate alla gestione dei due Centri diurni socio-assistenziali (CDSA) di Lugano e Biasca (compreso il progetto della "Regione solidale"), ma anche per i contributi ai costi d'affitto di alcuni Centri diurni ricreativi (CDR), nonché degli spazi che ospitano il Segretariato. A ciò si aggiungono puntuali finanziamenti, anche se ridotti, a favore di alcune specifiche attività." Considerando il contesto istituzionale che si sta profilando all'orizzonte, caratterizzato da molte incertezze sull'evoluzione dei contributi pubblici, resta cruciale un monitoraggio rigoroso dell'andamento economico per garantire un equilibrio tra costi di gestione e risorse disponibili.

## Servizi cantonali

"Tra i progetti di rilievo per il 2024, vanno segnalati i contributi concreti, sia dei dirigenti volontari sia del personale, nell'ambito dei lavori destinati all'implementazione del nuovo sito web. Questo progetto mira a migliorare la comunicazione e a semplificare l'accesso alle iscrizioni alle attività da parte dei soci. Al contempo, è proseguita la collaborazione allo sviluppo del nuovo programma gestionale informatico, il cui obiettivo è rendere più agevole la gestione amministrativa e garantire maggiore trasparenza nei processi interni."

Per quanto riguarda il **Telesoccorso della Svizzera italiana**, il servizio ha confermato i buoni risultati dell'anno precedente, con un totale di **2'985 utenti**.

Dal canto suo, il **Settore Viaggi** ha consolidato e migliorato in modo significativo la tendenza alla ripresa già registrata nel 2023: **le iscrizioni registrate sono state ben 2'809, pari a un aumento del 32%** rispetto all'anno precedente.

Anche l'**Università della terza età** è stata protagonista di un incremento importante delle frequenze con il ritorno massiccio agli incontri in presenza in varie località del Cantone, incentivato anche da una divulgazione delle proposte più efficace: nel 2024 si è tornati a pubblicare il programma dei corsi in un inserto cartaceo distribuito due volte l'anno assieme alle edizioni di febbraio e settembre di *terzaetà*, come avveniva prima del covid. La sua efficacia si rileva dall'incremento delle presenze rispetto all'anno precedente, quando il programma, per forze maggiori, veniva pubblicato all'interno della rivista: **le iscrizioni**

zioni ai corsi sono state 5'774, con un incremento del 67% rispetto al 2023.

### Attività sul territorio

Anche dal punto di vista delle attività proposte in tutto il Cantone dai Gruppi, dalle Sezioni e nei Centri diurni, i numeri sono significativi: "Il **CDSA di Lugano**, durante **290 giorni di apertura**, ha registrato **21'225 partecipazioni** ad attività gestite sia dal personale sia dai volontari, con una media di 73 presenze per evento. Il **CDSA di Biasca**, in **266 giorni di apertura**, ha notificato **9'742 partecipazioni**, con una media di 37 presenze per appuntamento. Anche in questo caso, la collaborazione tra personale e volontari ha garantito una gestione efficace e accogliente".

Grazie alla preziosa collaborazione di una nutrita schiera di volontari, nei 12 Centri diurni sparsi sul territorio "sono state registrate complessivamente 41'558 partecipazioni ad attività, distribuite su 1'887 giorni di apertura, con una media di 22 presenze per evento".

A questi numeri vanno poi aggiunti quelli delle attività svolte fuori sede dalle Sezioni e dai Gruppi, che hanno coinvolto ca. 8'000 persone; e quelli legati agli eventi cantonali: Assemblea, Giornata della persona anziana, Cori e Tornei, che raccolgono un migliaio di adesioni. Complessivamente, "tenendo conto anche dei risultati ottenuti dai due Servizi dell'ATTE cantonale,

*Viaggi&Soggiorni (2'809) e UNIB (5'774), si può affermare che nel 2024 l'ATTE nel suo insieme ha promosso attività, manifestazioni ed eventi che hanno fatto registrare quasi 100'000 iscrizioni. L'intensità e la partecipazione a tutte queste iniziative sono principalmente il risultato del lavoro di oltre 600 volontarie e volontari che, coadiuvati dal personale dell'ATTE, mettono a disposizione tempo ed energie per renderle possibili. I volontari sono l'anima stessa dell'Associazione: con il loro impegno quotidiano trasmettono non solo competenza e dedizione, ma anche un autentico spirito di solidarietà. A loro vada un rinnovato ringraziamento per il fondamentale contributo alla promozione dell'inclusione sociale e al miglioramento della qualità di vita degli anziani e delle altre generazioni. Ringraziamenti vadano inoltre al personale del Segretariato e a quello attivo nei CDSA per l'attenzione prestata nell'esecuzione dei rispettivi compiti".*

### Uno sguardo al futuro

Come evidenziato da Giampolo Cerghetti nella sua relazione presidenziale, "viviamo un'epoca complessa, segnata da cambiamenti demografici e sociali senza precedenti. La popolazione anziana cresce e, con essa, la necessità di servizi sempre più diversificati e innovativi." È in quest'ottica che l'ATTE ha scelto di investire in progetti di formazione continua, di promozione



**Investi anche tu nel fotovoltaico che non teme la meteo!  
Grazie al sistema Cloud è possibile avere l'energia  
del sole anche quando il sole non c'è.**

**Realizziamo l'impianto fotovoltaico** occupandoci di tutti gli aspetti tecnici e amministrativi, dalla progettazione alla messa in servizio.

**Provvediamo alla gestione e alla manutenzione**, impegnandoci a garantire la funzionalità dell'impianto per tutta la durata del contratto.

**Ci facciamo carico di tutti i costi iniziali** del progetto e tu ripaghi comodamente l'investimento in 10 o 20 anni.

Per una consulenza personalizzata, contattaci su **prodotti@ail.ch** o chiamaci allo **058 470 70 70**.

Aziende Industriali di Lugano (AIL) SA • Casella postale, 6901 Lugano • Centro operativo: Via Industria 2, 6933 Muzzano • Tel. 058 470 70 70 • www.ail.ch • info@ail.ch

**«Il valore dell'ATTE come presidio di solidarietà e benessere resta indiscusso. È nostro compito mantenere viva questa missione, con il coraggio di innovare e la responsabilità di preservare quanto costruito in oltre quattro decenni di storia associativa, ricordando che «Il valore di una persona risiede in ciò che è capace di dare e non in ciò che è capace di prendere», come recita un aforisma attribuito ad Albert Einstein.»**

della cittadinanza attiva, di aggregazione sociale e di prevenzione primaria dei principali disagi, a cominciare da quelli generati dall'isolamento e dalla limitatezza dei rapporti sociali. Un lavoro che ha un impatto importante sul benessere psico-fisico degli affiliati spesso sottostimato dalle autorità. Per questo motivo si guarda con preoccupazione alla situazione finanziaria dello Stato e ad alcune prospettive già accennate in forma di ipotesi dagli Uffici del DSS. «L'ATTE nel suo insieme costituisce una sorta di motore del benessere attivo, quello che contribuisce a ritardare, e talvolta persino a evitare, la necessità di ricorrere a strutture assistenziali costose, come i Centri diurni socio-assistenziali, i servizi garantiti dagli enti d'appoggio per le cure a domicilio e, in ultima analisi, le case per anziani. In un'epoca in cui le risorse pubbliche sono sempre più limitate, investire nel volontariato e nella socialità attiva non è un lusso, ma una strategia lungimirante. Guardando al futuro, appare sempre più evidente come il ruolo dell'ATTE non si limiti alla semplice gestione di attività e servizi, ma incarni un progetto sociale e umano di vasta portata. La

*sfida non è solo quella di rispondere ai bisogni concreti degli anziani, ma di promuovere una cultura che li riconosca come protagonisti attivi e consapevoli della società contemporanea. Per riuscirci, appare indispensabile continuare a investire sulle persone, valorizzando il capitale umano rappresentato dai nostri volontari e collaboratori. Solo attraverso il coinvolgimento attivo e la partecipazione continua potremo garantire la sostenibilità delle nostre attività. Il contesto sociale e politico non manca di sfide, ma il valore dell'ATTE come presidio di solidarietà e benessere resta indiscusso. È nostro compito mantenere viva questa missione, con il coraggio di innovare e la responsabilità di preservare quanto costruito in oltre quattro decenni di storia associativa, ricordando che «Il valore di una persona risiede in ciò che è capace di dare e non in ciò che è capace di prendere», come recita un aforisma attribuito ad Albert Einstein. Ed è proprio questo lo spirito che anima la nostra Associazione: la consapevolezza che donare tempo, competenze e passione non solo arricchisce chi riceve, ma offre senso e pienezza anche a chi si impegna a dare».*

## Successo di pubblico per “Guidare in tutta sicurezza nella terza e quarta età”

**B**ilancio molto positivo per la campagna “Guidare in tutta sicurezza nella terza e quarta età” avviata l'anno scorso dalla Polizia Cantonale in sinergia con il Gruppo formazione del V Reparto Gendarmeria e la collaborazione di ATTE, Pro Senectute, GenerazionePiù, AILA-OIL, Generazioni&Sinergie e Opera Prima su tutto il territorio cantonale. Quasi mille i partecipanti. “Nel corso del 2024 e nei primi mesi del 2025 in diversi luoghi del Cantone sono state organizzate in totale 21 conferenze, alle quali

*hanno partecipato oltre 850 persone”, ha spiegato il Sgtn Patrick Cruchon, servizio comunicazione, media e prevenzione della Polizia Cantonale, durante una conferenza stampa tenutasi lo scorso 27 marzo a Lugano. “I temi toccati durante gli incontri hanno riguardato specifici settori della circolazione stradale, tra cui il traffico pedonale, la mobilità lenta, le demarcazioni e l'arredo stradale, l'uso delle rotonde, le nuove normative in vigore, la visita di controllo e la rinuncia volontaria alla licenza di condurre.*

*Gli incontri hanno anche offerto la possibilità di focalizzare l'attenzione sul contrasto alla paura di non essere visti durante gli spostamenti a piedi.”*

### Aggiornamento a 360 gradi

Per quanti lo desiderassero o ne sentissero la necessità, è stato creato un catalogo contenente un pacchetto di offerte di aggiornamento a 360 gradi, destinato in particolare a chi ha raggiunto e superato i 70 anni. Il fascicolo è il frutto di una puntuale collaborazione tra il progetto di prevenzione Strade sicure e TCS, ACS, Polizia cantonale, Associazione Svizzera Maestri conducenti (ASMCTI) e iQ Center SA.

Sul tema anche l'Ufficio Prevenzione Infortuni ha sviluppato un catalogo di autovalutazione della capacità di guida che è tuttora consultabile in formato digitale sul sito: [www.autovalutazione-guida-sicura.ch](http://www.autovalutazione-guida-sicura.ch).



# Una nuova energia per i Centri diurni ATTE

**C**on l'arrivo di Rachele Huber, l'ATTE compie un passo importante verso una gestione più coordinata, moderna e attenta alle persone dei suoi Centri diurni. Una nuova figura professionale per dare coerenza, sostegno e visione a uno dei cuori vitali dell'associazione.

I Centri diurni dell'ATTE rappresentano da sempre uno degli spazi più vivi, frequentati e significativi: sono luoghi di incontro, di cura, di relazione, di cittadinanza attiva. In particolare, i Centri diurni socio-assistenziali (CDSA) di Lugano e Biasca accolgono ogni giorno decine di persone fragili che trovano qui un contesto protetto, stimolante e accogliente. I Centri diurni ricreativi (CDR) – distribuiti sul territorio e gestiti dalle cinque Sezioni dell'ATTE – offrono invece momenti di socialità, apprendimento e benessere, grazie all'impegno di centinaia di volontari. Per sostenere e sviluppare questa realtà così articolata, il Consiglio direttivo – d'intesa con la Conferenza dei Presidenti sezionali, Comitato cantonale e l'Ufficio anziani e cure a domicilio (UACD) del DSS – ha deciso, a fine 2024, di istituire una

nuova figura professionale facente capo al Segretariato: una coordinatrice cantonale dei Centri diurni, con il compito di armonizzare, valorizzare e rafforzare le attività esistenti, facendo da ponte tra professionisti e volontari, tra Sezioni locali e Segretariato cantonale, tra progettualità e quotidianità.

Dallo scorso gennaio, questa funzione è affidata a Rachele Huber, professionista con alle spalle una solida esperienza nel campo della gestione e della mediazione organizzativa.

*«Il mio compito è cercare il filo comune che tiene insieme la diversità dei Centri diurni: ascoltare i bisogni, favorire la comunicazione tra le persone, valorizzare ciò che già funziona e stimolare ciò che può crescere. Mi sento un po' 'tessitrice di relazioni' – e questo è un ruolo che si può svolgere solo con rispetto, pazienza e collaborazione».*

Rachele Huber si occupa in particolare del coordinamento operativo e amministrativo dei CDSA, in stretta sinergia con i responsabili locali e l'UACD del DSS, ma è anche il punto di riferimento per gli undici

CDR sparsi sul territorio. Qui il suo ruolo è di supporto, stimolo e accompagnamento, nel rispetto dell'autonomia delle Sezioni ma con una visione cantonale che aiuta a fare rete e a condividere buone pratiche.

In collaborazione con i promotori locali, coordina anche il progetto "Regione solidale" che riguarda le valli superiori del Ticino, volto a prevenire l'isolamento sociale e a promuovere l'iniziativa personale, la partecipazione attiva e l'autonomia degli utenti.

A partire da settembre, Rachele Huber assumerà inoltre la funzione di "responsabile qualità" presso il Segretariato dell'ATTE, accompagnando l'introduzione di un nuovo sistema di gestione condivisa dei processi e dei servizi. La sua presenza e il suo lavoro rappresentano una risorsa preziosa non solo per i Centri diurni, ma per tutta l'ATTE. Un passo in avanti per consolidare ciò che già esiste, affrontare nuove sfide e mettere al centro – sempre – le persone.

*Il Consiglio direttivo dell'ATTE*

## Reati nel mondo digitale, come navigare in modo sicuro

**T**ruffa dell'investimento, truffa dell'anticipo, romance scam, phishing, malware... saranno alcuni dei temi toccati dalla campagna di sensibilizzazione "Navigare in tutta sicurezza nel mondo digitale", organizzata dalla Polizia cantonale in collaborazione con ATTE, ProSenectute, GenerazionePiù, AILA-OIL, Generazioni&Sinergie e Opera Prima. Il nuovo ciclo di incontri ha preso ufficialmente il via lo scorso 27 marzo, nella sede dell'OCST di Lugano dopo la conferenza stampa di presentazione della campagna.

*«In un contesto in cui persone di ogni età si confrontano con la digitalizzazione, è fondamentale rafforzare le proprie difese contro spiacevoli sorprese»*, ha ricordato il Ten. Renato Pizolli, servizio comunicazione, media e prevenzione della Polizia Cantonale. I dati parlano chiaro: nel 2024 i reati digitali sono aumentati del 34,7%. *«Di questi, il 93,9% riguarda la cybercriminalità economica, con un incremento dei casi di phishing (+56,2%) e un'impennata dei reati di abuso di sistemi di pagamento online, carte prepagate o abuso di identità di terzi (+104,8%)»*. È proprio per



contrastare questa tendenza che la Polizia cantonale torna sul territorio con delle conferenze di sensibilizzazione, durante le quali i partecipanti potranno ottenere delle importanti informazioni sulla sicurezza digitale e condividere le proprie esperienze.

Ricordiamo che anche a livello nazionale è attiva una campagna di sensibilizzazione sul tema specifico delle truffe amorose online. Maggiori informazioni sul sito di Prevenzione Svizzera della Criminalità: [www.skppsc.ch/it/](http://www.skppsc.ch/it/).

**I prossimi appuntamenti:**

**BELLINZONA**

**12 giugno** ore 14:00, Centro abitativo e di cura Tertianum, Via San Gottardo 99

**MENDRISIO**

**11 settembre**, ore 14:00, Casa delle Generazioni

Altre date seguiranno nel corso dell'anno e verranno comunicate tramite Newsletter e sul sito della nostra associazione: [www.atte.ch](http://www.atte.ch)

## Antropologia delle catastrofi: l'importanza della cultura nelle emergenze

di Veronica Trevisan

Nel corso del 2024 si sono verificati diversi eventi estremi dovuti al maltempo nelle valli meridionali della Svizzera, in particolare l'Alta Valmaggia, il Vallese e la Mesolcina. A questi, recentemente si sono aggiunte delle frane nella zona fra Brusino e Riva San Vitale. Negli ultimi anni, oltre ai sistemi di prevenzione già attivi, si stanno valutando altre soluzioni per arginare questi fenomeni, come la recente decisione nei Grigioni di creare nuove carte dettagliate del territorio, da completarsi entro il 2027, per la valutazione dei pericoli. Anche Lugano ha elaborato un piano specifico, approvando nel marzo del 2024 una nuova ordinanza che disciplina l'organizzazione e le competenze del Presidio territoriale della Città (Pt), l'organo per la gestione dei rischi legati ai pericoli naturali. Le disposizioni cantonali prevedono infatti che ogni Comune si munisca di un presidio entro il 2030. Dopo i giorni di maltempo, sono stati diversi gli studiosi che si sono interrogati sull'eventualità che le popolazioni siano chiamate ad abbandonare le valli alpine in previsione di fenomeni estremi sempre più frequenti. Ai disastri naturali, molti dei quali legati al cambiamento climatico, si è aggiunta di recente una crescente incertezza sul fronte internazionale, tanto da spingere la UE a proporre un kit di sopravvivenza che duri almeno 72 ore in caso di guerre o calamità. Si tratta di approcci costruttivi, ma che meriterebbero, per essere totalmente efficaci, di tenere in considerazione anche le questioni culturali e sociali collegate con l'idea di "disastro", e queste sono molto più complesse.

### L'antropologia delle catastrofi

Da tempo esiste un settore dell'antropologia che si occupa del concetto di "rischio" ed approfondisce l'impatto a lungo termine che eventi

estremi hanno sulle comunità umane. Questi fenomeni, infatti, hanno anche una natura "sociale" oltre che strettamente "fisica". Per questo settore di studi i disastri sono dei processi che vanno affrontati cercando di comprendere la percezione del rischio e il grado di vulnerabilità di una società, laddove quest'ultimo è un parametro culturale e quindi variabile da luogo a luogo. Per arrivare a una definizione vanno considerati tanti fattori: la società, il rapporto con il territorio, i sistemi di comunicazione, la cultura e anche le credenze religiose.

### Il trauma del territorio che si trasforma

Quando si verifica un evento estremo, le popolazioni vedono il proprio territorio trasformato e sperimentano una perdita di punti di riferimento essenziali, oltre a una profonda sofferenza esistenziale ed emotiva. Questo può avvenire anche nei casi di trasformazione lenta del territorio stesso. L'antropologo Ernesto de Martino riferisce di casi di disperazione in persone che vedevano tagliati gli alberi del proprio paese o del proprio giardino.

Ogni comunità umana conferisce dei significati simbolici allo spazio e alle componenti dell'architettura del paesaggio. Un territorio non è mai neutro e uniforme, ma è il risultato di secoli di azione umana che lo plasma dotandolo anche di funzioni simboliche. Anche gli ambienti cosiddetti "naturali" sono in realtà frutto di interventi, più o meno incisivi, da parte dell'uomo. È proprio questo insieme di elementi che crea il concetto di "paesaggio". Il senso di appartenenza a un luogo si esprime attraverso l'attaccamento alla propria casa, alle vie del paese, alle persone che l'hanno abitato, alle ricorrenze, alle usanze che si tramandano nel tempo, al linguaggio condiviso. Quindi di fronte a dei "disastri" non è detto che



la scelta migliore sia quella di indurre le persone a trasferirsi altrove. Anche perché non è garantito che lo facciano, anzi, molti studi dimostrano il contrario.

### **Il caso di Cernobyl**

Sono molti, infatti, gli studi condotti a livello mondiale, per studiare come una società affronta e reagisce a un evento improvviso: uno di questi studi ha riguardato i cambiamenti dello stile di vita dei popoli Saami, in Lapponia, dopo il disastro di Cernobyl del 1986. Nei giorni successivi all'esplosione, una nube tossica si è diffusa sulla Scandinavia percorrendo duemila chilometri e depositando particelle di Cesio radioattivo su laghi, colline, campi e anche sul cosiddetto "lichene delle renne" una sorta di alga verde azzurro, alimento principale delle renne. Gli animali che se ne nutrivano diventavano a loro volta contaminati. L'impatto è stato enorme e la gestione del problema molto difficile, perché nonostante i dettagliati protocolli di sicurezza messi in atto, la radioattività era un nemico di difficile comprensione per le popolazioni di queste zone, in quanto era totalmente invisibile e non circoscrivibile. Le renne erano il principale punto di riferimento culturale per i Samii, rappresentando per loro un mezzo di trasporto e anche una fonte di cibo e di indumenti. Il loro mondo sembrava svanire per una causa che non riuscivano a vedere. Quindi era necessario un sostegno non soltanto di tipo operativo (come è stato fatto, introducendo dei limiti di radioattività per considerare le renne commestibili o meno) ma anche psicologico.

### **Il paradosso delle catastrofi**

Altro luogo oggetto di studio è stato ed è certamente l'Italia, paese altamente sismico e dove vivono in costante rischio le popolazioni che abitano le zone limitrofe ai vulcani. In molti casi, si è visto che l'attaccamento al luogo sentito come "casa" è superiore alla consapevolezza di trovarsi in pericolo di vita e che le persone scelgono consapevolmente di esporsi a un rischio fisico (terremoto o eruzione vulcanica) piuttosto che emigrare e rinunciare ai propri punti di riferimento

affettivi e culturali. Questo atteggiamento si è visto in molti casi, uno fra i tanti a Hilo, nelle Hawaii, nel 1960, quando, nonostante fosse stata diramata un'allerta tsunami, nessuno abbandonò le proprie abitazioni. Questo attaccamento che porta a non scappare viene definito dagli antropologi "paradosso delle catastrofi". Piuttosto, chi vive in territori a rischio tenta di elaborare delle strategie culturali per convivere quotidianamente con l'eventualità di eventi drammatici. Ad esempio, fra le popolazioni che hanno vissuto l'esperienza dello tsunami nel 2004, sono stati condotti degli studi sugli abitanti delle isole Andamane e Nicobare e si è visto che questi potevano contare su una memoria collettiva che tramandava una conoscenza approfondita di questi fenomeni, avendoli sperimentati in passato, e li aveva incorporati in narrazioni mitiche e in elaborati sistemi di credenze. Le popolazioni indigene avevano scelto di abitare nell'interno delle isole e non sulla costa, valorizzando al contempo sulla zona costiera la crescita di foreste di mangrovie, nella lingua locale definite "alberi che controllano le onde", grazie al loro intricato sistema di radici. Si credeva infatti che le mangrovie avrebbero esercitato una funzione di barriera contro un maremoto. Questa conoscenza tradizionale e gli accorgimenti messi in atto (rinuncia ad abitazioni costiere e presenza di mangrovie) sono stati ignorati nel momento in cui si è deciso di avviare la costruzione di strutture turistiche vicine al mare. Questo dimostra l'importanza di considerare i singoli sistemi culturali di un popolo e l'impossibilità di adottare strategie generiche, valide per tutti.

