



# terzaetà

RIVISTA PERIODICA ATTE - ASSOCIAZIONE TICINESE TERZA ETÀ



## **Assemblea Cantonale**

Martedì 9 giugno 2026  
Mercato Coperto, Giubiasco

## **Incontro Cantonale della persona anziana**

Ottobre 2026

## **Torneo di scopa**

Giovedì 30 aprile 2026  
Sezione Bellinzonese  
Centro Ciossetto, Sementina

## **Torneo di bocce**

Giovedì 21 maggio 2026  
Sezione Locarnese  
Bocciodromo di Quartino

## **Torneo di scacchi**

Settembre 2026  
Sezione Locarnese  
Centro Diurno ATTE, Locarno

## **Torneo di burraco**

Novembre 2026  
Sezione Mendrisiotto  
Centro Scolastico, Chiasso

## **Rassegna Cantonale dei cori**

Martedì 24 novembre 2026  
Centro Manifestazioni Mercato  
Coperto, Mendrisio

**NEW**

## **Tutti in Pista!**

Pomeriggio di ballo liscio  
Martedì 24 marzo 2026  
Peppers & Cactus, Giubiasco

# Il valore del tempo condiviso

**I**l 2026 è stato proclamato dalle Nazioni Unite “Anno internazionale dei volontari per lo sviluppo sostenibile”. Una ricorrenza che giunge proprio mentre la nostra rivista saluta con gratitudine due storici e validi collaboratori che hanno deciso di dedicarsi a nuovi impegni.

Si tratta di Veronica Trevisan, che negli ultimi sei anni ci ha accompagnato alla scoperta delle mille sfaccettature delle nostre tradizioni; e Alessandro Zanolì, le cui interviste — ben trenta! — ci hanno aperto le porte del variegato mondo del jazz ticinese. A loro va il mio più sincero ringraziamento per questa lunga e fruttuosa collaborazione, insieme ai migliori auguri per i corsi che terranno la prossima primavera presso l'UNI3.

Allo stesso tempo, ho il piacere di dare il benvenuto a Francesca Pusek, già giornalista RSI, che in questo primo numero dell'anno ci porta sulle piste da sci per raccontarci con quale spirito gli over 65 possano ancora vivere appieno questo sport. Con l'auspicio che sia l'inizio di un bel percorso insieme, ricordo che la redazione di *terzaetà* è sempre aperta a nuove proposte. Chiunque — forte di buone capacità redazionali e di una solida preparazione accademica o professionale nei propri ambiti di riferimento — desideri proporre articoli divulgativi sui temi più disparati, può contattarmi all'indirizzo [lmella@atte.ch](mailto:lmella@atte.ch). Nonostante le agevolazioni offerte oggi dalla tecnologia, poter contare su contributi esterni resta per noi un valore aggiunto insostituibile.

Il ringraziamento non è rivolto solo a chi scrive. L'ATTE conta oltre 600 volontari che rappresentano il cuore pulsante dell'Associazione. Come ha sottolineato il presidente Giampaolo Cereghetti in occasione della Giornata internazionale del Volontariato lo scorso 5 dicembre: *“Il loro impegno, discreto e costante, permette ogni giorno di tenere vive le nostre attività culturali, sociali e ricreative, ma soprattutto di mantenere salda la trama umana che unisce le persone e dà senso*

*alla vita collettiva. Essere volontari significa credere che la società si costruisce non solo con le leggi e con le istituzioni, ma anche — e forse soprattutto — con i gesti gratuiti, il tempo condiviso, la cura reciproca. È un modo di esercitare cittadinanza, di affermare che l'età matura non è una stagione di ritiro, ma di responsabilità e partecipazione. Il volontariato è, in questo senso, una forza politica nel significato più alto del termine: una pratica di democrazia vissuta, di solidarietà attiva e di coesione civile. L'ATTE ne fa ogni giorno esperienza grazie alle centinaia di persone che, a titolo gratuito, dirigono, organizzano, animano, assistono e fanno crescere la nostra rete associativa.”*