Va anche detto che, nei casi in cui le popolazioni esposte a rischi sono costrette ad abbandonare i loro luoghi di origine, esse sperimentano un profondo trauma e senso di smarrimento. Si pensi ai migranti che si spostano da paesi colpiti da guerre.

In sintesi, nel costruire delle strategie per affrontare possibili disastri sarebbe utile anche considerare l'apporto della cultura e dei valori, al fine di elaborare dei modelli analitici di risposta ai disastri stessi non rigidi ma pensati ad hoc per le varie situazioni.

*L'ultima eruzione del Vesuvio, situato in una zona densamente popolata a est di Napoli, risale al 1944. La più famosa, descritta da Plinio il Giovane, distrusse Pompei, Ercolano e Stabia nel 79 d.C. Sebbene quiescente, il vulcano è considerato attivo e per questo viene costantemente monitorato. Se dovesse eruttare le conseguenze sarebbero devastanti.*



# Caterina Wolf, grazie!

di Anita Testa-Mader

Lo scorso 6 febbraio presso il Centro funerario di Riazzino in tante e tanti abbiamo salutato la psicoterapeuta Caterina Wolf. Lei ha voluto che la salutassimo con una cerimonia semplice, conclusa con i versi della nota canzone di Enzo Jannacci "Si potrebbe andare tutti quanti al tuo funerale. Vengo anch'io? (no, tu no) per vedere se la gente poi piange davvero...". Certo la gente piangeva davvero ma soprattutto diverse amiche hanno ricordato con riconoscenza e affetto aneddoti del loro rapporto con Caterina. C'eravamo anche noi di AvaEva e oggi in queste poche righe non possiamo e non vogliamo tracciare la biografia o ricordare le tante attività della lunga vita (era nata nel 1936) di Caterina, perché altre e altri sapranno farlo meglio di noi. Vogliamo invece ricordarla per la ricchezza che ci ha trasmesso con i suoi contributi al Movimento AvaEva, fin dal convegno costitutivo nel 2013, con una relazione su "Identità e aspetti psicologici di AvaEva". Caterina negli anni ha partecipato al "Gruppo luganese del Lunedì", al gruppo "Sora Morte, l'arte di vivere l'arte di morire" (per il quale ha animato un seminario sui Lutti della vita) e ha animato i cicli "Riflessioni al femminile", prendendo spunto dalla visione di alcuni film, da fiabe e dalla mitologia. Abbiamo scelto qui di riprodurre alcuni estratti del suo intervento al Convegno di AvaEva del 26 ottobre 2017 dal titolo "Ri-crearsi nell'anzianità". A titolo personale vorrei concludere citando il breve messaggio con cui Caterina nel 2017 aveva risposto alla mia richiesta di inviare, pochi giorni prima del Convegno, la sua relazione. Un messaggio che per me significa ricordare una donna, grande professionista nel suo lavoro, ma anche simpatica, estremamente modesta, ironica, poetica: *"Cara Anita, sto terminando il mio sproloquio e cercherò certo di inviartelo, sperando di scoprire come si fa a spedire qualcosa dal pc. Se non dovessi farcela, ti mando un riassunto sul cellulare. Sono proprio arcaica, userei ancora i piccioni viaggiatori. Ma potrei anche usare la nostra amata posta!"*

## Ri-crearsi nell'anzianità

Eccoci qui. Ci ritroviamo con un tema e con una realtà che calzano a pennello. AvaEva si è re-inventata, e io sono stata chiamata a parlarvi di ri-crearsi nell'anzianità. Penso che quello che avrò da dirvi lo sapiate già, ma cercherò di raccontarlo con parole, e confusione, mie: ed è questa la ri-creazione. (...)

Quanto a noi, variamente anziane, ci siamo ricreate seguendo il tipico percorso che porta dalla nascita all'infanzia, dall'adolescenza alla maturità prima e seconda, fino all'anzianità. Un lungo percorso di acquisizioni e di perdite, di cambiamenti in contesti sempre nuovi, in un tempo, il nostro, che ha conosciuto un'accelerazione mai conosciuta prima.

E ci siamo ri-create, consapevolmente o meno, seguendo processi biologici innati, seguendo modelli antropologici e culturali, e in seguito, più o meno consapevolmente, secondo i nostri caratteri, interessi, scelte, ecc., più personali. (...)

Cosa significa allora ricrearsi nell'anzianità? E sappiamo cosa sia l'anzianità?

Come ben dice una veterana del femminismo, Betty Friedan, la nostra è "un'età da inventare". Perché? Perché non abbiamo modelli per orientarci: non quelli delle nostre madri vissute in un mondo troppo diverso dal nostro, secondo realtà

e norme sociali e culturali che da allora hanno conosciuto cambiamenti epocali. (...)

Avvicinandomi agli studi sull'anzianità ho notato una grande carenza di attenzione rispetto proprio alle differenze di genere.

Partendo ora da un punto di vista psicologico, che è quello che privilegio, è proprio sull'anzianità al femminile che vorrei riflettere, per considerare il vissuto soggettivo (...).

Partendo dalla mia prospettiva, l'anziana è, in primo luogo, un soggetto, protagonista di un processo in divenire, capace di trasformarsi e di trasformare la realtà in cui opera. E subito una cosa mi sembra acquisita: le donne 'anziane', non si vedono più come un 'problema' sociale: fanno di essere la 'soluzione' di molti problemi sociali, una risorsa per l'economia, per esempio, in quanto garante di cura (gratuita) per i grandi anziani bisognosi di aiuto, e per bambini i cui genitori lavorano.

Le anziane sono una risorsa per l'educazione e per la trasmissione di saperi, di competenze, come pure per nuove declinazioni dell'affettività dove, nella relazione nonne/nipotini lo scambio di conoscenze a volte segue vie inverse, e sono i nipoti a insegnare alle nonne, per esempio la tecnologia.

**AvaEva è un movimento attivo nella Svizzera italiana da oltre un decennio con l'obiettivo di dare voce alle esigenze della generazione delle nonne. Partendo dal presupposto che la donna anziana oggi non corrisponde più all'immagine tipica della "nonna", il movimento riflette su un'altra vecchiaia e lavora per mantenere e migliorare la qualità di vita in età avanzata. Info su: [www.avaeva.ch](http://www.avaeva.ch)**

Ri-inventarci significa anche sottrarci alle generalizzazioni e ai pregiudizi sull'anzianità che partono spesso esclusivamente da studi focalizzati sull'uomo, penalizzando la donna. (Un esempio fra tanti: la recente scoperta che la farmacologia, sperimentata su campioni esclusivamente maschili, non è efficace o è persino dannosa per la donna). (...)

Penso che una delle grandi conquiste delle 'anziane' sia quella imparata negli anni giovanili del femminismo, quella di condividere con altre donne, ribellioni, aspirazioni e conoscenza di loro stesse.(...)

La vera scoperta, non consiste nella conquista di nuovi mondi, ma nell'imparare a guardare quello vecchio con occhi nuovi, quelli dell'esperienza acquisita. Ed è in questo territorio nuovo che le nonne si ri-creano, dove diventa possibile riscoprire – insieme – la mamma e il bambino che si è stati, dove forse la nonna intuisce in sé l'unità e la co-presenza di tutte le età della donna...

L'anzianità, questa ricreazione permanente – per come la vedo io, lo avrete capito –, è caratterizzata da un aspetto psicologico di grande importanza: un fondamentale cambiamento di prospettiva. Questo ce l'ha segnalato il grande psicologo analista svizzero C.G. Jung. Lapidariamente, ecco la scoperta che ci interessa: abbiamo passato la prima metà della nostra vita cercando di adattarci al mondo; nella seconda metà dobbiamo imparare ad adattarci a noi stessi.

Ho scoperto con sorpresa che spesso sono proprio i nostre *limiti* a renderci più creative, e di questi l'anzianità ce ne regala tanti! A questo proposito ci sono molte scoperte che possono confortarci. Ci vengono stavolta dalle neuroscienze. Perché le neuroscienze in anni recenti, si sono molto interessate al cervello degli anziani, e proprio per quanto concerne la creatività. Si stanno infatti scoprendo molte nuove risorse del cervello anziano; in modo particolare, che l'anziano possiede le caratteristiche del 'creativo', più che i giovani. E torno a ricordare che per creativo non si intende solo chi produce arte, ma creativa è, prima di tutto, la capacità di cambiare, di trovare soluzioni nuove e originali, di rompere schemi, di vedere le cose con occhi nuovi, di usare l'immaginazione, di 'osare', di re-inventare. A prescindere dagli esempi d'eccezione, la cosa riguarda anche noi comuni mortali anziani. (...)

Esempi banali: perdiamo le parole? Bene, impariamo a girarci in giro e a trovare espressioni equivalenti, o ci facciamo furbi e cambiamo discorso. Oppure, rinunciando al bisogno di 'far bella figura', ci presentiamo allegramente con la nostra nuova realtà. Non riconosciamo la persona che ci viene incontro? O lo diciamo senza preoccuparci della 'figuraccia', o mettiamo in scena una recita convincente e ci divertiamo. Sappiamo che nell'anzianità diventiamo più distratti, la nostra attenzione non è più tanto focalizzata, tendiamo a divagare: secondo gli studi sul cervello 'anziano', questo comporta che, proprio grazie alla nostra scemata attenzione focalizzata,



l'orizzonte si apra e si faccia più vasto, includendo un maggior numero di informazioni, nuovi aspetti del problema. (...)

Accettando i nuovi limiti dell'anzianità, ci liberiamo dal dover dimostrare quanto siamo ancora efficienti e capaci, ci rendiamo più disinibite, più disposte a rischiare, meno disposte a compiacere le aspettative altrui, meno dipendenti dall'approvazione e dai giudizi, e quindi capaci di rompere gli schemi e riscrivere le regole in modo innovativo. (...)

Ovviamente se siamo tendenzialmente giudicanti e severe faremo fatica a guardarci con un po' di empatia e humor, ma se lo facciamo riusciremo a integrare aspetti nuovi che ci aiuteranno a vivere con più libertà e energia; e ne gioverà anche la nostra autostima perché sapremo radicarci meglio nel nostro essere autentico.

Le ansie, l'inquietudine, l'insoddisfazione, o anche la depressione che sovente sperimentiamo nell'anzianità, sono spesso legate alle resistenze al cambiamento che ci mantengono in uno stato di stagnazione. Sono questi i momenti in cui sperimentare qualcosa di nuovo ci può aiutare. Non occorre certo che si tratti di qualcosa di grandioso: a volte basta rompere un'abitudine che percepiamo come ripetitiva, perché allora non decidere che una volta alla settimana ci si trovi con un'amica a mangiare una pizza? O si va al cinema da sole? O ci si iscrive a un corso di tango? O di filosofia? Sono infinite le piccole cose nuove che si possono fare, e quando si apre una porta, a volte se ne spalancano molte altre. E si comincia davvero a diventare strumento e misura del proprio cambiamento. Cioè a ri-crearsi!

\*Il testo integrale della relazione può essere letto sul sito [avaeva.ch](http://avaeva.ch) cliccando in alto su "attività" quindi su "convegno" e poi, nella lista dei convegni precedenti, selezionando quello del 2017.

**«La vera scoperta, non consiste nella conquista di nuovi mondi, ma nell'imparare a guardare quello vecchio con occhi nuovi, quelli dell'esperienza acquisita. Ed è in questo territorio nuovo che le nonne si ri-creano, dove diventa possibile riscoprire – insieme – la mamma e il bambino che si è stati, dove forse la nonna intuisce in sé l'unità e la co-presenza di tutte le età della donna...»**

## Il baule del Renzo

di Loris Fedele

**R**enzo, come ti definiresti? È cominciata con questa domanda la mia visita a un amico che ha un hobby, o sarebbe meglio dire una vera passione (come scoprirete tra poco) per tutti gli oggetti che ci raccontano il passato. «*Io mi definisco un accumulatore seriale compulsivo di oggetti d'uso per la casa e per qualsiasi tipo di lavoro*», mi risponde Renzo Conti, maestro elementare in pensione. «*C'è chi ha la passione per i francobolli o per altro e comincia una collezione, poi accumula, accumula e così via. Ho cominciato quasi da bambino raccogliendo degli oggetti nella Valgersa, a Savosa, dove c'era una discarica. Il mio primo oggetto fu una botticella, ancora ben tenuta. L'ho portata a casa e con l'aiuto del papà, che allora faceva il falegname, l'abbiamo sistemata, ripulendo i cerchi e il legno. Era esposta in casa come pezzo da collezione, bello da vedere. Avevo forse 7 o 8 anni. Poi ho continuato a cercare e accumulare*».

### **Saper mettere a posto le cose fa parte del piacere!?**

«Sì, e non solo. Ho insegnato per 40 anni, e quando si parlava di storia portavo in classe i miei vecchi oggetti: chiedevo agli allievi di fare ipotesi su cosa fossero, a cosa servissero. Era un lavoro e un gioco che piaceva moltissimo ai bambini. Scoprivamo insieme un oggetto che prima non sapevano nemmeno che cosa fosse».

### **E adesso invece dei bambini il tuo pubblico è diventato quello degli anziani?**

«Qualche anno fa mi sono chiesto cosa fare della mia collezione. Nel frattempo erano diventati 20 o 30mila pezzi, adesso sono più di 40mila. Ho pensato che per gli anziani che non possono più muoversi potevo portare una specie di museo da loro. Detto, fatto. Adesso ho una ventina di case



per anziani dove tengo dei pomeriggi e, su chiamata, porto degli oggetti. Il gioco è quello di sempre: suscito la loro curiosità, li intrattengo facendomi dire da loro cosa sono. Ormai ho una certa esperienza, non tengo una conferenza, è un dialogo: mi faccio dire quali ricordi risveglia la vista dell'oggetto che ho portato».

### **È nato così il baule del Renzo!?**

«Sì, baule, solitamente. Invece delle borse li metto in uno di questi due bauletti. Faccio finta di non sapere: dico, chissà cosa ci sarà in questo baule? È la situazione nella quale mi sono trovato più volte nei solai, dove la gente ha tenuto oggetti nel caso che un giorno o l'altro potessero ancora servire. Gioco e scherzo con ogni cosa che estraggo dal baule. Ho il tempo e la passione per fare queste cose, per me ogni volta è una gioia».

## Come una Fenice dalle ceneri

**Vuoi essere parte del cambiamento?**

**Accendi la fiamma della rinascita e contribuisci alla ricostruzione dell'alloggio alpino Soveltra.**

Dopo l'incendio del 2 ottobre 2017, Soveltra può tornare a nuova vita, ma solo grazie al tuo supporto. La sua rinascita restituirà alla struttura il ruolo essenziale di collegamento tra le valli Leventina, Vallemaggia e Verzasca. Come in passato, offrirà ospitalità di qualità, continuando a testimoniare la presenza dell'uomo e a mantenere viva la nostra memoria collettiva. Sii protagonista di questa rinascita. Con il tuo aiuto, dalle ceneri sorgerà un nuovo rifugio alpino, più bello e accogliente che mai. Il fuoco, un tempo distruttore, è oggi il simbolo della nostra determinazione a ricostruire.



**Dona ora e scopri di più su**  
[www.sav-vallemaggia.ch](http://www.sav-vallemaggia.ch)

**Società  
Alpinistica  
Valmaggese**



**Insieme possiamo  
far risorgere Soveltra!**



Foto:  
Nella pagina di sinistra, Renzo con in mano una forbice da vetraio, in uno dei suoi depositi. Qui a lato: un arnese per togliere le castagne dai ricci e delle bilance o da orafo o per pesare le spezie. Sotto, dei carda-canapa.



### Come reagisce il tuo pubblico?

«Ho creato complicità e amicizie. Possono succedere cose sorprendenti. Per esempio, una volta ho portato una mezzaluna per tagliare la verdura (un po' particolare, pesante e ben bilanciata, sei lame disposte in parallelo) e un ospite della casa mi ha chiesto dove l'avessi trovata. Aveva le lacrime agli occhi. Gli ho detto che quando l'hotel Palace di Lugano chiudeva aveva fatto un'asta per sbarazzare molte cose: l'avevo trovata lì. Questa persona si è commossa e mi ha detto "ma io ero lì, ho fatto il cuoco al Palace e l'ho usata". Allora è diventato il protagonista di quel momento e ha raccontato che faceva 300 pasti al giorno e il prezzemolo lo tagliavano a scatolate. Un altro momento commovente è stato quando ho portato un secchiellino in alluminio, quello che ai tempi usavamo per il latte distribuito dalla latteria in paesi e città, e una donna mi ha detto che ne aveva uno uguale col quale portava la minestra al papà che lavorava in cava. Certi oggetti evocano ricordi indelebili spesso legati a particolari circostanze. Ogni oggetto ha una storia che cerco di ricostruire, ed è quello che piace a me quando lo cerco, quando lo trovo, lo sistemo e lo restauro. Capita specialmente con oggetti molto umili, di vita quotidiana. Sono quelli che suscitano interesse e dibattito con gli anziani che incontro nei miei pomeriggi. Mi documento molto su tutto quello che trovo, vengo così a sapere quale era il loro utilizzo. Non è sempre facile capirlo subito, perché certe volte l'artigiano si costruiva quello che gli serviva proprio in quel momento, magari

con attrezzi inventati e adattati alle esigenze del suo lavoro. Sono pezzi che non erano in commercio, ne ho di meravigliosi di questo tipo».

Ho visto per esempio una specie di forbice, lungo quasi mezzo metro, in ferro, con uno spazio rotondo e zigrinato tra le lame. Renzo mi ha detto che serviva per prendere/tenere le anguille pescate nel fiume Tresa. «Io vedo l'oggetto per la funzione che ha – annota Renzo – ma anche come forma artistica. Esistono oggetti belli anche solo per come sono fatti. C'era una maestria e una bravura nel confezionarli. Di carda-canapa, per esempio, ne avrò una ventina. Ce n'è uno che in uno spazio di un decimetro quadrato ha più di 500 chiodi, tutti fatti a mano, infilati uno vicino all'altro con estrema precisione su un pezzo di legno. Mi chiedo come abbiano fatto: penso alla scelta del legno giusto, che non si screpolasse o si rompesse, perché altrimenti tutto il grande lavoro finiva in niente. Quanto ai materiali degli oggetti e attrezzi che raccolgo ce ne sono di tutti i tipi: c'era il ferro, il rame, il legno. Nei legni c'erano tante qualità e la bravura stava nel scegliere quelli più adatti all'operazione che bisognava fare. Legni più duri, come il corniolo e il bosso, oggi dopo 100-200 anni sono tali e quali. Ho anche una grande zangola, ottenuta scavando nel tronco, come un pezzo unico. È in legno di fico, che non si screpolava. Verosimilmente l'hanno scavata con sgorbie e scalpelli costruiti apposta da abili artigiani. Se penso a chi l'ha fatto! Certi oggetti li accarezzo, rivivo con loro la vita degli altri».

### Riesci anche a scoprirne la provenienza all'origine?

«La mia ricerca si limita al Ticino e alla zona prealpina. Se trovo il pezzo a Como non cambia molto rispetto a quello di Lugano o Varese. La civiltà contadina e la vita rurale sono state molto simili in tutta la zona. Quasi sempre il proprietario che ha voluto conservare gli oggetti sa da dove vengono o a chi sono appartenuti. A volte però si trovano cose che potrebbero provenire dagli emigranti. In questo caso l'originale era forse stato copiato oppure modificato, adattato allo scopo per cui era stato scelto. Ogni oggetto porta con sé la sua storia. Se trovi oggetti di grande qualità solitamente erano di artigiani che facevano lavori per famiglie importanti. Li ho visti anche in chiese e castelli, erano un po' il biglietto da visita dell'artigiano».

### Cosa ti dà il contatto col pubblico?

«Ogni volta è un arricchimento: fermo o vengo a sapere cosa ho tra le mani. Possiedo ancora oggetti che non so esattamente cosa siano o a che cosa siano serviti. Sceglierli, mostrarli alla gente, maneggiarli, mi fa rivivere il momento nel quale li ho trovati. Torno a casa dopo una giornata nelle case anziane o nelle scuole felice e appagato. Non so cosa è la noia. Sono sempre disponibile, basta chiedermelo. L'unica cosa è che, visto che non guido e ho un baule da portare, devono venirmi a prendere e riportarmi a casa. Non costo niente, il materiale è mio, è la mia passione».

## Dall'Art Nouveau all'Art Déco

In corso a Palazzo Reale di Milano la mostra "Art Déco. Il trionfo della modernità"

di Claudio Guarda

Mentre sull'Art Nouveau si susseguono le mostre, spesso incentrate sui manifesti di Alfons Mucha (vedi immagine qui sotto), assai più rare sono quelle dedicate all'Art Déco tanto che non pochi le confondono; per questo merita una particolare menzione la rassegna "Art Déco. Il trionfo della modernità" ancora in corso a Palazzo Reale di Milano fino al 29 giugno. Vero è che, cronologicamente parlando, a cavallo tra Otto e Novecento, Art Nouveau e Art Déco dapprima si passano la mano, ma poi si contrappongono anche. Il primo, chiamato pure Stile Floreale o Liberty, fu un movimento artistico radicato nell'ultimo Ottocento che raggiunse il suo culmine tra il 1890 e il 1910 (in coincidenza con l'ultimo periodo della cosiddetta Belle Époque) ed ebbe il suo punto di massimo risalto nell'Esposizione Universale tenutasi a Parigi nel 1900 che segnò il trionfo del nuovo stile. Il secondo raggiunge invece la sua massima popolarità nel ventennio tra gli anni Venti e Trenta, ed ebbe il suo momento di massimo risalto nella celebre "Exposition internationale des arts décoratifs et industriels modernes", tenutasi sempre a Parigi nel 1925, da cui trasse poi la contrazione che identifica oggi quello stile. A far da divisorio tra i due momenti non poteva che essere la Prima guerra mondiale con tutto quello

che si portò dietro tanto a livello sociale quanto artistico, ponendo fine al periodo delle avanguardie.

L'ampia rassegna in corso a Palazzo Reale nasce proprio sull'onda del centenario di quella esposizione con l'intento di "offrire una nuova interpretazione di quel movimento che ha influenzato profondamente il design, l'architettura, le arti decorative e la moda". Grossomodo gli stessi ambiti in cui operò pure il Liberty, ma rispetto al quale si differenzia per un suo tratto stilistico distintivo ben identificabile. Mentre il Liberty è infatti caratterizzato da linee sinuose e mobili, da forme fluide, serpentine e asimmetriche, che richiamano o riproducono, anche visivamente, elementi del mondo organico e naturale come animali foglie e fiori, stilizzati in funzione decorativa ma all'interno di una concezione ancora simbolista che vedeva specchiate nella natura le leggi che regolano l'universo; lo stile Art Déco si basa invece su forme lineari secche, angolari e geometrizzate, prive di fronzoli decorativi ispirati alla natura, cui oppone i moduli efficienti e razionali della rivoluzione industriale, facendo quindi proprio un diverso, quando non contrapposto, concetto di "modernità" declinato in modalità antitetiche. In sintesi: due stili per due concezioni di vita e di rinnovamento dell'arte che si contattano sul crinale tra '800 e '900, ma che nel giro di pochi anni si differenziano nel linguaggio e, ancor più, nello spirito e nell'atteggiamento che li anima.

### La denuncia dell'Art Nouveau

Non si può non ricordare che il movimento Liberty si sviluppò per un verso come risposta all'avanzata dell'industria che determinava flussi demografici in fuga dalla campagna e nuove condizioni di vita subumana nei ghetti dormitorio di non poche città industrializzate; dall'altro, e più in particolare, come reazione alla crescente e massificata produzione industriale di arredi domestici e prodotti quotidiani che andavano a scapito, anzi letteralmente soppiantavano, il buon artigianato e la nobile tradizione del lavoro manuale. L'Art Nouveau non denunciava solo il rischio di una progressiva perdita di valori, di conoscenze e competenze tecnico-artigianali che avevano fatto la storia della civiltà europea, ma anche del contatto con la natura, lanciando per di più un avvertimento dai risvolti politici e sociologici sui prevedibili effetti (che si sarebbero presto manifestati) di simili inurbamenti con conseguente abbandono delle terre su cui avevano vissuto per millenni intere generazioni. Era la percezione chiarissima di un cambiamento epocale ormai avanzato, coincidente con la piena



Qui a lato, Alfons Mucha, "Fruita", 1897; Praga, Museo Mucha.

Il vaso nella pagina accanto: Gio Ponti, "Prospettiva", 1925, Vaso in maiolica policroma, Società Ceramica Richar-Ginori, Museo Ginori, Sesto Fiorentino. Esposto nel 1925 a Parigi.

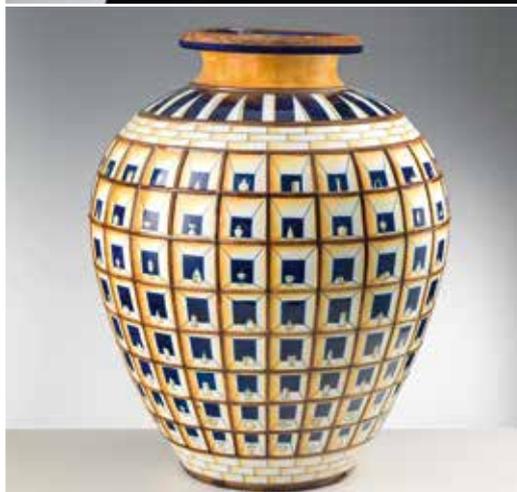
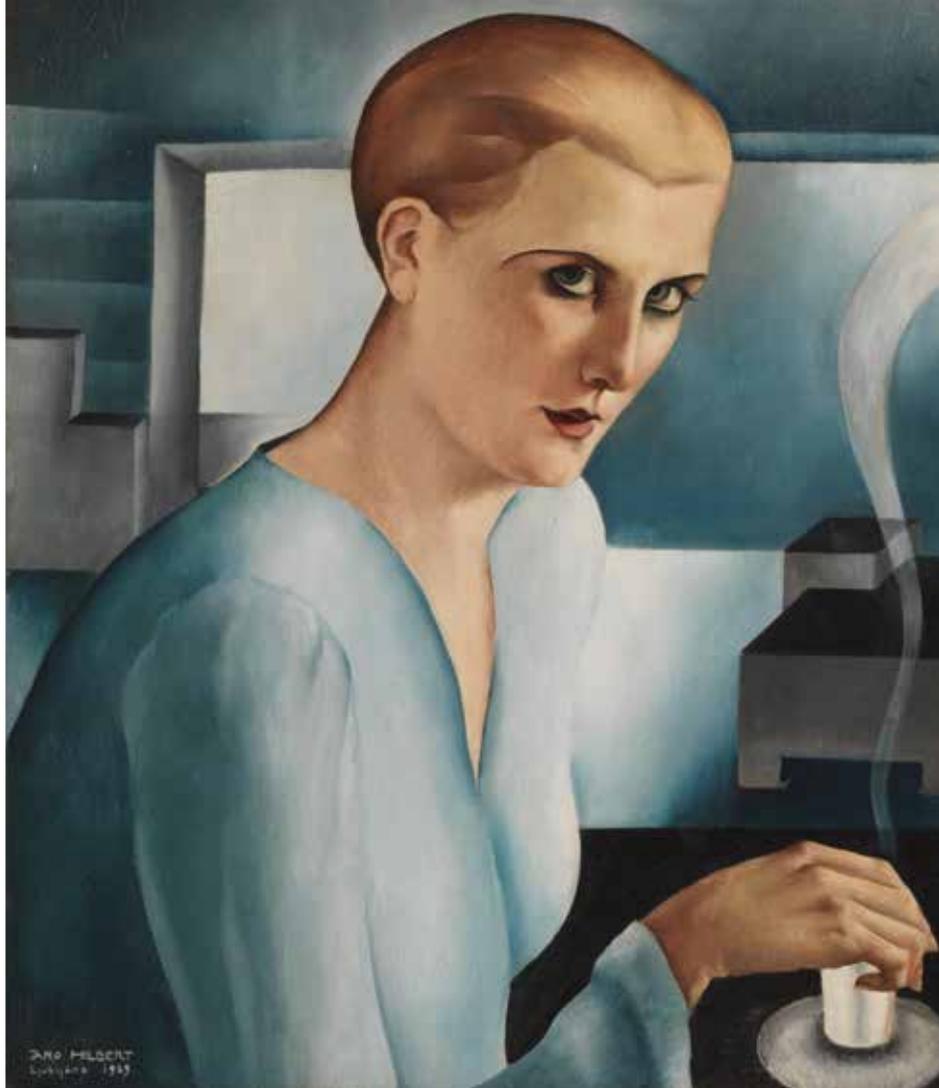
*Qui a lato:  
Jaro Hilbert, "La dame en  
bleu", 1929, Olio su tela,  
Musées de la ville de Bou-  
logne-Billancourt*

affermazione dell'età industriale la quale portava anche indubbi benefici, ma non per questo era priva di fondati timori.

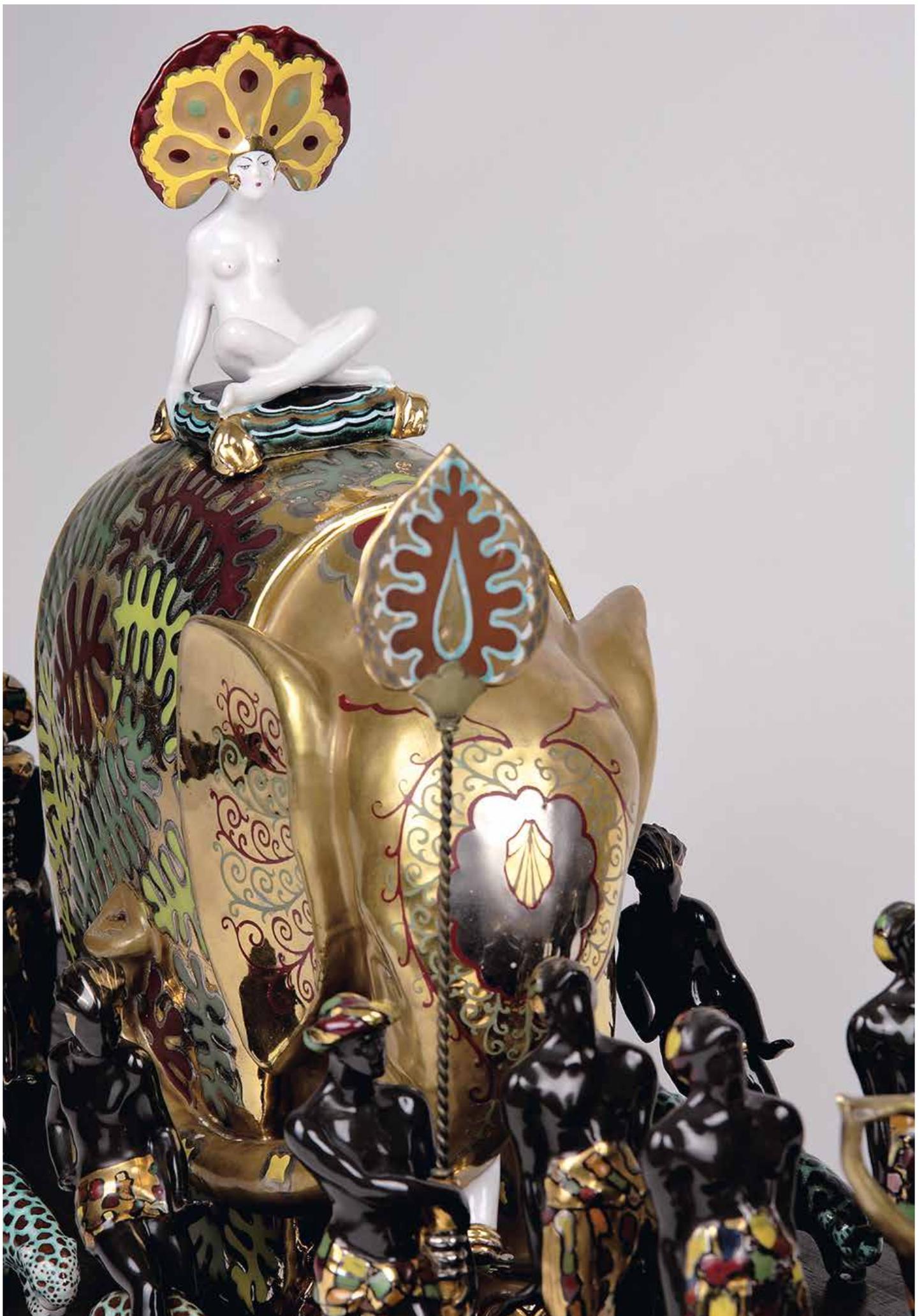
Ciò che non impedì ad artisti e artigiani dell'Art Nouveau di servirsi a piene mani dei prodotti e dei nuovi materiali che l'industria era in grado di offrire in grandi quantità e a basso costo, come il ferro e l'ottone, il vetro e la maiolica o la ceramica smaltata, per non dire dell'acciaio che divenne indispensabile per le grandi infrastrutture in calcestruzzo, nonché per ponti, ferrovie, stazioni e biblioteche, in poche parole per lo sviluppo della città moderna e per la mobilità di quel 'nuovo mondo' che stava configurandosi e che si auguravano potesse trovare un punto di equilibrio con il mondo della natura. Ne sono prova le varie denominazioni con cui identificano il loro stile: Art Nouveau, coniata nel 1890, Liberty o Jugendstil, Modernismo o Secessione, tutti termini positivamente connotati da un senso di novità e di liberazione rispetto ai vetusti e pesanti stilemi tardoromantici o neoclassici, ancora molto presenti nell'arte e nell'architettura di quel momento, cui contrapponevano strutture assai più leggere e mosse, luminose per via delle ampie vetrate colorate, con decorazioni fluidificanti in cemento o ferro battuto, vive, belle all'occhio e decorative. Ma al tempo stesso denunciavano i rischi di disumanizzazione che riducevano l'operaio a un ingranaggio dentro un sistema di produzione impersonale (Chaplin, Tempi moderni), erano contro l'omologazione della produzione di massa e a favore della qualità artigianale fondata sulla creatività individuale, sul buon gusto e la padronanza del mestiere, in sintonia con la natura. In definitiva erano ancora artisti e pensatori dell'800 che operavano sul finire di un secolo già caratterizzato da notevoli trasformazioni e foriero di inquietanti tensioni che sarebbero poi confluite nella Prima guerra mondiale.

### La voglia di girare pagina dell'Art Déco

L'Art Déco viene dopo quel disastro, a vicende e drammi conclusi e con l'economia in ripresa: come quando ci si risveglia da un brutto sogno, si spalancano le finestre e si vuol tornare alla normalità. Non si dimentica tutto in un colpo, ma l'atteggiamento muta e, con quello, viene anche la voglia di girare pagina. Nel frattempo, con la fine della guerra, in arte si concludeva anche l'avventura delle avanguardie storiche: fauvismo, cubismo, espressionismo, astrattismo; perdurava invece ancora il Futurismo che, fin dai suoi esordi (1909), aveva fervidamente esaltato simboli e valori della società moderna, in particolare la velocità dei nuovi mezzi di trasporto



*Sopra: Pierre Le Faguays,  
"Fauno che insegue una  
ninfa", fusione in bronzo  
su base di marmo nero del  
Belgio, Gardone Riviera,  
Fondazione Il Vettoriale  
degli Italiani, Prioria,  
Stanza di Cheli. La scultura  
venne collocata da d'An-  
nunzio su un lato corto  
della grande tavola della  
sala da pranzo detta di  
Cheli come allegoria della  
passione selvaggia con-  
trapposta ai simboli della  
frugalità francescana.*



esaltati dall'automobile da corsa (per Marinetti più bella della Vittoria di Samotracia), l'elettificazione delle città che spalancava le porte alla vita notturna, le nuove infrastrutture urbane sullo sfondo di dighe e tralicci, mentre nuove fabbriche e nuovi caseggiati invadevano periferie ed orti suburbani. Basti ripensare all'immagine di "città che cresce" nelle opere di Boccioni, di Sant'Elia, di Sironi o del nostro Pietro Chiesa. Ma un contributo notevole all'evoluzione del gusto e all'immagine di nuova società, fin dai primi anni del '900 lo avevano dato disparati personaggi di spicco, come Josef Franz Maria Hoffmann (1870-1956), tra i più influenti e originali architetti austriaci, o il parigino Paul Poiret (1879-1944), stilista dai molteplici interessi e primo creatore della moda in senso moderno, con tanto di suo rinomato negozio e alta clientela. Già nel 1910, ben prima di Chanel, egli era diventato un punto di riferimento esclusivo per l'élite parigina dato il suo innovativo modo di vestire uomini e donne (importante per la storia dell'emancipazione femminile) che estese poi anche all'arredamento domestico con la realizzazione di mobili, di tappezzerie e carte da parati ed elementi decorativi che già esaltavano l'eleganza della linea, la purezza dei materiali, la percezione positiva della modernità.

Orientamenti e tendenze che, in parallelo con la crescente industrializzazione e il benessere, si intensificheranno durante il secondo Futurismo (1918 - 1940), con il diffondersi del Razionalismo in architettura, con la nascita del Bauhaus nel 1919: da qui la ricerca di una purezza di forme lineari e semplificate con cui rendere il piglio di una società moderna, ottimistica e dinamica, aperta non solo nei confronti della velocità, delle macchine e delle imprese, ma anche della produzione industriale fatta in serie purché nella salvaguardia di valori quali la raffinatezza del disegno, l'eleganza o l'essenzialità delle strutture, la ricercata pregevolezza di materiali e, in definitiva, anche del lusso, della 'gioia di vivere' (per dirla con Matisse) dopo tante tragedie.

### Una sfrenata vivacità urbana

Si consolidava per questa via il rapporto tra arte e industria che l'Art Déco non demonizzava anzi ricercava, specie nell'ambito delle arti applicate, dall'arredamento domestico ai gioielli, dal cinema alla moda, come dimostrazione e celebrazione della modernità e del progresso protesi all'economia del lusso in anni di tornata prosperità. Uno stile internazionale ed elitario che dall'Europa trapassa poi negli Stati Uniti dove, in architettura soprattutto, si libera del tutto dal gravame di preoccupazioni storicistiche e dà vita a straordinarie invenzioni di residenze e grattacieli in cui lo strumento di giudizio estetico diventa ora la coerenza del progetto basato su rigorosi criteri di funzionalità e di essenzialità, com'è tipico dei processi industriali e tecnologici. Cosa che si fa evidente nel corso degli 'Anni Venti', pieni di vita e densi di movimenti artistici,



culturali e sociali, chiamati anche, con locuzione americana, gli "anni ruggenti" non solo per l'ampia diffusione di auto e di mezzi a motore, per lo sferragliare urbano di treni e tram, con transatlantici e aerei che collegano stati e continenti, per le comunicazioni internazionali via telegrafo, ma anche per le nuove forme di socialità mondana, per il diffondersi di uno stile di vita eclettico dentro città che stavano diventando metropoli. Sono quelli gli anni in cui l'Art Déco raggiunge la sua massima popolarità e si fissa nell'immaginario collettivo nelle forme di una sfrenata vivacità urbana, diurna e notturna, vissuta frequentando ristoranti e caffè, nell'euforia del ballo, nell'esplosione del jazz, nella condivisione della nuova moda e del nuovo arredo che, scavalcando vecchie sartorie e falegnamerie, sono ormai frutto del moderno design. Se non che, tutto questo, sarebbe poi andato a sbattere (come il Titanic nel 1912) nel crollo delle Borse del 1929, seguito negli Stati Uniti dalla Grande Depressione, in Europa, anche dall'affermarsi di tre dittature. Questo non segnò la fine immediata dell'Art Déco, in America soprattutto, ma il giro di boa era ormai prossimo anche perché già si profilavano le prime avvisaglie di quello che sarebbe stata una seconda drammatica tragedia mondiale.

*Nella pagina accanto: Francesco Nonni e Anselmo Bucci (modellatore), "Corteo orientale" - Particolare, 1927, maiolica a lustri, Museo Internazionale delle ceramiche in Faenza, Faenza (RA).*

*Sopra: il Padiglione reale della stazione Centrale di Milano. Con un'ampia selezione di fotografie, disegni, documenti e arredi conservati negli Archivi della Fondazione FS, nell'Archivio di Rete Ferroviaria Italiana (Milano) e nel Civico Archivio Fotografico del Comune di Milano, la mostra allestita nella Sala della Lanterna racconta, attraverso un percorso storico e culturale, il Padiglione reale come simbolo di progresso, creatività e arti decorative.*

# A Jackie Chan il Pardo alla Carriera

Sabato 9 agosto l'attore riceverà il premio alla carriera del Locarno Film Festival, presentato da Ascona-Locarno Turismo. Durante il Festival, Jackie Chan introdurrà i film *Project A* (1983) e *Police Story* (1985), che lo vedono impegnato nel doppio ruolo di regista e attore protagonista. Domenica 10 agosto si terrà invece la conversazione con il pubblico.

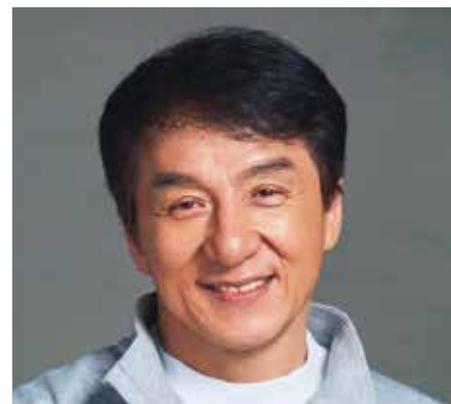
**A**ttore di fama mondiale, regista visionario e figura imprescindibile delle arti marziali, da quasi sessant'anni Jackie Chan è uno dei volti più riconoscibili del cinema internazionale, apprezzato in tutto il mondo per i suoi film, che hanno gettato un ponte tra Oriente e Occidente. Dopo il suo esordio da giovanissimo negli anni Sessanta, nel 1978 raggiunge il grande successo con *Il serpente all'ombra dell'aquila* e *Drunken Master*. Grazie alle sue prodezze e a un carisma irresistibile, nel decennio successivo l'equilibrio inedito di commedia e kung-fu proposto da Jackie Chan diventa ben presto, per la Golden Harvest – la legendaria casa di produzione di Hong Kong –, il sinonimo stesso di trionfo al botteghino. La carriera di Chan dietro la macchina da presa, nelle vesti di regista di

classici come *Police Story* (1985) o  *Armour of God* (1986), arricchisce ulteriormente la sua immagine di artista unico ed eccentrico. Negli anni Novanta, si afferma come la star di film d'azione più popolare in Asia. Corteggiato da Hollywood, nel giro di pochi anni la commedia *Rush Hour* (1998) ne consacra lo status di superstar globale come non era mai accaduto a nessuno prima di allora.

«Regista, produttore, attore, sceneggiatore, coreografo, cantante, atleta, stuntman temerario. Jackie Chan è una figura chiave del cinema asiatico di tutti i tempi, la cui influenza ha rimodellato l'immaginario contemporaneo riscrivendo le regole del cinema hollywoodiano. – sottolinea il Direttore artistico del Festival Jona Nazzaro nel comunicato stampa – Fin dagli anni della China Drama Aca-

demy sotto la guida del Maestro Yu Jim-Yuen, quando lavorò da giovanissimo come stuntman nel capolavoro di King Hu *A Touch of Zen*, Jackie Chan ha continuamente reinventato il cinema di arti marziali e non solo. Talento comico purissimo, ha fatto sua la lezione di Buster Keaton e del cinema delle origini, dando vita a capolavori che hanno conquistato il pubblico di tutto il mondo. Con una sensibilità degna del musical classico, ha creato una poetica del corpo in movimento senza precedenti. Nel cinema esiste un prima e un dopo Jackie Chan.»

La 78esima edizione del Locarno Film Festival si svolgerà dal 6 al 16 agosto 2025.



di Federico Bordoni

## Diari di persecuzioni

BULLISMO E CACCIA ALLE STREGHE

In una moderna Valposchiavo il presente si intreccia con il passato medievale della stregoneria così come le vicende dei protagonisti, i loro diari, le loro vite si intersecano e si completano per risolvere i misteri che si annidano nelle trame del tempo e nell'animo umano. Federico Bordoni narra di fragilità, di bullismo, di amicizia, di rivalsa in un contesto a lui familiare che risulta però universale per qualsiasi lettore che abbia attraversato l'adolescenza e si sia sentito smarrito.

CHF 24.–  
14,8 x 21 cm – 224 pagine

NOVITÀ  
EDITORIALE

**SalvioniEdizioni**

Ordinazioni  
www.salvioni.ch

libri@salvioni.ch  
091 821 11 11

e nelle migliori  
librerie ticinesi





L'inizio di un'avventura: il parco del Grand Hotel di Locarno nel 1947. Foto © E. Steinemann

## A che serve oggi un Festival cinematografico

di Marisa Marzelli

Dal 6 al 16 agosto tornerà per la 78. edizione il Locarno Film Festival. Locarno è, tra i festival importanti, uno dei più longevi. Ha l'età di Cannes ed è un po' più giovane della Mostra di Venezia. Locarno, come Cannes e altri, è nato sulla spinta di rinnovamento e di quella voglia di libertà d'espressione sbocciate subito dopo la Seconda Guerra Mondiale.

Pur essendo entrato da un po' nella terza età, il Festival sul Verbano sembra godere di buona salute. Il suo direttore artistico Giona Nazzaro è stato da poco riconfermato fino al 2027, anno in cui la manifestazione spegnerà 80 candeline. E probabilmente sarà allora che verranno spostate le date, da agosto a circa metà luglio. Un cambiamento importante, da ponderare bene, perché qualche settimana di differenza sembra poco ma richiede di calibrare che cosa possa significare per gli equilibri del territorio, del turismo locale, dell'affollato mondo delle rassegne internazionali.

Però in questa sede non s'intende parlare della prossima edizione del Festival di Locarno, di cui al momento ci sono ancora relativamente scarse anticipazioni, salvo che la Retrospectiva, sezione pregiata e sempre molto frequentata, nel prossimo agosto sarà dedicata al cinema britannico del dopoguerra (1945-1960). E che il Pardo d'onore andrà a un'icona mondiale del cinema sia comico che di arti marziali: l'attore e regista Jackie Chan. Piuttosto, è interessante chiedersi a che cosa servano oggi i festival di cinema, se la loro "mission" è cambiata nel tempo e cosa si aspettano sia gli autori che vi partecipano che le migliaia di spettatori.

Oggi le piattaforme streaming riversano sul pubblico una grande quantità di contenuti fruibili senza uscire di casa (agevolate in questo senso dagli anni di covid che hanno disabituato a frequentare comunità reali e non solo virtuali), mentre l'uso, e l'abuso, degli algoritmi tenta di influen-

zare e indirizzare in ogni modo i gusti della società. Ovviamente, la ragion d'essere di un festival non si esaurisce nelle proiezioni di film, per la maggior parte inediti. Prima di tutto ogni festival deve avere una sua identità e specificità, ben riconoscibile, altrimenti rischia di sparire in poco tempo. Deve in qualche modo creare una comunità in presenza, con persone che si incontrano, si scambiano idee, concludono accordi di produzione o distribuzione. Certo, è più costoso del comunicare online, ma i festival (lo si è visto durante il covid) non possono funzionare solo virtualmente. È anche finito il tempo in cui ai festival il pubblico andava solo per vedere i divi sfilare in passerella. C'è ancora bisogno di quello ma il mondo festivaliero è popolato anche da professionisti del settore che si scambiano idee e fanno affari; studenti, studiosi di arte cinematografica, masterclass, conferenze, talent scout al lavoro, work in progress in cerca di ulteriori finanziamenti per completare l'opera. Diciamo inoltre che l'offerta di un festival rappresenta già una scrematura; scelte precise rispetto alla marea di contenuti disponibili globalmente. Se è possibile un paragone di questo tipo, il lavoro di allestimento e programmazione di un festival è simile a quello di impostare l'edizione di un giornale, dove i redattori già selezionano le notizie da offrire ai lettori, proponendo loro una certina ragionata, fuori dalla logica delle reti sociali di squadrare tutto, senza un criterio di gerarchia tra i contenuti.

Se poi un film viene premiato a un festival, non è detto che verrà automaticamente distribuito nelle sale, ma almeno è stato segnalato, forse verrà invitato ad altri festival e avrà un suo piccolo o grande spazio negli annali del cinema.

Anche i giganti dello streaming (come Netflix) stanno cominciando a capire che è una buona strategia pubblicitaria per un loro film di qualità avere la première a un festival cinematografico, seguita dall'uscita nelle sale.

TERZA

### Michelle Arslanian: la partecipazione emotiva è tutto

di Alessandro Zanoli

A volte è importante per noi europei trovare un interlocutore d'Oltreoceano per mettere a fuoco i contorni della nostra passione per il jazz. Nato negli Stati Uniti all'inizio del 900, questo genere musicale si è in seguito diffuso in tutto il mondo, attirando l'attenzione e conquistando il favore di milioni di ascoltatori. Come sappiamo, in Europa il jazz ha generato un considerevole movimento culturale e creato schiere di musicisti e di intenditori. Il punto è, però, che, a volte, discutendo con coloro che condividono questa fascinazione ma vengono dalla parte del mondo in cui il jazz ha visto la luce, ci rendiamo conto di valutarlo in maniera leggermente diversa da loro. A farci riflettere su questo particolare aspetto della passione jazzistica è stata una bella conversazione con Michelle Arslanian, luganese di adozione dal '95 e direttrice del Dipartimento Ex-allievi della Scuola Americana TESIS di Montagnola. Michelle è nata a Philadelphia, Pennsylvania, in una famiglia di origine armena, di nonni emigrati negli USA, sopravvissuti al genocidio armeno del 1915.

Nella sua famiglia le usanze della cultura di origine sono forti e conservate anche oggi. Ma a questo *imprinting* (che è allo stesso tempo culturale e spirituale) si è sovrapposto naturalmente il contributo della cultura statunitense in cui è nata. «Non posso dimenticare di essere cresciuta per una gran parte della mia vita nella West Phi-

ladelphia, un luogo stimolante per quello che riguarda la cultura musicale americana. Si vede nel mio modo di ballare e cantare. Da ragazza ero immersa in un ambiente in cui risuonava ad ogni angolo la cultura della musica soul, gli echi della Motown, il jazz ed il gospel. Sono cresciuta cantando nei cori e avendo ruoli nei musicals a scuola e in chiesa. Per me la musica è un'esperienza soprattutto sentita "dall'interno", viene dall'anima ed ha una storia. Se la musica non ha questi due elementi, m'interessa poco».

Va considerato che Arslanian viene da una famiglia in cui la musica era un elemento fondamentale. «Mia madre era soprano, cantava musica americana degli anni 70 e musica lirica, si esibiva ad eventi e matrimoni. Mio padre era un tenore, cresciuto in un seminario armeno. Entrambi conoscevano e interpretavano i brani della liturgia medievale armena, un capolavoro del canto religioso. La messa armena è stata la mia più grande scuola: se sai cantare quella, puoi cantare tutto. Mio padre oltre a questo, suonava l'organo ed il saz, un tipo di liuto simile all'Oud. Io ho iniziato a prendere lezioni di pianoforte a 10 anni: ma suonavo ad orecchio, così imparavo più in fretta... le lezioni, insomma, sono durate poco, purtroppo».

Michelle è cresciuta nel mondo dei musicals di Hollywood: «Cercavo di emulare Julie Andrews (mio idolo) e Barbra Streisand. Sui 25 anni ho



Michelle Arslanian in una esibizione tenuta alla Scuola americana TESIS di Montagnola

scoperto Nina Simone, Etta James, Nathalie Cole, e anche Dolly Parton... Il jazz che preferisco è una musica legata alla vocalità. Certo, mi piacciono anche i solisti strumentali, mi piacciono Miles Davis, i fratelli Marsalis, e musica un po' più ruvida, come quella di Buddy Guy. Se il jazz è strumentale e non ha un po' di grinta, non mi prende. Per me è importante la sincerità nell'interpretazione della cantante. Una che mi ha particolarmente colpito, ad esempio, è Amy Winehouse. Ha inventato un modo nuovo di cantare il jazz, che mi commuove».

### L'onda emotiva del jazz

Proprio in questa partecipazione emotiva all'espressione musicale possiamo dire che noi europei ci distinguiamo molto da chi il jazz l'ha conosciuto "di prima mano" ricevendolo dalla propria cultura materna. «Ho lavorato per vari anni a Jazzascona, intervistando i musicisti per la RSI. A volte osservavo i musicisti rimanere spiazzati dal fatto che il pubblico non partecipava emotivamente alle loro performances. Il ruolo della platea è fondamentale per il musicista. Chi suona di solito cerca di stabilire un contatto, di creare un'onda emotiva che poi, dopo essersi riversata sul pubblico, deve tornare sul palco, creando un movimento emozionale reciproco. Qui da noi ho osservato diverse volte un atteggiamento passivo. I musicisti americani se ne accorgono, non sono abituati, pensano che la musica non stia piacendo, che il pubblico non si diverta, considerando il contenuto fortemente passionale che i testi di molte canzoni vogliono fare arrivare agli ascoltatori. Per me è fondamentale pensare che questa musica (ovviamente anche il gospel) nasce dalla sofferenza profonda della comunità nero-americana, che ha cercato un riscatto dalle proprie sofferenze creando splendide melodie. Mi viene da pensare ad esempio al modo in cui Nina Simone canta la canzone Stars (si veda la sua esibizione a Montreux nel 1976), parlando dell'importanza delle storie di tutti i giorni delle persone. Questo mi commuove profondamente, forse, in modo inconscio, io metto in relazione questa sofferenza generazionale con quella che ha vissuto e vive la comunità armena ancora oggi». L'osservazione di Arslanian sembra molto pertinente e potrebbe in qualche modo spiegare come l'epoca d'oro del jazz in Europa si situò intorno agli anni del Secondo dopoguerra, quando per gli europei il senso di liberazione dalla tragica esperienza della dittatura fosse spesso accompagnato dalle note vivaci dello swing.

### L'importanza del contatto con il pubblico

Non bisogna dimenticare, comunque, che per la nostra interlocutrice anche cantare il jazz è una passione coltivata negli anni. «Mi piace cantare, in casa mia la musica non manca mai, mi accompagna nella vita quotidiana, così com'era a casa mia da piccola. Il mio modo di cantare è molto intuitivo. Studio ad nauseam le cover che mi piacciono: seguo meticolosamente l'intenzione della



canzone e cerco di riportarla sul palco, voglio essere fedele al quanto possibile alla raison d'être della canzone. La musica non è la mia professione, quindi a volte non sono una esecutrice molto fedele dei "Real Book" (l'antologia di spartiti usata dai jazzisti durante una jam come riferimento per la struttura armonica dei brani, NdT). Ma ho un istinto musicale e anche esperienza. Mi sento a mio agio quando ho un accompagnatore più bravo di me, che sa crearmi una rete attorno, e con cui non devo preoccuparmi se sbaglio qualcosa. Perché un bravo musicista è flessibile, e sa seguire la cantante e ritrovare la bussola».

Poi Michelle ci dà un ulteriore punto di vista sul "nostro" modo di considerare il jazz, che forse può essere molto utile da considerare per i jazzisti di casa nostra. «Mi è capitato di partecipare a varie jam session, ho notato che a volte i musicisti si tengono attaccati alla loro esibizione personale, al loro strumento. Non alzano lo sguardo, si concentrano sulle note e non sulla collaborazione con gli altri musicisti e con il pubblico. Il pubblico può perdere d'interesse. Per quello che mi riguarda io preferisco lasciarmi andare. Trent'anni fa, mi ero molto ispirata dall'interpretazione di Natalie Cole nell'album Unforgettable. La sua tonalità è simile alla mia, ho trovato la sua interpretazione fresca, a volte azzardata a confronto dei "classici" pezzi jazz di suo padre. Dicevo ai musicisti che mi accompagnavano, suonate Route 66 com'è suonato nel disco Unforgettable: io lo conosco così. Suo padre, il celebre Nat "King" Cole, era un esecutore perfetto, ma per questo anche un po' formale. Natalie invece inserisce delle variazioni, cambia l'intonazione, è fluttuante nel suo modo di cantare, e in questo modo crea ogni volta qualcosa di diverso. Questo è il modo di cantare che mi assomiglia...».

**«Il jazz che preferisco è una musica legata alla vocalità. (...) Per me è importante la sincerità nell'interpretazione della cantante. Una che mi ha particolarmente colpito, ad esempio, è Amy Winehouse. Ha inventato un modo nuovo di cantare il jazz, che mi commuove.»**

## Muoversi ogni giorno: un investimento per la salute, ad ogni età

di Mauro Lucini, Reumatologo e Vicepresidente della Lega Ticinese contro il Reumatismo

L' aumento dell'aspettativa di vita rappresenta una delle più significative conquiste della medicina moderna. Tuttavia, vivere a lungo non equivale necessariamente a vivere bene: la qualità della vita in età avanzata è fortemente influenzata dalle condizioni dell'apparato muscolo-scheletrico e dalla funzione motoria. Con l'invecchiamento, si assiste ad una fisiologica progressiva riduzione della forza muscolare, a un peggioramento dell'equilibrio e ad una maggiore fragilità ossea. La buona notizia è che tali cambiamenti si possono contrastare: il movimento rappresenta un vero e proprio strumento terapeutico, alla portata di tutti.

### Cadute e fragilità: un rischio da conoscere e prevenire

Nella popolazione anziana, la caduta costituisce un evento frequente e potenzialmente invalidante. In Svizzera, circa l'80% degli infortuni tra le persone di più di 65 anni è imputabile a delle cadute. Nella metà dei casi ciò si verifica all'interno delle mura domestiche. Superfici scivolose, ostacoli non fissati, scale prive di corrimano o semplici disattenzioni possono innescare incidenti le cui conseguenze, in presenza di fragilità ossea, possono rivelarsi importanti: fratture ossee, ricoveri ospedalieri e un declino spesso irreversibile dell'autonomia personale.

Dopo i 40 anni, la massa ossea si riduce in modo progressivo, con un tasso che può raggiungere l'1% annuo. Tale processo può sfociare nell'osteoporosi, patologia caratterizzata da una struttura ossea ridotta e porosa, dunque più suscettibile a fratture anche a seguito di traumi lievi.

Parallelamente, il flusso capillare nei muscoli diminuisce, così come l'efficienza del muscolo cardiaco. Si stima vi sia una perdita di forza muscolare fino al 50% tra i 30 e gli 80 anni. Anche l'equilibrio e la coordinazione tendono a deteriorarsi con l'età, esponendo l'anziano a un rischio crescente di caduta.

### Movimento: una medicina naturale per corpo e mente

Il movimento regolare, anche a bassa intensità, è efficace su molti fronti:

**Salute ossea:** il carico esercitato dallo scheletro durante attività come camminare, salire le scale o ballare stimola le cellule ossee (osteoblasti), promuovendo il rafforzamento della struttura ossea. Anche esercizi con piccoli pesi o contro resistenza possono migliorare la densità minerale ossea, contribuendo a ridurre il rischio di fratture.

**Forza e stabilità:** l'inattività favorisce la sarcopenia, ovvero la perdita di massa e forza muscolare, che può raggiungere il 2% annuo dopo i 70 anni. Tale decadimento si riflette negativamente sulla capacità di mantenere l'equilibrio e di reagire prontamente agli ostacoli. Un'attività fisica regolare, anche leggera, migliora il controllo posturale, rafforza la muscolatura e diminuisce l'incidenza di cadute.

**Funzioni cognitive:** il movimento stimola la circolazione cerebrale e favorisce la neuroplasticità, promuovendo la produzione di neurotrasmettitori coinvolti nella memoria, l'attenzione e il tono dell'umore. È uno strumento utile per prevenire il deterioramento cognitivo e i disturbi dell'umore legati all'età.

**Qualità del sonno e benessere psicologico:** chi si muove regolarmente tende a dormire meglio. L'esercizio fisico aiuta a regolare il ritmo sonno-veglia, riduce lo stress e stimola il rilascio di endorfine, gli "ormoni della felicità", che migliorano il tono dell'umore. La ginnastica dolce o una semplice passeggiata possono fare molto anche per combattere l'ansia e la depressione.

**Sistema immunitario e metabolismo:** l'attività fisica regolare sostiene il sistema immunitario, aiuta a mantenere sotto controllo il peso ed è particolarmente utile nella prevenzione di malattie croniche come il diabete, l'ipertensione e le malattie cardiovascolari.

### Quanto movimento è consigliato?

Le linee guida dell'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS) consigliano agli adulti di età superiore a 65 anni di effettuare almeno 150 minuti settimanali di attività fisica moderata, come una camminata a passo sostenuto, oppure 75 minuti di attività più intensa, ad esempio escursione o bicicletta su percorsi inclinati, distribuiti idealmente su almeno 5 giorni.

A ciò si dovrebbero aggiungere, 2 volte a settimana, esercizi mirati al rafforzamento muscolare, al miglioramento dell'equilibrio e della coordinazione.

In presenza di difficoltà motorie o malattie croniche, anche poco movimento ma eseguito ogni giorno è meglio di nulla. L'obiettivo è evitare la sedentarietà, anche semplicemente alternando le posizioni, alzandosi spesso dalla sedia, facendo pause attive, camminando in casa o all'aperto.

### Mai troppo tardi per cominciare

Un luogo comune piuttosto diffuso è che chi non ha mai praticato uno sport non possa iniziare a farlo in età avanzata. Al contrario, la letteratura scientifica dimostra che anche soggetti ultraottantenni possono ottenere miglioramenti significativi: è stato osservato che nella fascia di età tra 86-96 anni un programma di esercizio mirato può incrementare la forza muscolare fino al 170%.

### Anche 10 minuti al giorno, se eseguiti con regolarità, possono fare la differenza

Tra le attività consigliate: camminate quotidiane, ginnastica dolce o posturale, esercizi in acqua, ciclismo (anche su cyclette), danza, attività motorie di gruppo o semplici esercizi in casa con l'ausilio di una sedia o di una parete. È fondamentale scegliere attività piacevoli, sicure e compatibili con le proprie capacità.

Il movimento rappresenta uno strumento terapeutico semplice, economico e altamente efficace. A qualsiasi età l'attività fisica quotidiana contribuisce in maniera decisiva a mantenere la salute delle ossa e delle articolazioni, a proteggere il sistema cardiovascolare, a stimolare le funzioni cognitive e a preservare la qualità della vita.

### CONSIGLI PRATICI PER INIZIARE

Scegli un obiettivo: più mobilità, meno dolori, miglior sonno... avere una motivazione aiuta a iniziare

#### Inserisci il movimento nella quotidianità:

"Quando finisco di pranzare, poi vado a camminare".

Le "strategie quando-poi" creano nuove abitudini

#### Inizia gradualmente:

5-10 minuti al giorno sono un ottimo punto di partenza

#### Rendilo piacevole:

ascolta musica, cammina in compagnia, scegli luoghi piacevoli

#### Chiedi supporto:

soprattutto in presenza di patologie croniche o dolori persistenti, un fisioterapista o un istruttore qualificato può aiutarti a personalizzare gli esercizi



## “Riccio dove sei?”

**Continuerà fino alla primavera del 2026 la campagna di scienza partecipativa aperta a tutta la popolazione.**

*Redazione*

**D**iversi studi condotti a livello europeo mostrano un declino nelle popolazioni di riccio. Gli incontri con questo animale, un tempo molto frequenti, sono sempre più rari e le cause di questa sparizione non sono del tutto chiare. Per questo motivo Pro Natura Ticino e l'Associazione Amici del Riccio hanno lanciato nella primavera del 2024 una campagna di scienza partecipativa per raccogliere informazioni sulle popolazioni di riccio attualmente presenti nella Svizzera italiana. Questi dati permetteranno di completare le conoscenze attuali e saranno fondamentali per la pianificazione di progetti a favore di questa specie.

### Un animale protetto

Nel primo anno di campagna sono stati segnalati quasi 500 ricci e le osservazioni sono concentrate in particolare sui fondivalle, in prossimità di aree urbane e periurbane. Sul sito [www.progettoriccio.ch](http://www.progettoriccio.ch) è disponibile una cartina con tutte le osservazioni ricevute finora.

Il riccio è protetto secondo la Legge cantonale sulla protezione della natura. È considerato come potenzialmente minacciato secondo la Lista Rossa svizzera e la sua tutela in Ticino è ritenuta prioritaria secondo la Strategia cantonale per lo studio e la conservazione dei mammiferi.

Nel Canton Ticino mancano però informazioni

aggiornate sulla sua distribuzione. Vi è la volontà di promuovere delle misure concrete per favorire questa specie ma... per poterla proteggere, bisogna prima conoscerla!

### Zone ancora poco segnalate

L'obiettivo di questo secondo e ultimo anno di raccolta dati è quello di focalizzare la ricerca soprattutto nelle zone che presentano ambienti favorevoli al riccio ma dove sono state realizzate poche o nessuna segnalazione, in particolare in Riviera, in valle Leventina (fino a Faido), in Malcantone, in Valle di Muggio e in Valle Verzasca.

Da subito e fino alla primavera 2026 tutti possono segnalare con pochi clic le osservazioni di ricci al sud delle Alpi (Ticino e Grigioni italiano). Si tratta di informazioni preziose ed è un importante contributo per tutelare questa specie protetta.

### Lo sapevi che...?

I ricci percorrono ogni notte diversi chilometri tra parchi e giardini per cercare cibo o un partner con cui accoppiarsi. Golosi di afidi, larve, scarafaggi, lombrichi e lumache, sono proprio per questo motivo dei preziosi alleati da avere tra le aiuole di casa.

Per fare in modo che scelgano di entrare nel nostro giardino occorre però creare le condizioni ideali. Una catasta di legna o un mucchio di foglie costituiscono per esempio degli ottimi rifugi dove l'animale può schiacciare un pisolino durante le giornate estive o trascorrervi il letargo quando arriva l'inverno. Le aiuole di fiori indigeni e l'erba alta, favorendo la presenza di insetti, sono invece il luogo perfetto per loro dove cercare, e trovare, del cibo. Altri preziosi consigli su come proteggerli e favorirli si trovano sul sito: [www.progettoriccio.ch](http://www.progettoriccio.ch).

**Hai visto un riccio?**  
Grazie per segnalarlo su [www.progettoriccio.ch](http://www.progettoriccio.ch)!



© Nicole Santi

### CURIOSANDO TRA GLI ACULEI

Il riccio è un mammifero di piccole dimensioni non supera i 30 centimetri di lunghezza e il suo peso è di circa 1.5-2 chili. Come tutti gli insettivori presenta un muso appuntito, la sua vista è scarsa e il suo fabbisogno energetico è elevato. La sua aspettativa di vita è attorno ai 5 anni.

La sua corazza, composta da migliaia di aculei, gli permette di difendersi molto bene, tanto che gli unici predatori naturali dei ricci adulti sono il gufo reale e il tasso, i cui lunghi artigli riescono a oltrepassare la loro barriera di aculei. Ha però molti "nemici antropici" ovvero trappole potenzialmente fatali costruite dall'uomo: strade e automobili, tosaerba, recinzioni, piscine...

Nonostante questo, è una specie che si adatta bene anche al contesto urbano dove può raggiungere densità di popolazioni addirittura 2 o 3 volte più elevate che in campagna, naturalmente a condizione che vi sia una buona disponibilità di prede, di rifugi e soprattutto una buona interconnessione tra i vari ambienti e senza troppo traffico.



## Il Rondone comune

di Roberto Lardelli

Comune, si fa per dire; comune questo Rondone lo era ancora nei decenni passati quando attorno ad ogni campanile si potevano osservare rumorosi caroselli di squadriglie di individui di questa specie fra aprile e fine giugno. Ora, a causa di pur legittimi lavori di restauro campanili edifici religiosi o dei monumenti sono venute a mancare le buche puntaie e le nicchie dentro alle quali erano costruiti i nidi. Anche le case con i tetti in piodo o coppi erano ideali rifugi per i nidi e molto ambite.

Come distinguerlo da Rondine e Balestruccio, specie che costruiscono il loro nidi con fango in punti ben visibili? Il Rondone è interamente nero ad eccezione di una piccola macchia bianca sulla gola, impercettibile in volo. Le ali sono lunghe e a forma di falce. La coda è corta e incavata.

Il rondone comune non sporca, come fanno altre specie di uccelli, come i piccioni, ma paga spesso un caro prezzo per la presenza di questi ultimi. Ficedula sta realizzando un inventario dei siti di riproduzione del Rondone comune per poterne, quando possibile, garantirne la sopravvivenza.

Garriti striduli e penetranti, questo è il nome dei suoni che emettono, che sono il simbolo del paesaggio sonoro estivo del canton Ticino. Il periodo migliore per verificare se nella località nella quale si abita ci sono ancora Rondoni sono i primi 15 giorni di giugno quando ai nidificanti si aggiungono gli individui nati l'anno precedente che cercano cavità idonee per la cova il prossimo anno. Questi individui chiamati "esploratori o sfioratori" cercano di infilarsi anche in cavità già occupate stimolando la reazione degli attuali occupanti.

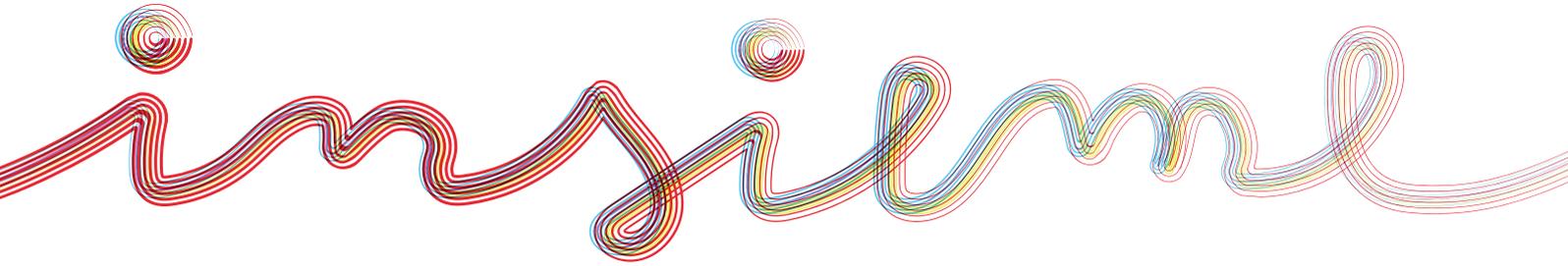
**Aiutaci** - A Ficedula piacerebbe coinvolgere i lettori di *terzaetà*. Basta poco: un piccolo video realizzato con un telefonino e inviato mediante l'app Guarda-TI, whatsapp 079 207 14 07 o attraverso gli altri canali di Ficedula [www.ficedula.ch/rondoni](http://www.ficedula.ch/rondoni). Sul sito si possono ascoltare i garriti e trovare molte altre informazioni su come procedere per segnalarne la presenza.

## Chi eredita il secondo pilastro?

di Emanuela Epiney Colombo

A è deceduto all'età di 42 anni. Non aveva figli né coniuge e nel suo testamento olografo aveva designato come unica erede la madre Y. L'istituto di previdenza presso il quale A era assicurato ha accertato un capitale di decesso (prestazione sovraobbligatoria) di fr. 26'215.50 e ha individuato i beneficiari nei genitori del defunto, Y e W. L'istituto di previdenza ha versato a Y la metà dell'importo, trattenendo l'altra metà per W, di cui non conosceva l'indirizzo. Y ha chiesto di versarle la totalità del capitale, poiché era l'unica erede di A, come attestato dal certificato ereditario. Ella ha indicato che W non si era mai occupato in alcun modo del figlio e non era stato un padre. Le argomentazioni non hanno avuto successo davanti al Tribunale cantonale delle assicurazioni (sentenza n. 34.2024.8 del 10 giugno 2024). A non aveva dato istruzioni all'istituto di previdenza sui beneficiari, come avrebbe potuto a norma del regolamento. W era padre di A allo stato civile ed era ancora in vita al momento del decesso del figlio. Tanto bastava per il diritto alla metà del capitale di decesso in base alle disposizioni legali e al regolamento dell'istituto di previdenza. Il diritto a prestazioni previdenziali deriva solo dalle disposizioni sulle assicurazioni sociali. Le prestazioni previdenziali non rientrano nella massa successoria, non possono essere oggetto di un'azione in riduzione e sono dovute anche in caso di rinuncia alla successione. Il fatto che Y fosse l'unica erede non poteva pertanto darle diritto a tutto il capitale decesso del secondo pilastro. In conclusione, chi vuole pianificare la propria successione deve fare testamento e verificare il regolamento del proprio istituto di previdenza.





## Le storie che uniscono... gratis per te un mese di abbonamento a laRegione!

Invia il tagliando a:

**laRegione**

Servizio abbonamenti  
Casella postale 1590  
6501 Bellinzona

091 821 11 86  
abbonamenti@laregione.ch  
laregione.ch



**Premium** (cartaceo + ePaper + web)

**Preferisci la versione online?**

Registrati con il seguente QR code



Per favore compila tutti i campi

Nome  Cognome

Via e no.  NPA e località

Cellulare  E-mail

Data di nascita

### Offerta esclusiva riservata.

Questa promozione, accessibile solo da questa pagina, è dedicata ai nuovi clienti che non hanno attivato altre offerte nei 12 mesi precedenti. Si segnala che la promozione è cedibile a terzi.

Ho letto e accetto le condizioni generali ([www.laregione.ch/CG](http://www.laregione.ch/CG))

# ATiDU vi ascolta. Sempre

di Maria Grazia Buletti

**D**a oltre 30 anni ATiDU è un importante e solido ponte tra udenti e non udenti, costantemente "in ascolto" delle persone con difficoltà uditive. «Questo, grazie alle sensibilizzazioni in ogni ambito, ai tanti progetti, alle consulenze professionali e alle variegate attività proposte e svolte coi soci e i gruppi d'incontro, come pure alla pubblicazione di informazioni in questo ambito». Sono le parole del presidente Gianni Moresi che quest'anno, dopo un onorato decennio di attività alla testa dell'associazione in continua evoluzione, ha lasciato il testimone al Segretario generale dell'ATTE Gianluca Casella.

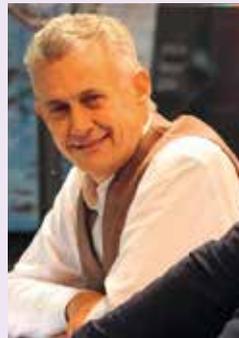
Dalla sua fondazione, ATiDU continua ad operare verso un vero cambiamento di paradigma che mira a realizzare il principio secondo cui bisogna infrangere su più fronti il tabù che permea le problematiche legate all'udito: ricordando che il tema della difficoltà uditiva concerne tutta la società (le persone direttamente coinvolte variano da circa il 10% per quanto attiene a quelle sotto i 64 anni, fino al 35% di chi ha 75 anni e più); considerando che la difficoltà uditiva è in aumento sia per il normale invecchiamento della popolazione, sia a causa dei forti rumori a cui già da giovani siamo spesso esposti. «ATiDU si è sempre mossa al passo con i tempi svolgendo un lavoro incredibile: prendendosi cura delle persone affette da deficit uditivo e aiutandole a superare le loro grandi e piccole sfide», sono le parole di Georg Simmen, presidente Pro Auditio Schweiz. A suffragio egli cita l'evoluzione degli apparecchi acustici, l'apprendimento della lettura labiale (permette di accrescere l'inclusione sociale attraverso una migliore comprensione dell'altro), oltre ad ammirare l'impegno profuso da ATiDU nel tentativo di abbattere le barriere verso queste problematiche con la sensibilizzazione di tutta la popolazione (anche degli udenti), le attività di analisi, formazione, sostegno e consulenza promosse, così come le collaborazioni con i numerosi enti pubblici e privati attivi in questo ambito. Tutto ciò ha permesso di rafforzare i diritti delle persone deboli d'udito. «Il riconoscimento e il sostegno finanziario da parte dell'UFAS e di quello cantonale, le donazioni private e il reclutamento di nuovi soci ci permettono di dare continuità alle nostre ricche e proficue attività e ai nostri progetti», conclude Cinzia Santo invitando anche le persone non toccate dal problema ad associarsi: «Tutti insieme decretano la forza di cui abbiamo bisogno».

Contatti & Info: [info@atidu.ch](mailto:info@atidu.ch)

## Continuiamo a difendere i diritti dei deboli d'udito

di Gian Luca Casella

Sostituire una figura stimata come quella di Gianni Moresi, che ringrazio per il lavoro svolto egregiamente fino ad oggi, nel ruolo di presidente di ATiDU, e vivendo io stesso la problematica uditiva, è qualcosa di cui mi assumo la responsabilità con entusiasmo e la



promessa di proseguire nel solco da lui tracciato. In questo nuovo corso, tuttavia, non possiamo prescindere da quella che è la nostra missione: difendere i diritti dei deboli d'udito assicurando la loro inclusione in ogni ambito della società.

Nel prossimo futuro ci proponiamo di confermarci nei nostri punti di forza: dall'approccio individuale della consulenza fino alle attività di gruppo, sia ricreative che informative, di sostegno, condivisione e altro ancora.

Allo stesso tempo desideriamo offrire un servizio sempre migliore, e crediamo che una maggiore presenza sul territorio sia la chiave per riuscirci.

Coinvolgere le Autorità competenti e gli Enti preposti, potenziare la comunicazione, incrementare le campagne di sensibilizzazione e prevenzione in ambiti scolastici, aziendali e così via cercando di raggiungere la popolazione tutta, mantenendo un occhio di riguardo per i giovani, presente e futuro di questo paese.

infoatidu

**Associazione  
per persone  
con problemi d'udito**

**ATiDU  
Ticino e Moesano  
Salita Mariotti 2  
6500 Bellinzona  
Tel: 091 857 15 32  
[info@atidu.ch](mailto:info@atidu.ch)  
[www.atidu.ch](http://www.atidu.ch)  
CCP 69-2488-3**

**ATiDU  
vi  
ascolta  
tutti!**





## Non vedi via d'uscita? Chiama!

A 15 anni come a 70, può capitare di sentirsi intrappolati in situazioni che sembrano senza via d'uscita. Sono circostanze emotivamente impegnative la cui difficile gestione può gettare nello sconforto, portare alla depressione e, a volte, anche a gesti estremi. Spesso si è portati a pensare che quanto ci succede non può essere raccontato a nessuno, eppure non è così. Nel più perfetto anonimato da quasi settant'anni il Telefono amico aiuta le persone nel momento del bisogno. All'affermazione "Non posso raccontarlo a nessuno" questa associazione risponde infatti "A noi sì. Che si tratti di preoccupazioni quotidiane, solitudine, dolore, paure, crisi o altre preoccupazioni".

La sua nascita risale al 1950 da un'idea di Padre Chad Varah, il quale fondò la prima linea telefonica di consulenza a Londra in risposta all'aumento del numero di suicidi nel mondo dopo la Seconda Guerra Mondiale. Il suo annuncio sui giornali, che chiedeva «Prima di suicidarti, fai una telefonata», suscitò grande interesse e portò a molte chiamate.

Il primo servizio in Svizzera venne attivato nel 1956 a Zurigo, grazie al pastore Kurt Scheitlin, l'imprenditore Fred Pestalozzi e il fondatore della Migros, Gottlieb Duttweiler, i quali fornirono il capitale iniziale, i locali e il personale per avviare la linea di consulenza telefonica. Nella sua prima notte, il servizio ricevette 37 chiamate da persone in cerca di aiuto. Alla fine del 1958 i contatti erano passati a 3'627.

Oggi l'associazione può contare sulla collaborazione di oltre 700 volontari che l'anno scorso hanno gestito circa 200mila colloqui. La tematica della salute mentale è stata affrontata in circa un colloquio su tre. Altre tematiche comuni (in ordine decrescente di frequenza) sono state la gestione della vita quotidiana, la solitudine, le relazioni, la salute fisica, la famiglia, i pensieri suicidali, il lavoro e la formazione, le dipendenze, i problemi esistenziali, la violenza, la spiritualità, la sessualità, la perdita e il lutto. La prevenzione del suicidio rimane un'area importante dell'attività di Telefono Amico. Maggiori informazioni su: [143.ch/it](http://143.ch/it), se la pagina principale del sito dovesse aprirsi in lingua tedesca, in alto a destra vi è la possibilità di passare alla versione italiana.

# fra le pagine



a cura di  
Elena Cereghetti

## PARLIAMO DI...

**scrittura affidata all'intelligenza artificiale (IA)**, come ChatGPT, oggi al centro di accesi dibattiti. Secondo il fisico teorico R. Gallotti, "sempre più utilizzeremo strumenti come ChatGPT per scrivere testi. In questo modo la lingua usata dall'IA diventerà prescrittiva, e a poco a poco il nostro modo di scrivere si conformerà a quello che è considerato 'giusto' dai suoi modelli linguistici". Non sorprende quindi che, accanto all'entusiasmo per le sue potenzialità, affiorino anche timori e riserve di varia natura. Ci si può chiedere, tra l'altro, quali ripercussioni avrà in campo letterario e se potrà scardinare la centralità dell'artista nell'atto creativo, riproponendo così l'eterna sfida tra uomo e macchina. Non mancano, tuttavia, esperimenti intriganti: in alcuni concorsi letterari, poesie scritte dall'IA e da scrittori hanno messo in difficoltà i giudici, incapaci di distinguere la mano umana da quella artificiale. Tutto ciò alimenta le riflessioni sulla creatività e sul nuovo processo di scrittura, che potrebbe trasformare radicalmente l'immagine dello scrittore come l'abbiamo conosciuta finora. Sarà possibile, in futuro, creare canzoni come quelle dei Beatles o poemi come quelli di Dante? A rassicurare ci pensa la filosofa M. Taddeo, esperta di etica del digitale: "Molti hanno ipotizzato che fosse finito il lavoro del creativo, degli esperti di comunicazione, degli artisti. Sono bastati pochi mesi per capire che i 'large language models' (la famiglia di IA cui appartiene ChatGPT) fanno errori, producono testi ordinari, e per compiti complessi la qualità dei testi artificiali non basta, manca spesso il senso critico, l'eleganza, a volte il senso" (intervista del febbraio 2025).



**Nadia Terranova**  
*Quello che so di te*  
Guanda, Milano, 2025



**Alessandra Selmi**  
*La prima regina*  
Nord, Milano, 2025



**Erica Cassano**  
*La grande sete*,  
Garzanti, Milano, 2025

Con il romanzo **Quello che so di te**, Nadia Terranova esprime un'urgenza avvertita dopo il parto: *"In quel momento, dentro quel preciso nulla, nell'isolamento dell'ospedale [...], capisco cosa non potrò mai più permettermi di fare. Impazzire"*. Un pensiero che può sembrare bizzarro, ma che si chiarisce fin dall'incipit: *"Poco meno di cent'anni fa, è stata internata"*. L'autrice (e io narrante) allude alla bisnonna Venera, sulla quale *"aveva carpito racconti smozzicati"*. Come colmare i vuoti, definire i contorni della sua malattia, interrompere l'eredità di Venera, tagliando via *"la pazzia del nostro sangue"*? Quell'antenata le appare con insistenza in sogno, sulla soglia della Villa della Salute (il manicomio fondato dal dottor L. Mandalari a Messina verso la fine dell'Ottocento), dove fu ricoverata forse nel 1929. Così almeno narra la Mitologia Familiare: un intreccio di ricordi, fatti ed episodi tramandati di madre in figlia. Ma la memoria, si sa, altera e trasforma i dati, aggiunge e cancella dettagli, fino a consegnarci una versione trasfigurata. Resta allora solo la via dell'indagine, per raccogliere elementi concreti, tasselli utili a ricomporre il puzzle della sua vita. Il racconto segue questo percorso di ricostruzione e *"ci interroga sul potere della memoria, individuale e collettiva, e sulla nostra capacità di attraversarla per immaginare chi siamo"*.

In **La prima regina**, titolo esplicito scelto da **Alessandra Selmi** (già nota per *Al di qua del fiume*, dedicato alla storia del villaggio operaio di Crespi d'Adda), viene presentata in forma romanzata la vita di Margherita di Savoia (1851-1926), sposa a soli 17 anni dell'erede al trono d'Italia Umberto. Tuttavia la prima a comparire sulla scena è la popolana Nina, entrata a servizio nella Villa Reale di Monza. La sua vita incrocia quella della futura regina consorte, ma in realtà le due biografie corrono su binari paralleli: da squattera, Nina diventerà cameriera personale, una figura vicina ma mai intima, perché la distanza sociale resta incolumabile. Eppure fra le due donne si possono cogliere alcune affinità: entrambe vogliono affermare la propria dignità al di fuori dei ruoli imposti da una società che pretende donne subalterne, remissive e ubbidienti; entrambe dimostrano determinazione, coerenza e un'etica che suscita rispetto. È così che la giovane aristocratica conquista il popolo, mentre Nina guadagna la stima del vecchio maggiordomo Nestore, che le insegna a leggere e scrivere, fornendole la chiave per dare un nuovo corso al suo destino. Non sarà più l'ultima delle serve né succube di nessuno: alla regina che la vuole di nuovo al suo fianco, può finalmente rispondere con fermezza: *"Non posso tornare a servizio [...]. La mia vita è altrove, adesso"*.

*"Erano le settimane della Grande Sete"*. Così, senza preamboli, **Erica Cassano** apre il suo romanzo d'esordio **La grande sete**, catapultando il lettore nella realtà delle "Quattro Giornate" di Napoli (27-30 settembre 1943), quando l'insurrezione popolare contribuì a liberare la città dai nazisti e aprì la strada agli Alleati. Realtà e fantasia si fondono in una storia che – dice l'autrice – *"avevo in casa, perché mia nonna Anna"* (nome scelto per la protagonista adolescente e voce narrante) *"ha lasciato una specie di diario. Un insieme di scritti sulla sua esperienza di lavoro alla base americana di Bagnoli"*. Da questo materiale concreto nasce una narrazione in cui la casa di Anna, dove l'acqua arriva sempre, diventa una sorta di miracolo in una città a secco, devastata dai bombardamenti. La Grande Sete, gli Assetati, la Casa dell'Acqua o del Miracolo sono veri protagonisti accanto ad Anna, che sceglie di ribellarsi alla violenza in un modo tutto suo: *"dare l'acqua alla città che i nazisti vogliono far morire di sete"*. Nel romanzo si trovano *"la complessità della guerra e di Napoli, un primo amore, una scelta da compiere. Una ragazza che doveva diventare donna in un momento storico in cui crescere sembrava insieme impossibile e inevitabile. C'era poi, per me, un passato in cui poter riconoscere il mio futuro"*.

# viaggie proposte brevi



## Proposte brevi

### **Bobbio - visita al Monastero**

#### **Le ore del Monaco**

4 giugno 2025 - (iscrizioni solo in lista d'attesa)

Soci ATTE CHF 140.00

Non soci CHF 160.00

Con la prof.ssa Roberta Lenzi

### **Milano Palazzo Reale**

#### **Mostra - Casorati**

11 giugno 2025

Soci ATTE CHF 100.00

Non soci CHF 120.00

Con la prof.ssa Susanna Gualazzini

### **Escursione in Val Onsernone**

#### **Flumen Acquae Calidae: il rio delle acque calde.**

14 giugno 2025

Soci ATTE CHF 30.00

Non soci CHF 40.00

Con Roger Welti

### **Santa Maria Maggiore in collaborazione con FART**

#### **Viaggio su treno panoramico (Locarno-Santa Maria Maggiore) con visita guidata del borgo, entrata al Museo dello Spazzacamino e alla Casa del Profumo e pranzo incluso!**

17 giugno 2025

Soci ATTE CHF 90.00

Non soci CHF 110.00

### **Lago di Iseo**

#### **Treno dei sapori - Itinerario "Lago Leggendario"**

1° luglio 2025

Soci ATTE CHF 175.00

Non soci CHF 195.00

### **Lago dei 4 Cantoni con pranzo incluso**

4 luglio 2025

In preparazione

### **Escursione in Val Piora**

#### **I due laghi Cadagno in Val Piora**

9 luglio 2025

Soci ATTE CHF 30.00

Non soci CHF 40.00

Con Roger Welti

### **Orta San Giulio: tour del Lago d'Orta - con visita al Sacro Monte e all'Isola San Giulio**

28 agosto 2025

Soci ATTE CHF 100.00

Non soci CHF 120.00

### **Gita a Santa Maria Maggiore per il raduno internazionale dello spazzacamino. Con pranzo incluso**

In collaborazione con FART

7 settembre 2025

Soci ATTE CHF 90.00

Non soci CHF 110.00

### **Labirinto della Masone e Rocca Sanvitale**

13 settembre 2025

Soci ATTE CHF 115.00

Non soci CHF 135.00

Con la prof.ssa Roberta Lenzi

### **Milano: Duomo - Visita al Duomo di Milano e alle sue terrazze**

18 settembre 2025

Soci ATTE CHF 100.00

Non soci CHF 120.00

### **Abbiategrasso e Abbazia di Morimondo**

27 settembre 2025

In preparazione



Città del Capo, capitale del Sudafrica

### **Milano: Cimitero Monumentale - Con piazza Gae Aulenti e City Life**

2 ottobre 2025

Soci ATTE CHF 75.00

Non soci CHF 90.00

Con la prof.ssa Roberta Lenzi

### **Milano: Teatro Nazionale - Musical "Flashdance"**

18 ottobre 2025

Soci ATTE CHF 100.00

Non soci CHF 120.00

### **Pavia**

20 ottobre 2025

In preparazione

Con la prof.ssa R. Lenzi

### **Milano: La Milano Misteriosa**

Un itinerario alla scoperta di alcuni dei luoghi più importanti e misteriosi del capoluogo lombardo

29 ottobre 2025

Soci ATTE CHF 75.00

Non soci CHF 95.00

### **Kilchberg: Lindt fabbrica del cioccolato**

**Visita alla fabbrica del cioccolato! con pranzo incluso!**

27 novembre 2025

Soci ATTE CHF 115.00

Non soci CHF 135.00

### **Gita a Hergiswil - La fabbrica del vetro artigianale**

4 dicembre 2025

Soci ATTE CHF 68.00

Non soci CHF 88.00

### **Mercatino di Natale a Santa Maria Maggiore con pranzo incluso!**

6 dicembre 2025

Soci ATTE CHF 78.00

Non soci CHF 98.00

## **Viaggi e Soggiorni**

### **Tour 2025**

#### **Tour della Scozia con le isole Ebridi e Orcadi**

14 - 24 giugno 2025 - (iscrizioni solo in lista d'attesa)

Con Mirto Genini

#### **Umbria: con lo spettacolo della fioritura del Castelluccio di Norcia**

15-18 giugno 2025 - (iscrizioni solo in lista d'attesa)

#### **Crociera fluviale sulla Senna: Parigi - Normandia**

21 - 28 agosto 2025 - (iscrizioni solo in lista d'attesa)

#### **Praga**

22 - 24 agosto 2025 - (iscrizioni solo in lista d'attesa)

#### **Tour della Grecia**

12 - 21 settembre 2025

Con Mirto Genini

#### **Istanbul**

14 - 18 ottobre 2025 (iscrizioni solo in lista d'attesa)

#### **Napoli**

19 - 22 ottobre 2025 (in preparazione)

#### **Istanbul - seconda data**

21 - 25 ottobre 2025 - (iscrizioni solo in lista d'attesa)

#### **Lisbona e Isole Azzorre**

23 - 29 ottobre 2025

#### **Franciacorta - lago di Iseo: Franciacorta, Bergamo e Brescia**

26 - 28 ottobre 2025

#### **Istanbul - terza data**

04 - 08 novembre 2025 -



### **Veneto: Padova - Vicenza: Giotto, Petrarca e Palladio**

5 - 7 novembre 2025

### **Marocco**

Metà novembre - in preparazione

### **New York**

29 novembre - 4 dicembre 2025

### **Toscana Natalizia**

1 - 5 dicembre 2025

### **Mercatini di Natale in Trentino**

**Visita ai mercatini di Natale a Trento, Riva del Garda, Canale di Tenno e Rango**

11 - 13 dicembre 2025 (in preparazione)

### **Capodanno in Riviera dei Fiori - Riviera dei Fiori e Costa Azzurra**

29 dicembre 2025 - 2 gennaio 2026

### **Capodanno ad Abano Terme**

26 dicembre 2025 - 6 gennaio 2026 (in preparazione)

---

## **Viaggi musicali**

### **Arena di Verona con opera "Nabucco" di G. Verdi**

24 - 25 luglio 2025

### **Macerata: Opera Festival Sferisterio con opera "Rigoletto" di G. Puccini**

7 - 9 agosto 2025

---

## **Trekking, mare e montagna**

### **Madonna di Campiglio - Hotel Ideal\*\*\*\***

12.07 - 19.07.2025

### **Isole Egadi**

18 - 27 settembre 2025

---

## **Mare**

### **Senigallia - Hotel Riviera\*\*\*\***

08.06 - 15.06.2025

### **Milano Marittima - Hotel Luxor\*\*\*\***

03.06 - 13.6.2025 - (iscrizioni solo in lista d'attesa)

### **Senigallia - Hotel Riviera\*\*\*\***

07.09 - 14.09.2025

### **Diano Marina - Hotel Bellevue Et Méditerranée\*\*\*\***

25.06 - 04.07.2025 (iscrizioni solo in lista d'attesa)

### **Milano Marittima - Hotel Luxor\*\*\*\***

07.09 - 14.9.2025

### **Puglia - Hotel I Melograni\*\*\*\***

07.09 - 17.9.2025

---

## **Terme Autunno**

### **Abano Terme - Hotel Venezia Terme\*\*\*\***

25 settembre - 5 ottobre 2025

### **Montegrotto Terme - Hotel Continental\*\*\*\***

25 settembre - 5 ottobre 2025

### **Abano Terme - Hotel Venezia Terme\*\*\*\***

5 ottobre - 12 ottobre 2025

### **Montegrotto Terme - Hotel Continental\*\*\*\***

5 ottobre - 12 ottobre 2025

### **Abano Terme - Hotel Venezia Terme\*\*\*\***

12 ottobre - 19 ottobre 2025

### **Montegrotto Terme - Hotel Continental\*\*\*\***

12 ottobre - 19 ottobre 2025

---

## **Proposte brevi 2026**

### **Milano: Teatro degli Arcimboldi - Musical "Notre Dame de Paris"**

14 marzo 2026

Soci ATTE CHF 100.00

Non soci CHF 120.00

---

## **Viaggi 2026**

### **Sud Africa**

14 - 27 febbraio 2026 (in preparazione)

### **Moena - Val di Fassa**

21 - 28 febbraio 2026 (in preparazione)

Per informazioni, programmi dettagliati e iscrizioni:

**Segretariato ATTE, Servizio viaggi**

**CP 1041, Piazza Nosetto 4, 6501 Bellinzona**

**Tel. 091 850 05 51/59, [viaggi@atte.ch](mailto:viaggi@atte.ch)**

Consulta anche il nostro sito: [www.atte.ch](http://www.atte.ch)



**COME  
SIFA?**

Rubrica didattica per rispondere alle domande più comuni sull'utilizzo dei dispositivi digitali.

## Riconoscimento facciale



Face ID Android

Scopri tutto quello che c'è da sapere sul funzionamento del **riconoscimento facciale**.

Inquadra i codici QR: potrai approfondire ogni aspetto in modo semplice e veloce.



Face ID iPhone

## Codici QR - come si leggono?



Per leggere i codici QR, è sufficiente aprire l'app Fotocamera del tuo smartphone e inquadrare il riquadro con il codice QR.

Non appena il telefono riconosce il codice, riceverai una notifica con un link. Tocca la notifica per aprire la pagina e accedere alle risorse.

## Hai ancora dubbi?

Non preoccuparti! Rivolgiti allo **Sportello digitale**, uno spazio di incontro gratuito e personalizzato organizzato da ATTE. Potrai ricevere assistenza, chiedere informazioni e ottenere supporto per utilizzare al meglio il tuo smartphone o tablet.

Informazioni su [www.atte.ch/sportello-digitale](http://www.atte.ch/sportello-digitale)



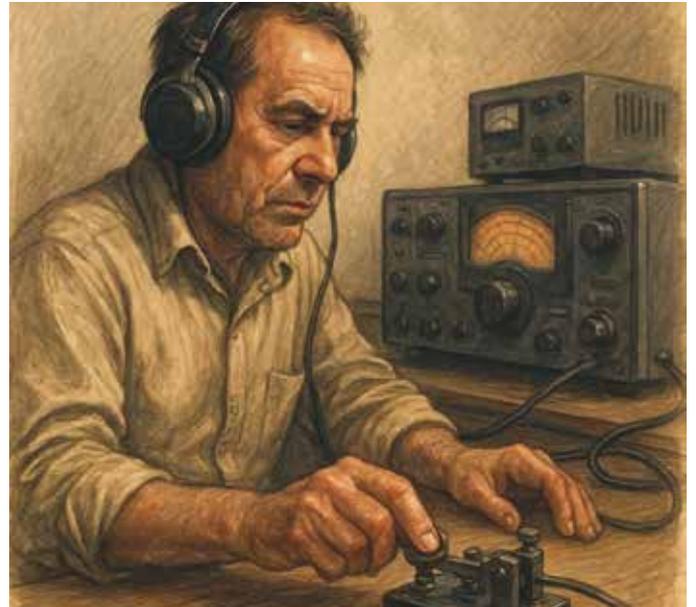
## I Radioamatori, questi sconosciuti...

Chi sono i Radioamatori, cosa fanno e perché sono utili? Ce lo spiega il nostro socio Franco Citriniti che si è avvicinato al mondo della radio all'età di 25 anni come CB (Citizen Band), attratto dalla possibilità di comunicare a distanza con persone diverse. Radioamatore dal 2006, Franco ha ottenuto la sua licenza e il nominativo HB9EDG seguendo i corsi specifici stabiliti dall'Ufficio federale delle comunicazioni svizzero.

Radioamatori, spesso poco conosciuti e confusi con i CB (quelli dei baracchini che parlano con i camionisti, per intenderci), rappresentano una forza silenziosa e indispensabile nei momenti di crisi. Affettuosamente chiamati OM (Old Man), questi appassionati di onde radio svolgono il ruolo di messaggeri universali, collegando persone e diffondendo conoscenze attraverso distanze che sembrerebbero insormontabili. Tuttavia, ciò che li rende davvero speciali è il loro intervento durante le emergenze, come, per esempio, nel caso dello tsunami. In scenari di devastazione con comunicazioni interrotte e caos dilagante, i Radioamatori emergono come veri protagonisti. Spinti da un profondo senso di comunità e dalla passione per la tecnologia, si mobilitano quando il mondo ha bisogno della loro presenza. Forniscono un mezzo di comunicazione vitale quando tutti gli altri sistemi falliscono. Diventano simboli di speranza, trasmettendo informazioni cruciali e mettendo in contatto chi ha bisogno di aiuto con chi può offrirlo. La loro dedizione al servizio è encomiabile: nonostante il pericolo e l'incertezza, mantengono serenità e concentrazione, usando le loro competenze per fare la differenza. Sono eroi discreti del soccorso durante le calamità, le loro voci giungono attraverso le onde radio, portando ordine nel caos e speranza dove regna la disperazione. Vivendo nell'era della miniaturizzazione tecnologica, siamo circondati da strumenti avanzati come gli smartphone che, pur essendo così piccoli, offrono funzionalità fino a qualche decennio fa impensabili. Anche il mondo dei Radioamatori ha abbracciato questa evoluzione. Oggi le loro apparecchiature possono essere incredibilmente compatte: radio portatili delle dimensioni di un libro sono capaci di inviare e ricevere segnali oltre i confini dei continenti.

### Il vantaggio di sfruttare le leggi della fisica

Alimentate a batteria, queste tecnologie sono ideali per operare in luoghi dove l'energia è scarsa. Robuste e resistenti alle condizioni più ostili, dalla pioggia torrenziale alle tempeste di polvere, il loro punto di forza risiede nella semplicità. La radio amatoriale non dipende da torri cellulari o cavi internet ma sfrutta le leggi fondamentali della fisica, utilizzando le onde invisibili che ci circondano. Questo la rende straordinariamente affidabile anche quando altri sistemi di comunicazione collassano. Pensate all'influenza che Guglielmo Marconi, pioniere italiano delle comunicazioni radio, continua ad avere su questa tecnologia. I Radioamatori non aspettano che accada un disastro; si



*Immagine creata da Franco con l'intelligenza artificiale*

preparano costantemente. Partecipano a esercitazioni simulate di emergenza, affinano protocolli di comunicazione e investono tempo prezioso per migliorare le proprie competenze tecniche. Creano comunità coese in cui scambio di informazioni e mutuo supporto sono alla base di tutto. La loro organizzazione prevede anche una conoscenza approfondita del territorio e dei potenziali rischi locali. Spesso collaborano con autorità e enti di soccorso come la Protezione Civile, integrando le loro abilità in piani operativi predefiniti. L'impatto dei Radioamatori non è teorico: è comprovato dalla storia. Durante lo tsunami nell'Oceano Indiano del 2004, con infrastrutture di comunicazione distrutte, hanno trasmesso informazioni essenziali su sopravvissuti, vittime e risorse disponibili. Nel terremoto dell'Irpinia in Italia o nello tsunami di Tohoku in Giappone del 2011, hanno svolto un ruolo vitale nel coordinare gli aiuti, aggiornando in tempo reale su percorsi di evacuazione, condizioni delle strade e fornitura di beni primari. Questi interventi sono solo esempi di un impegno che ha toccato migliaia di vite. Le loro storie sono testimonianza della forza della connessione umana, dell'ingegno tecnologico e dello spirito incrollabile che li guida. I Radioamatori ci ricordano che anche negli scenari più oscuri è possibile trovare speranza, una speranza che risuona attraverso le onde radio grazie alle voci di persone comuni capaci di compiere gesti straordinari, proprio come accade con altre organizzazioni durante le emergenze.

Quindi, non temete i Radioamatori e le loro antenne, che non hanno niente a che vedere con le antenne dei telefonini. In caso di emergenze come blackout comunicativi o calamità naturali, possono essere preziosi alleati. Come detto, grazie alle loro capacità, possono garantire comunicazioni cruciali quando le normali reti cadono. Accogliamoli come risorse vitali per la sicurezza e la resilienza della nostra comunità.



## BIASCA E VALLI

### Assemblea annuale

Si è svolta mercoledì 3 aprile l'assemblea generale ordinaria della Sezione ATTE Biasca e Valli. Era presente un'ottantina di soci che hanno seguito con interesse i lavori.

Nella relazione presidenziale sono stati focalizzati gli obiettivi dell'ATTE a livello regionale che si realizzano in un territorio vasto e variegato.

Fine ultimo è quello di rispondere meglio ai bisogni che emergono nel territorio e di coinvolgere sempre più l'anziano in un ruolo propositivo e attivo. Questi principi sono stati ribaditi dal presidente sezionale Eros de Boni che ha aperto i lavori. De Boni ha pure richiamato la collaborazione con altre associazioni presenti sul territorio, con le altre sezioni dell'ATTE nel territorio can-

tonale, e tra i gruppi e i centri presenti nelle Tre Valli. Proprio per questo i soci hanno eletto come presidente del giorno Giorgio Comi, presidente sezionale del Mendrisiotto.

In apertura sono stati letti gli interventi del presidente cantonale Giampaolo Cereghetti che non ha potuto presenziare per ragioni di salute e del Consigliere di Stato Raffaele de Rosa. Il consigliere di stato ha posto l'accento sull'importanza di un'azione proattiva a favore dell'anziano volta a mantenerlo attivo secondo le sue proprie possibilità e competenze. Le relazioni sociali sono conseguentemente le premesse per mantenere uno stato di salute migliore.

Il rendiconto finanziario è stato approvato all'unanimità. Il conto economico 2024 ha chiuso con un saldo attivo di 13'325.20 CHF.

I soci presenti hanno poi seguito con vivo interesse una conferenza di Paolo Attivissimo sull'uso e sui limiti dell'intelligenza artificiale anche in relazione agli inganni che si possono creare con l'uso della stessa.

Una copiosa merenda organizzata dal Centro



diurno di Ambrì è stata molto apprezzata dai soci che hanno lasciato l'aula magna della scuola media di Biasca nel tardo pomeriggio.

## BELLINZONESE

### Assemblea annuale

Il 26 marzo scorso presso il Centro Diurno di Bellinzona si è tenuta la 42a Assemblea della Sezione ATTE del Bellinzone, un importante momento di bilanci e di prospettive.

La seduta è stata presieduta dal Segretario cantonale Gian Luca Casella. Il presidente cantonale Giampaolo Cereghetti, nel suo intervento, ha espresso gratitudine per l'impegno e la dedizione dei numerosi volontari, il cui prezioso lavoro collettivo contribuisce a creare una rete di relazioni e opportunità che può fare la differenza nella vita di molte persone. Ha inoltre sottolineato che quest'anno segna il 45° anniversario della fondazione dell'ATTE, un'associazione che, nel corso degli anni, ha dimostrato una notevole capacità di evolversi e adattarsi ai cambiamenti.

Di fronte all'attuale difficile situazione finanziaria, che potrebbe comportare una riduzione del sostegno cantonale, ha fatto presente che il Consiglio direttivo dell'ATTE resta fermamente impegnato nella difesa del valore sociale delle sue attività e del suo ruolo.

Nelle relazioni di Rita Del Don, responsabile del Centro Diurno, e dei presidenti dei gruppi locali – Giorgio Albertella per Sementina, Aldo Jorio per Arbedo-Castione e Fabiana Rigamonti per Visagno-Claro (la cui relazione, causa assenza, è stata inviata per scritto) – si è appreso di una ricca gamma di attività e momenti di convivialità organizzati sia per gli anziani sia per l'intera comunità. Questi eventi, ricchi di significato, non sarebbero possibili senza la preziosa dedizione dei volontari, che generosamente offrono il loro tempo per rendere tutto questo possibile.

Il presidente sezionale Pierre Spocci nella sua relazione annuale, dopo aver riferito delle attività svoltesi, ha sottolineato una tendenza emergente nella società, in cui l'anziano, considerato non più produttivo, viene percepito come

una minaccia agli equilibri finanziari del sistema sanitario e pensionistico. Ha quindi ribadito l'importanza del ruolo dell'ATTE nel monitorare attentamente questa evoluzione, ricordando che nessuna conquista sociale può essere data per scontata o considerata definitiva.

Dopo l'approvazione dei conti 2024, chiusi con un risultato soddisfacente, l'assemblea ha proceduto ad un rinnovo nel Comitato sezionale. Preso atto delle dimissioni di Aramis Andreazzi e Giorgio Soldini, è stato nominato Vito Lo Russo, municipale di Bellinzona, capo dicastero anziani e ambiente. La sua collaborazione rappresenterà una risorsa preziosa per le attività sezionali a favore degli anziani.

Ringraziando i partecipanti per la loro preziosa vicinanza, l'assemblea si è conclusa con un aperitivo conviviale.

## Torneo di scopa

### La coppa va nel Mendrisiotto

Si è tenuto lo scorso 10 aprile al Centro diurno Monte Pettine di Ambrì il Torneo cantonale ATTE di scopa. Dopo il saluto ufficiale del presidente della Sezione Biasca e Valli Eros De Boni, che ha sottolineato l'importanza di eventi aggregativi come questo, la sfida ha preso il via in un rigoroso silenzio. Due in più le coppie in gara rispetto all'anno scorso per un totale di quattordici: 5 provenienti da Biasca e Valli, 3 dal Bellinzone, 4 dal Mendrisiotto e 2 dal Luganese (Centro diurno di Caslano). Dopo un'intensa giornata di gioco, interrotta solo da un gustoso pranzo, a spuntarla su tutti è stata la coppia composta da Gianfranco Fabbri e Claudio Mapelli della Sezione Mendrisiotto e Basso Ceresio. Il secondo posto è andato invece a Giuseppe Del Don e Severino Pasotti della Sezione Bellinzone, mentre terze e quarte si sono piazzate le coppie composte da Luigi Moser e Sergio Forni e da Ortensio Pezzi e Claudio Magni, rispettivamente della Sezione Biasca e Valli e della Sezione Mendrisiotto e Basso Ceresio. A tutti i partecipanti, alle volontarie e ai volontari un caloroso grazie per l'organizzazione e la riuscita di questa bella giornata.

## LUGANESE

### Assemblea annuale

Venerdì 21 marzo si è tenuta presso il Bistrot Vecchio Torchio a Viganello, alla presenza di una cinquantina di soci, l'Assemblea Generale Ordinaria della Sezione ATTE Luganese. Presidente del giorno è stato proposto ed accettato all'unanimità Daniel Burckhardt.

La Sezione oggi conta ca. 4'000 soci con tendenza in crescita ed è composta da cinque gruppi (Alto Vedeggio, Breganzona, Capriasca-Valcolla, Collina d'Oro e Melide), tre centri diurni ed uno socio-assistenziale situato in Via Beltramina 20

a Lugano. Durante l'Assemblea sono stati approvati all'unanimità il rapporto presidenziale, i rapporti dei presidenti dei gruppi settoriali dislocati sul territorio, il responsabile del coro e la responsabile della compagnia dialettale.

Ogni rapporto dell'anno appena trascorso ha evidenziato che l'ATTE è un luogo d'incontro e socializzazione che contribuisce a contrastare il senso di isolamento e di solitudine dando la possibilità a ogni persona di partecipare ad attività di tipo ricreativo, sociale e preventivo.

Le attività proposte da ogni sezione si possono



Il nuovo comitato, da sinistra a destra: Aldo Albiseti, Susi Buser, Danila Fassora, Paolo Bertossa, Mara Larfranchi, Roberto Boldini, Manuela Molinari, Marilena Ranzi-Antognoli, Achille Ranzi, Marco Jermini, Sergio Garzoni, Egidio Beltrami. Assenti: Elio Fumasoli, Aurelio Gilardini

brevemente riassumere in eventi culturali (variegate conferenze a tema, corsi UNI3...), appuntamenti a carattere gastronomico (pranzi e/o grigliate in comune, feste...), attività sportive, creative e ricreative per tutte le età, incontri nel segno della prevenzione con conferenze su tematiche legate alla salute e corsi di ginnastica, gite, escursioni e viaggi con soggiorno.

Proseguendo si è passato alla presentazione da parte della responsabile delle finanze dei conti d'esercizio e il bilancio per l'anno 2024 e il rapporto dei revisori che sono stati approvati all'unanimità.

Per concludere le nomine statutarie prevedevano tre proposte, tutte approvate all'unanimità:

- rinnovo del comitato uscente ad eccezione di Giancarlo Papa che ha rassegnato le dimissioni
- ammissione di tre nuovi membri di comitato Egidio Beltrami, Paolo Bertossa e Marco Jermini
- nomina di Egidio Beltrami quale nuovo Presidente in sostituzione di Aldo Albisetti

Al termine dell'assemblea e prima di un ricco aperitivo offerto si è nuovamente ribadito il motto che non esiste un'età da "ATTE" ma chiunque è ben accetto a qualsiasi età. Con la tessera ATTE si apre un mondo di possibilità dove niente più è noia e solitudine! Una panoramica aggiornata degli appuntamenti in programma si può trovare su: [www.atte.ch/luganese](http://www.atte.ch/luganese).

### **Gioco d'azzardo e dipendenze**

L'11 aprile si è tenuta al CD di Lugano una conferenza di sensibilizzazione sul tema del gioco d'azzardo. L'evento, dal titolo "Dal Passatempo alla Dipendenza: Capire il Gioco in Denaro e le sue Sfumature nella Terza Età" è stato curato da Roberta Smaniotto, dell'Istituto di ricerca sul gioco d'azzardo, e Giovanna Bernaschina, responsabile della concezione sociale terrestre del Casinò di Lugano. L'incontro ha puntato i riflettori su un fenomeno che, spesso, viene sottovalutato. Il gioco in denaro, infatti, può iniziare come un'attività ricreativa, un modo per socializzare e mantenere viva la mente, ma può anche trasformarsi in una dipendenza subdola, con conseguenze serie sulla vita delle persone e di chi le circondano.

A quali spie occorre fare attenzione? Tra i più comuni campanelli d'allarme vi sono l'aumento della frequenza con cui si gioca, il progressivo incremento delle somme di denaro spese, l'isolamento sociale e i cambiamenti comportamentali spesso evidenti a familiari e amici. Questi segnali, se colti in tempo, possono fare la differenza. In caso contrario le ricadute possono essere molteplici: problemi economici, rottura dei legami familiari, solitudine, ansia, depressione e perfino un deterioramento della salute fisica.

Si tratta di una spirale pericolosa che spesso si consuma nel silenzio, protetta dalla vergogna o dalla difficoltà di chiedere aiuti.

La conferenza si è conclusa con un focus sulle strategie di prevenzione e supporto. Sono sempre più numerose le risorse a disposizione, dai programmi di sensibilizzazione ai gruppi di sostegno, fino agli interventi terapeutici pensati appositamente per gli anziani e i loro familiari. L'obiettivo? Fornire strumenti concreti, creare consapevolezza e, soprattutto, rompere il silenzio che troppo spesso avvolge queste situazioni.

### **Gruppo Capriasca**

#### **Sulla storica via del mercato**

Lo scorso 25 aprile una quarantina di soci del Gruppo Capriasca e Valcolla è andato alla scoperta della "Via del Mercato nelle Centovalli. Abbiamo percorso un sentiero storico impegnativo immersi nella natura attraversando paesaggi che

testimoniano tuttora la vita rurale e la religiosità di un tempo. Complimenti a tutti i partecipanti.

In passato le donne scendevano da Camedo (e dagli altri villaggi) fino a Locarno, passando da Intragna con pesanti gerle con ai piedi delle zoccole. Da Intragna per raggiungere Locarno il percorso era (è) di 14 km, occorrevano ulteriori 4h di cammino, quanta fatica e sacrifici.

Oltre l'andata c'era anche il ritorno.

Siamo stati accompagnati da Ercole Pellanda, intraprendente panettiere-pasticciere; l'attività condivisa dalla moglie e dai figli occupa 15 persone nelle sedi di Intragna e Losone.

Cantore delle Centovalli ha trasmesso al gruppo le sue conoscenze e l'attaccamento per i suoi luoghi e la sua gente. Un grazie a chi ha collaborato nell'organizzazione e la messa a disposizione delle auto.

È stato bello l'affiatamento che si è creato nel gruppo e le spontanee attenzioni!



### **MENDRISIOTTO E BASSO CERESIO**

#### **"ATTE Insieme" a Balerna e a Castel San Pietro**

Siamo felici di annunciare il raggiungimento di una nuova, entusiasmante tappa nel Mendrisiotto e Basso Ceresio. Infatti, l'ATTE è arrivata anche a Balerna. Il Gruppo "ATTE Insieme", che opera nella Regione, collabora con il Comune nella gestione di un centro interassociativo, aperto da fine maggio. Nel frattempo, in collaborazione con il Comune di Castel San Pietro si sta anche preparando l'apertura di un nuovo spazio nella piazza del Comune, insieme a numerose associazioni locali, a vantaggio della popolazione.

Il Municipio di Balerna, saputo del nostro interesse di trovare una sede, ci ha interpellati chiedendoci di partecipare a un nuovo progetto, in condivisione con altre associazioni del paese, per gestire un ampio spazio recentemente ristrutturato, nei locali dell'ex Ufficio Postale in

Via San Gottardo 94. Siamo grati al Municipio per questa importante prova di fiducia nel nostro operato e di attenzione verso la popolazione anziana.

Avremo a disposizione un luogo accogliente e centrale dove poterci incontrare, scambiare idee e dare vita a nuovi progetti, in collaborazione con le associazioni del paese, le scuole, la Casa Anziani. Il nostro obiettivo per gli anni a venire è di aprirci ancora di più alla popolazione, superando l'idea di essere un'associazione solo per "over 65". Intendiamo coinvolgere nelle nostre attività le diverse fasce d'età: cittadini attivi, giovani anziani appena usciti dal mondo del lavoro e con competenze e interessi da condividere e voglia di fare, gli anziani più in là con gli anni, portatori di esperienze e tradizioni, le famiglie, i giovani e le associazioni del territorio.

Nella nostra comunità la popolazione anziana continua a crescere e l'ATTE opera per contra-

stare l'isolamento e favorire il benessere individuale e collettivo.

Molte persone hanno concluso l'attività lavorativa o hanno figli ormai adulti e meno impegni familiari e, fortunatamente, godono di buona salute. Tutti possiamo offrire ancora molto alla comunità: continuiamo a essere e sentirci utili, insieme, partecipando come volontari alle iniziative dell'ATTE. Il volontariato nell'ATTE è anche "dare una mano" e, soprattutto, è un'occasione straordinaria di incontro e arricchimento reciproco.

Che tu sia un giovane con nuove idee, un "giovane anziano" con tempo ed esperienza da offrire o una persona che desidera dedicare un po' di tempo agli altri, il tuo contributo è prezioso e atteso a braccia aperte!

Nel gruppo **ATTE Insieme** ogni età è una risorsa e ogni persona conta.

**Vuoi saperne di più** sulle nostre iniziative e dare un'occhiata ai nuovi spazi?

**Partecipa all'attività "Sorso dopo sorso per stare bene d'estate", sabato 14 giugno** dalle 16:00 alle 18:00.

Per informazioni chiamare Maria Luisa Medici (079 816 832) oppure Mariella Zaramella (079 701 27 29).

### FAKES NEWS SOTTO LALENTE

È partito lo scorso 21 maggio a Maggio il ciclo di 4 incontri organizzato dalla CORSI in collaborazione con l'ATTE e ProSenectute sul tema delle fake news. Obiettivo degli appuntamenti discutere e promuovere l'importanza dell'agire del servizio pubblico radiotelevisivo nella lotta alla disinformazione. Gli incontri, nei quali intervengono esperti del settore, saranno moderati dalla nota presentatrice RSI Carla Norghauer e saranno seguiti da un rinfresco.

**I prossimi incontri** si terranno il **21 ottobre a Faido** (ore 16:00, Centro diurno Pro Senectute), relatori: Aïaxa Andreetta, referente Centro competenze Accessibilità RSI e Paolo Riva, redattore radiofonico RSI. L'ultimo appuntamento si terrà invece il **11 novembre a Tesserete** (ore 15:00, Sala riunioni Palazzo comunale); relatori: Paolo Attivissimo, giornalista ed esperto nel controllo delle fonti e Paolo Cortinovis, collaboratore settore digitale del Dipartimento Cultura e Società della RSI.

**Per questioni organizzative è gradita l'iscrizione** inviando una mail a: **info@ssr-corsi.ch**, con l'indicazione del vostro nome, cognome, nr. di persone e del luogo dell'incontro al quale siete interessate/i.

### SEZIONE BELLINZONENSE

Centro diurno socio ricreativo, via Raggi 8, 6500 Bellinzona, tel. 091 826 19 20  
www.atte.ch/bellinzone, info@attebellinzone.ch  
Il centro si trova a pochi passi dalla posta delle Semine e dalla fermata del bus linea nr 1. Nelle vicinanze posteggi a pagamento: presso le scuole elementari delle Semine e alla fine di via Raggi.

#### Ristorante

Negli spazi del Centro Diurno di Bellinzona il ristorante alBel è aperto dal lunedì al venerdì dalle 8:30 alle 16:00. Per i soci ATTE sconto del 10% sulle consumazioni. tel. 091 862 35 35.

#### Appuntamenti fissi presso il Centro Diurno:

##### Pomeriggi in compagnia

Lunedì e giovedì, dalle 14:30 alle 17:00, ritrovo libero con attività ricreative, giochi di società, momenti di approfondimento, giochi delle carte, merende e lavoretti. Festa dei compleanni: una volta al mese.

##### Biblioteca di quartiere, via Raggi 8b, 1. piano

**Lunedì**, ore 13:30-15:30. Gruppo di lettura e condivisione: lettura di racconti scelti in base a caratteristiche che li rendano interessanti e comprensibili a tutti i partecipanti, considerando l'importanza di far emergere emozioni e riflessioni e di favorire un dialogo fra i partecipanti il più aperto possibile al termine della lettura. Per informazioni: Nives Ferrari, animatrice del gruppo, nr 079 345 75 58.

**Giovedì**, ore 15:00-17:00. Apertura al pubblico. La biblioteca possiede all'incirca 2000 volumi in lingua italiana, distribuiti in quattro sezioni: libri per bambini di età prescolastica e di scuola primaria, narrativa di ogni genere per adulti, testi divulgativi su argomenti di varie discipline (sociologia, medicina, arte, storia ticinese, ecc.), racconti e poesie di autori ticinesi. Servizio prestiti gratuito. Per informazioni: Rita Allegrini, responsabile della biblioteca, nr. 076 379 62 85.

##### Sportello digitale

Martedì 3 e 24 giugno, ore 9:30-11:00. Uno spazio di incontro personalizzato e gratuito, dove trovare assistenza, chiedere informazioni e ottenere supporto per l'uso di smartphone e tablet. Presentarsi senza annunciarsi.

##### Gruppo di canto spontaneo

Martedì, dalle ore 14:00 alle 16:00. Canzoni della tradizione popolare, sotto la guida di Pietro Bianchi, musicologo. Per informazioni e per partecipare presentarsi il giorno dell'incontro.

##### Pranzo della domenica

15 giugno e 21 settembre

Ritrovo dalle ore 11:30. Iscriverti entro il lunedì precedente a Rita 079 682 91 92 o a Marlis 079 792 79 09; massimo 50 posti.

##### Gioco del bridge

Imparare insieme a giocare, trucchi e regole di questo particolare gioco di carte in compagnia di un esperto. Incontri settimanali di due ore, il giovedì pomeriggio. Per informazioni: Laszlo Tölgyes, nr. 076 396 97 28.

##### Gioco degli scacchi

Interessati possono annunciarsi a Rolando Caretti al nr. 079 421 47 16 per organizzare degli incontri.

##### Gioco delle bocce

Incontri settimanali, il martedì alle ore 14:00, Castione, Bocciodromo Tenza. Per informazioni: Francesco Besomi, nr. 079 547 36 71

**Attenzione: le attività saranno sospese nei mesi di luglio e agosto e riprenderanno dal 15 settembre 2025.**

Saranno riproposti i corsi di: yoga da seduti, rilassamento sonoro, ginnastica dolce, ginnastica in acqua, danze etniche e popolari.

Gli aggiornamenti e le nuove proposte, saranno annunciati sulla bacheca del Centro, tramite la newsletter "l'agenda del territorio", pubblicati nel sito [www.atte.ch/bellinzone](http://www.atte.ch/bellinzone) e sui quotidiani.

##### Gruppo di Arbedo-Castione

Centro sociale, 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", 6517 Arbedo. Iscrizioni: Centro sociale, Rosaria Poloni tel. 091 829 33 55, Paola Piu tel. 091 829 10 05.

Le attività verranno esposte mensilmente agli albi del Comune di Arbedo-Castione, nelle Chiese di Arbedo e Castione e su:

<https://atte/bellinzone.ch> Inoltre per i partecipanti ai ritrovi del giovedì è a disposizione il programma mensile.

##### Gruppo di Sementina

Centro d'incontro, Al Ciossetto, 6514 Sementina. Presidente Giorgio Albertella, Via Pobbia 13, 6514 Sementina. Per informazioni: 079 235 16 36 (Liviana Bernardazzi)

##### Uscita

Martedì 3 giugno

##### Tombola

10 giugno, ore 14:00. Ritrovo al Centro per 4 giri di tombola

##### Festa dei compleanni e controllo della pressione

Martedì 17 giugno, ore 14:00 Ritrovo al Centro

##### Grigliata di fine stagione con musica

Martedì 17 giugno, ore 12:00

Le iscrizioni per la vacanza a Riccione, prevista dal 31 agosto al 10 settembre 2025 (10 notti), saranno

aperte fino al 17 giugno 2025 (il programma verrà presentato a tempo debito).

**Attenzione: le attività saranno sospese a luglio e agosto per la pausa estiva, riprenderemo il 31 agosto con il soggiorno a Riccione fino al 9 settembre.**

### Gruppo Visagno-Claro

Presidente ad interim: Fabiana Rigamonti,  
tel. 091 863 10 18, frigamontiguaidali@gmail.com

### SEZIONE BIASCA E VALLI

Via Giovannini 18/20, 6710 Biasca,  
tel. 091 862 43 60, [www.atte.ch/biasca-e-valli](http://www.atte.ch/biasca-e-valli)  
Presidente Eros De Boni, via Stradone Vecchio sud  
22, 6710 Biasca, tel. 091 862 25 85,  
[eros.deboni@bluewin.ch](mailto:eros.deboni@bluewin.ch). Attività sportive e gite:  
Centro diurno Biasca, tel. 091 862 43 60, coordina-  
tore Centro: 079 588 73 47.

### Centro diurno socio assistenziale Biasca

Via Giovannini 24, 6710 Biasca,  
tel. 091 862 43 60. Aperto dal lunedì al venerdì  
dalle ore 9:00 alle 17:00.

**Per il programma delle attività** visita il sito  
[www.attebiascaevalli.ch](http://www.attebiascaevalli.ch) o passa semplicemente  
a bere un caffè al centro per vedere le molteplici  
attività presenti.

**Pranza al Bistrot Sociale ATTE** di Biasca, ogni  
giorno feriale vengono servite favolose pietanze  
preparate in loco dal team di cucina

**Stai per andare in pensione? Sei pensiona-  
ta/o?** Con l'aiuto di un Life Coach potrai allenarti  
in sicurezza, migliorare il tuo stato psicofisico, mo-  
bilità e sentirti più vitale ed energico; contattaci  
tramite il modulo sul sito [www.attebiascaevalli.ch](http://www.attebiascaevalli.ch)  
o chiama semplicemente al centro.

### Centro diurno Faido

Casa San Giuseppe 6710 Faido. Responsabile  
Silva D'Odorico, tel. 079 442 86 62.

### Pranzi e festa dei compleanni

Mercoledì 10 settembre (iscrizioni entro lunedì  
8). Le iscrizioni sono obbligatorie e vanno fatte a  
Silva (079 442 86 62). Ritrovo ore 12:00.

**Attenzione: il Centro sarà chiuso dal 5 giugno  
al 9 settembre.**

### Centro diurno Monte Pettine, Ambri

Via San Gottardo 137, 6775 Ambri.  
Responsabile Edda Guscio. Apertura da lunedì a  
sabato dalle 15:00 alle 19:30. Tel. 091 868 13 45  
Per pranzi e manifestazioni diverse consultare  
anche il sito [www.attebiascaevalli.ch](http://www.attebiascaevalli.ch)

### Attività fisse:

TUTTI I GIORNI: mercatino dell'usato,  
ore 15:00-19:00

### Grigliata per tutti

Sabato 14 giugno

### Gita al San Salvatore

Mercoledì 27 agosto  
Informazioni e dettagli saranno comunicati sulle  
locandine pubblicate.  
Iscrizioni direttamente al Centro durante gli orari  
d'apertura (domenica escluso) dalle 15:00 alle  
19.30 allo 091 868 13 45

### Centro diurno Olivone

c/o Casa Patriziale, coordinatrice  
Sonja Fusaro-DeLuigi

### Pranzi – tombole – conferenze

I pranzi mensili sono aperti a tutta la popolazione  
della Valle di Blenio

- Mercoledì 18 giugno pranzo di chiusura con  
intrattenimento canoro e 3 giri di tombola

**Nuoto:** i corsi 2024/2025 termineranno nella  
prima settimana di giugno. I corsi 2025/2026  
riprenderanno la prima settimana di ottobre.

**Attenzione: il Centro rimane chiuso per la  
pausa estiva nei mesi di luglio e agosto.  
Riapertura a settembre con una merenda e  
alcuni giri di tombola probabilmente merco-  
ledi 24 settembre. Le date degli eventi e dei  
pranzi mensili verranno comunicati ai soci e  
ai partecipanti tramite locandine e pubblica-  
zioni sui quotidiani.**

### Gruppo Blenio-Riviera

Presidente: Daisy Andreatta, tel. 091 862 42 66,  
[daisy.andreatta@hotmail.com](mailto:daisy.andreatta@hotmail.com)

### Gita isole di Brissago

Venerdì 6 giugno in collaborazione con il Gruppo  
Leventina (seguirà il programma dettagliato)

**Tutti i martedì** (seguendo il calendario scolasti-  
co) dalle ore 14:00 prova del Coro "Ra Froda" al  
Centro ATTE, Biasca

### Gruppo della Leventina

Presidente: Elena Celio, tel. 079 673 14 54,  
[elena.celio@bluewin.ch](mailto:elena.celio@bluewin.ch).

### Gita

Venerdì 6 giugno gita alle isole di Brissago (con  
il gruppo Blenio e Riviera). Seguirà programma  
dettagliato.

### Pranzo dell'amicizia

Giovedì 10 luglio al centro Monte Pettine di  
Ambri. I dettagli seguiranno sui quotidiani e sulle  
locandine.

### Coro Leventinella

Tutti i lunedì (seguendo il calendario scolastico)  
dalle ore 14:00 alle 16:00 prove al Centro ATTE  
diurno, Faido.

### SEZIONE LOCARNESE E VALLI

Centro diurno, Via dott. G. Varesi 42B (al piano  
terra della Residenza PerSempre), 6600 Locarno,  
tel. 091 751 28 27, [centroatte@bluewin.ch](mailto:centroatte@bluewin.ch). Presi-  
dente Fabio Sartori. Aperto dal lunedì al venerdì  
dalle 14:00 alle 17:00.  
Informazioni aggiornate sulla programmazione:  
[www.atte.ch/locarnese](http://www.atte.ch/locarnese)

Il Centro è comodamente raggiungibile tramite la  
linea 4 del bus FART. A pochi metri dall'entrata  
del Centro vi è la fermata Saleggi. Posteggi in via  
delle Scuole o presso le Scuole elementari Saleggi

### Attività ricorrenti

LUNEDÌ: prove di canto del Coro Lago Maggiore  
LUNEDÌ – VENERDÌ: gioco delle carte  
MERCLEDÌ: Lavori a maglia. Non è richiesta  
iscrizione. Gratuito. Ciascuno porta il materiale  
che intende usare. Una volontaria appassionata  
di lavoro a maglia è disponibile per consigli.  
Interessante lo scambio di idee e informazioni tra  
i partecipanti.  
GIOVEDÌ: pranzo (annunciarsi entro il martedì.  
Massimo 50 posti), seguono tombola e lavori  
manuali.

### Corsi UNi3

Vedi programma Corsi UNi3

### Sportello digitale

Spazio di incontro personalizzato e gratuito, dove  
trovare assistenza, chiedere informazioni e ottene-  
re supporto per l'uso di smartphone e tablet.  
Centro diurno ATTE Locarnese e Valli - Via Varesi  
42 B – Locarno. Dalle 14:30 alle 16:30 nei seguenti  
lunedì: 2 e 16 giugno.

### Conversazione inglese

Il mercoledì, con Louise Burckhardt, docente  
madrelingua inglese. Argomenti a seconda degli  
interessi dei partecipanti. Ripasso grammaticale  
all'occorrenza. CD ATTE Locarno, ore 14:00-15:00  
Costo per un ciclo di 7 incontri: 35 CHF per soci  
ATTE, 50 CHF per non soci. Informazioni e iscrizio-  
ni: allo 079 554 41 26 (Louise)

### Movimento a ritmo di musica

Il venerdì, con Silvana Marzari, insegnante di Rio  
Abierto, ore 14:30-15:30, CD ATTE Locarno.  
Costo: per il ciclo di 6 incontri: 60 CHF per Soci  
ATTE / 70 CHF per non soci. Informazioni e iscrizio-  
ni allo 079 765 76 51 (Silvana)

**Attenzione: il centro diurno sarà chiuso nei  
mesi di luglio e agosto per la pausa estiva.**

### Gruppo del Gambarogno

Presidente: Augusto Benzoni, tel. 079 223 84 04  
Cassiera: Yvonne Richina, tel. 076 373 30 55  
Segretaria: Adelaide Buetti-Pozzoli,  
tel. 078 745 64 61

### Tombola

Giovedì 5 giugno, 4 e 18 settembre, ore 14:00  
Centro Rivamonte, Quartino

### Grigliata:

Giovedì 3 luglio, Centro Rivamonte Quartino

## Gita

Giovedì 25 settembre, visita ai Mulini di Maroggia, dettagli seguiranno

**Attenzione: le attività verranno sospese nei mesi di luglio e agosto per la pausa estiva.**

## SEZIONE LUGANESE

Via Beltramina 20A, 6900 Lugano, 091 972 14 72, [www.atte.ch/luganese](http://www.atte.ch/luganese), [cdlugano@atte.ch](mailto:cdlugano@atte.ch)

### Centro diurno socio assistenziale di Lugano

Il Centro rimane aperto dal lunedì al venerdì dalle 09:00 alle 17:00, il sabato dalle 09:30 alle 17:00. Si può giocare a carte e svolgere diversi corsi che vengono pubblicati anche sul sito: [www.atte.ch/luganese](http://www.atte.ch/luganese). Per informazioni chiamare lo 091 972 14 72 o lo 079 908 51 38. Si ricorda che il Centro prende a carico persone con bisogni di assistenza. È possibile pranzare dal lunedì al sabato grazie alla cucina della Fondazione Sirio.

### Pomerigi in musica

Venerdì 6 giugno con Lorenzo

### Tombola

Sabato 14, 21 e 28 giugno, 12, 19 e 26 luglio, 9, 23 e 30 agosto, 13, 20 e 27 settembre

### Navigare in tutta sicurezza nel mondo digitale

Giovedì 25 settembre, ore 14:00. Incontro di sensibilizzazione organizzato in collaborazione con la Polizia Cantonale. Segue merenda offerta.

### Gruppo Alto Vedeggio (compreso Torricella-Taverne)

Centro diurno comunale, Capidogno, 6802 Rivera, aperto l'ultimo giovedì del mese. Iscrizioni pranzi (entro il venerdì precedente) a Pina Zurfluh tel. 091 946 18 28. Iscrizioni uscite: Liliana Molteni tel. 091 946 24 24.

### Museo della paglia

A giugno, gita di un giorno a Wohlen (canton Argovia) con visita al museo della paglia. Programma in allestimento. La locandina sarà inviata per mail ai soci AV e appesa agli albo comunali.

### Visita agli studi televisivi

A luglio, uscita pomeridiana a Comano con visita agli studi televisivi. Programma in allestimento. La locandina sarà inviata per mail ai soci AV e appesa agli albo comunali.

### Pranzi

I pranzi riprenderanno il 25 settembre al Centro Diurno di Rivera.

### Gruppo di Breganzona

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

### Breganzona Estate

Venerdì e sabato 13-14 giugno, contiamo sulle nostre Socie per le torte

### Gita a Carona

A giugno, passeggiata al Santuario della Madonna

d' Ongero a Carona, con merenda. Data e orario ancora da stabilire. I Soci saranno informati tramite circolare.

**Attenzione: le attività saranno sospese nei mesi di luglio e agosto per la pausa estiva**

### Gruppo Capriasca, Origlio, Ponte Capriasca Val Colla

6950 Tesserete Telbrüi 9, [atte@capriascavalcolla.ch](mailto:atte@capriascavalcolla.ch)

### Camminare in compagnia

Il giovedì fino al 12 giugno 2025. Ritrovo 09:15 presso l'Arena sportiva di Tesserete, lato Scuola elementare. Passeggiata a gruppi in base alle capacità motorie, alla portata di tutti; rientro 11:00. Non occorre iscriversi.

### Ginnastica dolce over 65

Il lunedì fino al 16 giugno. Orario: 14:15-15:00. Luogo: Centro socioculturale Comune di Capriasca, Pom Rossin, a Tesserete.

### Ginnastica dolce "over 65" estiva

Al martedì dal 24 giugno al 26 agosto presso il Centro ricreativo e balneare Capriasca-Val Colla a Tesserete proposta dall'Arena sportiva del Comune di Capriasca. Orario: 09:30-10:15. Il Gruppo ATTE Capriasca e Val Colla ringrazia e sostiene l'iniziativa. Prezzo entrata: fr. 5.00, inclusa la ginnastica. Per i soci ATTE, iscritti al Gruppo regionale Capriasca e Val Colla, riduzione del 50% (costo preso a carico dall'ATTE regionale). Presentare all'entrata la tessera di socio ATTE 2025.

### Escursioni

Venerdì 27 giugno (data di riserva venerdì 4 luglio) Signôra-Piandanazzo-Signôra Ritrovo: 07.45 Centro sportivo di Tesserete. Lunghezza percorso: 12,04 km., salita 707 m., discesa 705 m., tempo di marcia 3h e 55' Pranzo al sacco rifugio forestale di Piandanazzo. Tipo percorso: T2 sentiero ufficiale marcato, non pone difficoltà, salita e discesa regolari.

Venerdì 18 luglio (data di riserva venerdì 25 luglio) Giro della Greina, partenza da Pian Geirett Ritrovo: 06.30 Centro Sportivo di Tesserete. Lunghezza percorso: 16,05 km., salita 668 m., discesa 1061 m., tempo di marcia 5h e 15 Pranzo Capanna Motterascio. Tipo percorso: T2 sentiero ufficiale marcato, non pone difficoltà, salite regolari, discesa prolungata.

Venerdì 22 agosto (data di riserva venerdì 29 agosto) Passo San Gottardo, Lago Selle, Giubin, Laghetti degli Orsi (partenza dall'Ospizio) 07.30 ritrovo Centro sportivo di Tesserete. Lunghezza percorso: 13,36 km., salita 619 m., discesa 781 m., tempo di marcia 4h e 15 Pranzo al sacco. Tipo percorso: T2 sentiero ufficiale marcato, non pone difficoltà.

### Pranzi estivi in compagnia al Baraonda presso la piscina di Tesserete

martedì 22 luglio e 19 agosto, 11:30 ritrovo, 12:00 pranzo. Insalata, piatto forte, dolce, caffè, acqua,

fr. 20.00. Altre bevande, vino ecc. pagate individualmente dai partecipanti. Iscrizioni: tel. 079 223 87 64 Michele Canonica con una settimana d'anticipo dalla data fissata per il pranzo. Gradito un messaggio di posta elettronica a [micheleca@bluewin.ch](mailto:micheleca@bluewin.ch). Nel caso di brutto tempo il pranzo verrà annullato.

### Tombola al giovedì presso il Centro sociale a Tesserete

organizzata dall'Associazione Pom Rossin dalle ore 14:30 alle 16:30. Termina il 12 giugno, riprende l'11 settembre. Consultate il sito web [www.attecapriascavalcolla.ch](http://www.attecapriascavalcolla.ch) sarete informati delle nostre attività.

### Gruppo della Collina d'Oro (compreso Grancia, Sorengo e Carabietta)

Centro diurno, Via dei Camuzzi 7, Montagnola, tel. 091 994 97 17. Il Centro è aperto il lunedì e il mercoledì pomeriggio dalle ore 14:00 alle ore 17:00. Qualora non fosse presente alcun socio la chiusura è anticipata alle ore 15:00.

Per eventuali informazioni rivolgersi al Segretario, arch. Sergio Garzoni (tel. 076 3292522 o e-mail: [seo.garzoni@gmail.com](mailto:seo.garzoni@gmail.com))

### Gruppo di Melide

Sala multiuso comunale, Via Doyro 2, 6815 Melide, aperto di regola il giovedì pomeriggio. Iscrizioni: Aldo Albisetti, tel. 079 569 01 64.

### Gita

Lunedì 9 giugno, gita sul Lago d'Orta in collaborazione con la Parrocchia di Melide

**Attenzione: le attività verranno sospese a luglio e agosto per la pausa estiva.**

## SEZIONE MENDRISIOTTO E BASSO CERESIO

Presidente Giorgio Comi, Via Industria 13, 6850 Mendrisio, tel: 076 556 73 70  
Contatti, informazioni, iscrizioni: [mendrisiotto@atte.ch](mailto:mendrisiotto@atte.ch), [www.atte.ch](http://www.atte.ch)  
Seguitemi con l'agenda della Sezione ATTE Mendrisiotto su <https://atte.ch/mendrisiotto>

### Gruppo ATTE Insieme opera a Balerna e a Castel San Pietro

Il gruppo sta avviando le sue attività e nel corso del mese di maggio ha inaugurato l'arredamento della nuova sede messa a disposizione dal Comune di Balerna negli spazi dell'ex Ufficio postale. Nelle prossime settimane, invece, sarà aperto un nuovo spazio aggregativo a Castel San Pietro. I due spazi saranno gestiti insieme ad altre associazioni e potranno essere frequentati dalla popolazione.

**La Coordinatrice del Gruppo ATTE Insieme** è Luisa Medici e riceve la corrispondenza all'indirizzo [Luisa.malu.fox@hotmail.com](mailto:Luisa.malu.fox@hotmail.com)

### "Sorso dopo sorso per stare bene d'estate"

Sabato 14 giugno dalle 16:00 alle 18:00

Nelle prossime settimane saranno organizzate altre iniziative. Seguitemi su L'Informatore, sugli albi comunali.

### Gruppo di Chiasso

Sede via Gen. H. Guisan 17, 6830 Chiasso  
Tel. 091 682 52 82 (segreteria telefonica)  
Aperto durante gli eventi programmati

### Pranzi dell'amicizia

Giovedì 5 giugno: Giro Pizza, cena di inizio estate-  
Mercoledì 23 luglio: Cena Urani Chiasso al Penz  
Giovedì 4 settembre: tombola con grigliata, alla  
Perfetta di Arzo

### Burraco

Tutti i lunedì non festivi dalle 14:30 in sede, fino al  
30 giugno.

### Corso di yoga

Tutti i lunedì non festivi dalle 11:00 alle 12:00 in  
sede, fino al 2 giugno  
Tutti i mercoledì non festivi dalle 09:20 alle 10:20  
e dalle 10:30 alle 11:30 in sede, fino al 18 giugno

### Ginnastica dolce

Martedì 3 giugno, dalle 10:00 alle 11:00 in sede

### Sportello digitale

Tutti i venerdì non festivi dalle 14:30 alle 16:30 in  
sede, fino al 13 giugno.

### Gita alle Gole della Breggia

Giovedì 7 agosto, con cena al Grotto del Mulino

### Soggiorni

Dal 7 al 14 giugno soggiorno balneare a Cervia  
Dal 14 al 21 settembre, soggiorno termale ad Abano

### Gruppo Maroggia (Comune di Val Mara e Comune di Arogno)

Centro diurno, c/o Casa comunale, Viale Stazione  
6, Maroggia, tel. 079 725 42 46.  
Informazioni e iscrizioni al segretario  
Maurizio Lancini, 079 725 42 46.

### Gruppo di Mendrisio

Centro Diurno, Via C. Pasta 2, Casella Postale  
1046, 6850 Mendrisio  
La coordinazione del gruppo è affidata a  
Magda Andina (magda.andina@hotmail.com) e  
Luvigi Di Raimondo (guidiraimondo@gmail.com)  
mentre la responsabile del coro è Rosangela  
Ravelli (carlo.ermio.ravelli@gmail.com)

Le attività si svolgono di solito al martedì e al  
giovedì dalle 14:00 con giochi da tavolo e tombole,  
una volta al mese. Il mercoledì, dalle 14:30 abbia-  
mo la prova del coro. Partecipa anche tu! Dopo le  
16:00 si gioca a carte.

**Da metà giugno a fine agosto**, programma  
speciale. Leggere le indicazioni in sede o scrivere  
a [gcomi@atte.ch](mailto:gcomi@atte.ch) per informazioni.

### Conferenze

- Martedì 10 giugno, dalle 14:00 alle 15:00,  
alla Casa delle Generazioni, incontro su  
"Equilibrio e benessere", con ACD. Poi  
abbiamo i giochi da tavola e la merenda
- Lunedì 8 settembre, dalle 16.30, alla Casa  
delle Generazioni, conferenza sul tema:

### La genealogia. Come si costruisce un albero genealogico

con Maurizio Croci.  
Entrata libera.  
• Lunedì 15 settembre, alla Casa delle Gene-  
razioni, conferenza sul tema: **La Vicinia (il  
Patriato). Perché si è costituito?** con  
Maurizio Croci. Entrata libera.

### Visita alla pinacoteca Züst

Giovedì 12 giugno dalle 10:00, visita guidata alla  
mostra dedicata ad Angelo Giorgetti (1899 – 1960).  
Iscrizioni entro il 10 giugno, scrivendo a [gcomi@atte.ch](mailto:gcomi@atte.ch), costo 10 franchi. Massimo 25 partecipanti

### Uscita con Pro Infirmis

Sabato 14 giugno, uscite organizzate con Pro  
Infirmis, partendo dalla Casa delle Generazioni.  
Leggere le informazioni in sede.

### Incontro sul tema "Idratarsi in estate: acque e tisane"

Martedì 17 giugno, dalle 14:00 alle 16:00, alla  
Casa delle Generazioni, Incontro su "Idratarsi in  
estate: acque e tisane", con Valentina Galli del  
gruppo Fourchette Verte. Preparazioni, assaggi,  
discussione e scambi.

### Grigliata di inizio estate

Mercoledì 18 giugno, dalle 11:30, alla Casa delle  
generazioni. Iscrizioni entro il 13 giugno, scrivendo  
a [gcomi@atte.ch](mailto:gcomi@atte.ch), costo 15 franchi. Con musica,  
canto e giri di tombola. I posti sono limitati.



## La casa di riposo può aspettare!

Rimanere mobili e senza limiti – dove è più  
bello: montascale, miniascensori domestici,  
piattaforme elevatrici e sollevatori per vasca  
da bagno di Stannah ti offrono la libertà di  
goderti casa tua in qualsiasi momento e  
senza restrizioni.

## Stannah

✚ Eccellente qualità di  
servizio in tutta la Svizzera.



☎ 091 210 72 49 [sales@stannah.ch](mailto:sales@stannah.ch) | [stannah.com](http://stannah.com)

### Passeggiata al San Bernardino

Martedì 26 agosto, partenza alle 9:30. Passeggiate nel paese e nei boschi, pranzo alla Capanna Oscar. Iscrizioni entro il 18 agosto, scrivendo a gcomi@atte.ch, costo 25 franchi. Viaggio con pulmino, eventualmente treno, autopostale oppure con mezzi privati. I posti sono limitati.

### Pomeriggio a sorpresa

Martedì 9 settembre, alla Casa delle Generazioni, dalle 14.00. Seguiteci su L'Informatore per i dettagli, che sono a disposizione anche in sede.

### Sortissima

Domenica 14 settembre, nel Centro di Ligornetto, dalle 10:00. Gioco delle bocce, Tai Chi, Ballo sudamericano e tante altre proposte organizzate dalle associazioni sportive della città. I dettagli sono sui materiali informativi di Sportissima 2025.

### Gruppo di Novazzano

Centro diurno, via Casate 10, 6883 Novazzano, 077 408 60 94, cdnovazzano@attemomo.ch. Aperto dal lunedì al venerdì dalle 14:00 alle 18:00, il sabato dalle 14:00 alle 17:30. Iscrizioni al Centro diurno.

Oltre alle normali attività di ritrovo e socializzazione con gioco delle carte e delle bocce, sono previsti i seguenti appuntamenti:

### Pranzi del martedì

3, 17 giugno, 19 agosto, 2, 16 e 30 settembre

### Sportello digitale

Mercoledì 4 e 18 giugno

### Gita in Ticino

Mercoledì 11 giugno

### Gioco della tombola

Giovedì 26 giugno e 28 agosto

### Gara bocce a coppie con abbinamento a sorteggio

Da lunedì 16 a venerdì 20 giugno  
Da lunedì 14 luglio a venerdì 18 luglio

### Gita in zona con meta da definire

Venerdì 11 luglio

### Pranzo estivo in compagnia

Venerdì 25 luglio con un magnifico piatto freddo di stagione

### Gara bocce individuali maschile e femminile

Da lunedì 11 agosto a venerdì 15 agosto

### Gara bocce a coppie LEI LUI

Da lunedì 1 a venerdì 5 settembre

### Ginnastica dolce

Corso settimanale suddiviso in due gruppi

### Burraco

Tutti i martedì

### Incontri e conferenze

Date da stabilire

Restano riservate eventuali modifiche di calendario per cui vi preghiamo di consultare il programma mensile dettagliato presso il centro dove troverete pure le altre attività o gite che sono in preparazione da parte della Sezione e dei vari Gruppi.

### Gruppo Valle di Muggio

Informazioni e iscrizioni : Miti, presidente, tel. 091 683 17 53, e Gabriella, segretaria, tel. 091 684 13 78, oppure contattando le responsabili locali:  
Cabbio: Susy tel. 091 684 18 84  
Caneggio: Yvette tel. 091 684 11 57  
Morbio Sup: Maris tel. 091 683 22 16  
Morbio Inf: Elena tel. 091 683 42 60

### Attività

Pomeriggio ricreativo : giovedì 5 giugno, ore 14:30, presso l'Osteria Ul Furmighin a Sagno

Eventuali ulteriori informazioni seguiranno tramite il settimanale "L'Informatore"

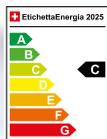
## KONA Hybrid.

Power Leasing  
**0%**

Funzione di parcheggio con comando a distanza.

Drive with a smile.  
Richiedete ora un'offerta.

 **HYUNDAI**



Esempio di calcolo non vincolante di CA Auto Finance Suisse SA, Schlieren: KONA 1.6 GDi HEV Origo®, 93.8 kW/129 CV, 2WD, consumo di energia (durante la guida): 4.8 l/100 km, emissioni di CO<sub>2</sub> (durante la guida): 108 g/km, emissioni di CO<sub>2</sub> derivanti dalla messa a disposizione di carburanti: 24 g/km, categoria d'efficienza energetica C, prezzo d'acquisto in contanti CHF 37'900.-. Rata di leasing mensile CHF 259.-, 20.26 % pagamento straordinario CHF 7'677.-, durata 36 mesi, chilometraggio max. 10'000 km/anno, tasso d'interesse annuo effettivo 0 %, esclusa l'assicurazione casco totale obbligatoria. La concessione del leasing è vietata se causa un eccessivo indebitamento del consumatore. Salvo errori, omissioni e approvazione di CA Auto Finance Suisse SA. Valevole per contratti con i clienti stipulati tra il 1.3 e il 30.4.25 o fino a revoca. Immatricolazione entro il 20.5.25. L'offerta menzionata vale solo per clienti privati. Modello raffigurato: KONA 1.6 GDi HEV Vertex®, 93.8 kW/129 CV, 2WD, con optional, CHF 47'300.-. Tutti gli importi IVA inclusa. Prezzi raccomandati. Riservate modifiche del prezzo. I valori energetici espressi rispettano gli standard WLTP. Obiettivo di emissioni di CO<sub>2</sub> 93.6 g/km, media di emissioni di CO<sub>2</sub> 113 g/km.

**DELLA SANTA**

### Della Santa Automobili SA

Viale C. Olgiati 25 / 6512 Giubiasco / Via F. Zorzi 43 / 6501 Bellinzona

Centralino +41 91 821 40 60

vendita@della-santa.com / dellasanta.Hyundai.ch

**SOCI ATTE**  
Sconti speciali  
Hyundai  
da Della Santa  
Automobili



## la parola ai lettori

Care lettrici, cari lettori, potete inviare i vostri scritti o le vostre fotografie (l'importante è che siano in alta risoluzione) all'indirizzo mail: [redazione@atte.ch](mailto:redazione@atte.ch). Nel limite del possibile cerchiamo di dare spazio a tutti, per questo è importante che i testi non siano troppo lunghi.

### VÜNDAS E QUARANTÜN\*

Ul mar  
che, ammò 'na vòlta,  
i a ciamàva,  
ul tävul  
cunt i bòn udüu  
da cà,  
i vö quaidün  
che sura 'l punt  
al nava  
che,  
'nsema ai stéll,  
al cüra la cità.

Margherita Manzoni

\*Genova, 14 agosto 2018, crolla il Ponte Morandi

### ACQUA

Alla vita sono stata lavata  
Con tante gocce sono stata battezzata  
Quanto ti sono grata!  
Unica, indispensabile  
Alla vecchiaia sono arrivata

Grazie acqua.

Silvana Ostinelli

### GIUGNO 1939

La miseria  
Le mani doloranti  
Il dolce  
Con il fior del sambuco  
"quanta ricchezza mamma"

Silvana Ostinelli



### Alla scoperta di Montegreco

Montegreco è una delle più antiche comunità contadine alpine, un terrazzo sul tetto di Malvaglia con una vista impareggiabile su oltre 50 km di maestose cime. Da oltre 10 anni l'Associazione Montegreco lavora con dedizione al recupero della storia e delle tradizioni ricostruendo ed animando il territorio. Testimoni di questo impegno sono la ricostruita Chiesetta di San Giuliano (testimonianze del 1624) e la rinata omonima processione fino alla nuova Cappella di Ränch. Fra le altre opere è possibile ammirare le tradizionali "rascane" per la segale, lo "sprüch" rifugio per il bestiame, la ricostruzione di un tradizionale forno per il pane e, per finire, l'antica torba datata 1640 ristrutturata in Ostello per i turisti. Lungo il "Sentiero del sole" (PöntPrastinéi-Piughéi-Montegreco), oltre alle opere della Fondazione, si possono ammirare bellezze della natura come l'imponente castagno secolare, il masso erratico e numerose capre a fare da padrone di casa.

Come raggiungere Montegreco: da Malvaglia Chiesa, 2h50, oppure lasciando l'auto nell'apposito parcheggio nella frazione di Pönt da dove parte il sentiero che passa da Piüghei. Tempo di percorrenza: 1h. Fonte: [ticino.ch](http://ticino.ch) - Foto: [montegreco.ch](http://montegreco.ch)

### MUNCRÈCH\*

Muncrèch: casin sparpaià e quai stàll  
sü in un pugiö che domina la vâl.  
Mür da sass culur da la fadiga e sacrifici,  
senté che i cur quai volt sü sura i precipizi,  
bagnà dal südu da tanta povra gent,  
sciüra da idej , ma senza vecch mai nient.  
A sculti l'aria che tira dent i strècc  
e la ma porta la memoria di vecc,  
tant ch'el ma par d'ammò sentì quai pàss  
che i schiscia l'erba , che i camina süi sass.  
Ma par ammò da vedei cun la schena südàda  
a taià el fégn e catàn la la brasciada  
per smurzà giò la fàmam ai vacch, che cum'è lur,  
i cüntava dumà sü l'aiüt dal Signur.  
Giurnàt tropp lungh, senza guardà l'uràri,  
per pö trovàss in seama a di el rusari,  
scaldàss al föch e mandà giò quaicòss  
prima da na in dal balin a pusà i òss.  
Incò quasi nisügn i ga ammò la memoria  
per turnà indré a rilecc la nostra storia.  
Per quest semm metü in seama e ga làsum un ségn  
per dich che sa regordum e che ghemm vurü begn.  
Ognün senza di nient u murmurà sottvus  
i farà i so pensé, magari un ségn da crus.

Silvano Codioli

\* Muncrèch (Monte Greco) è una località sui monti della Val Malvaglia sui quali è stata eretta una cappella in memoria di chi ha vissuto lassù la magra vita del contadino.

### PENSANDO A PAPA FRANCESCO E NON SOLO

Scarto quale?  
A qualsiasi età  
lo scarto non esiste,  
tutto risorge  
come a primavera il fiore.  
La lucertola  
in movimento scalpita,  
incontrando la lumaca

lenta e sognante,  
la lucertola sorride.  
Ogni età  
col valore nascosto  
regala stupore,  
ogni età  
con il lento passo  
regala Amore.

Elena Ghiellini, 26 aprile 2025

## SUDOKU

Riempite le caselle utilizzando i numeri dall'1 al 9, in modo tale che nessuno di questi compaia più di una volta in ogni singola colonna orizzontale o verticale e nei quadrati più piccoli, di nove caselle ciascuno, che formano il quadrato di partenza.

	3	2	7			8		
			2	8	3		7	6
				9	5			
		6				5	2	
	8			7	6	4		
		4		3	2			
	2					3		
3	4				7		8	
	5	8		4				2

	5	1			3	6		
9	6		5			3		
4			1			7		
		9			2			4
	1				8			
		5						1
	9			6			7	2
						5	8	3
		7	2	8		4	9	

## INDOVINA INDOVINELLO

1. Quando piove si bagna, anche se è in casa.
2. Quando qualcuno lo schiaccia, non si rompe e non si fa male. Cos'è?
3. Si può vincere giocando, anche se non si vince niente.
4. Quando passa lui ti devi togliere il cappello.
5. Vende prodotti freschi che nessuno mangia.
6. Non sente prurito, ma si gratta spesso e volentieri.
7. Sul grano e sul fosso è tutto un via vai, il fuoco l'ha indosso, si brucia? Giammai!
8. Sa scrivere, ma non può leggere.



9. Un assassino deve scegliere il suo destino tra tre porte. La porta rossa nasconde l'inferno, quella blu degli assassini e la verde tre leoni che non mangiano da tre anni. Quale dovrebbe scegliere?
10. Un venditore di mobili vende a 80 franchi un mobile che aveva pagato 70. Poi lo ricompra a 90 franchi e lo rivende per 100. Quanto ci ha guadagnato?

## CURIOSA ETIMOLOGIA

Alcuni indovinelli sono detti a trabocchetto perché vengono posti in modo tale da indurre facilmente in errore. Come suggerisce l'etimologia del termine, sono indovinelli che intendono proprio "farti cadere". "Trabocchetto" deriva infatti dal provenzale *trabuquet*, derivato a sua volta di *trabucar* ossia "far cadere"; veniva usato per identificare alcune opere di difesa dei castelli in epoca feudale, che prevedevano l'uso di un pavimento mobile, oppure per le botole a pavimento per la comparsa o scomparsa di persone a teatro e non solo.

7	5	8	6	4	9	1	3	2
6	2	4	7	1	5	8	3	9
3	4	1	5	8	6	2	7	9
5	1	4	9	3	2	7	6	8
2	8	3	5	7	6	4	1	9
8	7	6	4	1	8	5	2	3
4	9	5	2	7	3	6	8	1
1	2	7	6	4	8	5	9	3

9	6	4	7	1	5	8	3	2
5	8	6	2	7	1	5	8	3
8	4	5	7	6	2	7	6	8
3	7	9	6	1	2	8	5	4
4	8	3	1	9	6	7	2	5
9	6	2	5	4	7	3	1	8
7	5	1	8	2	6	4	9	3

Soluzioni: 1. La squadra di calcio 2. Il pisolino 3. La noia 4. Il pettine 5. Il fornaio 6. Il formaggio 7. La lucioia 8. La mano 9. La verde. I leoni non mangiano da tre anni vuol dire che adesso sono morti 10. 20 CHF.

G.A.B.  
CH-6501 Bellinzona

P.P./Journal  
CH-6501 Bellinzona

LAPOSTA 



# Pensare già oggi al domani

## Un lascito per la natura e per le generazioni future



Pensate ora al futuro dei vostri discendenti  
e della natura. Maggiori informazioni:  
[pronatura.ch/it/legati-successioni](https://pronatura.ch/it/legati-successioni)



Siamo volentieri a disposizione:  
Tel. 091 835 57 67

pro natura 