Quanto questa “trama umana” possa essere potente, lo dimostra una vicenda che lo scorso autunno ha colpito molto l'opinione pubblica. Si tratta della storia di Bernadette, Regina e Rita, le tre suore ottuagenarie che nel 2025 hanno occupato il loro convento abbandonato a Kloster Goldenstein (vicino a Salisburgo) dopo essere state trasferite contro la loro volontà in una casa di riposo dalla diocesi. Le tre anziane signore si sono guadagnate una certa popolarità sui social media, in particolare Instagram (@nonnen\_goldenstein), e grazie all'aiuto di una trentina di persone, dalle quali ricevono cibo, assistenza medica e supporto nel lavoro mediatico, continuano a rivendicare il loro diritto di continuare a vivere in quella che per loro è stata la casa di un'intera vita.

Non si tratta certo di puntare il dito contro le case di riposo, piuttosto di sottolineare ancora una volta che il volontariato non è solo un “servizio” ma il collante che permette a ognuno di noi di non restare solo. Grazie di cuore, dunque, per tutto quello che fate e per il sostegno che date sia all'interno della nostra associazione, sia nella vostra quotidianità.

Laura Mella







#### Rivista periodica ATTE

Associazione Ticinese Terza Età  
Anno XLIV - N. 1 - Febbraio 2026  
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

Roberto Lardelli, Maria Grazia Buletti, Claudio Guarda, Loris Fedele, Elena Cereghetti, Paolo Parachini, Flavio Varisco, Emanuela Epiney-Colombo, Mauro Prati, Giampaolo Cereghetti, Francesca Pusek, Anna Bernardi

#### Corrispondenti dalle sezioni

Maurizio Lancini, Giorgio Comi, Mario Rittter

#### Comitato cantonale ATTE

Aldo Albisetti, Bruno Balestra, Egidio Beltrami, Daniel Burckhardt, Giampaolo Cereghetti, Mauro Chinnotti, 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: risorse, finanze e prevenzione nelle terza età - Il Café Medical arriva a Locarno - Storia dell'Appoggio scolastico a Lugano.

## 23



### ARTE

C'è tempo ancora fino all'8 febbraio per visitare la mostra che il Mudec di Milano ha dedicato a M.C. Escher.

12



## SOCIETÀ

200 franchi bastano? Due opinioni a confronto.

18



## SCIENZA

Come la tecnologia ha mutato il nostro rapporto col tempo.

21



## TECNOLOGIA

La sfida dell'autonomia digitale nella terza età.

## VITA DELL'ATTE

**34** PROGRAMMA VIAGGI

**42** SEZIONI&GRUPPI

**46** LA BACHECA

## RUBRICHE

**22** CINEMA

**32** LIBRI  
FRA LE PAGINE

**38** CURIOSATTE

**41** GUARDA-TI  
VOX LEGIS

**50** PER DISTRARSI

## COLLABORAZIONI

**31** ATIDU

26



## TEMPO LIBERO

Lo spirito e la passione di chi ha lo sci alpino nel cuore e continua a praticarlo in barba all'età e ai suoi acciacchi.

28



## SALUTE

Prendersi cura dei piedi significa prendersi cura di sé.

## LAZIO ANTICO

15-21 aprile 2026

### Informazioni

#### Servizio viaggi:

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





## Case per anziani, centri diurni e famigliari curanti: una rete sotto pressione

**I**l Ticino sta vivendo una trasformazione silenziosa ma profonda. Negli ultimi vent'anni gli over 65 sono aumentati di oltre il 35% e, entro il 2035, rappresenteranno più di un quarto del totale. L'invecchiamento non è quindi una questione settoriale, ma un fenomeno strutturale che incide sull'intero sistema sociosanitario e sull'equilibrio delle famiglie e delle comunità. Spesso, nel dibattito pubblico, ci si concentra su singoli elementi – le rette delle case per anziani, le cure a domicilio, i centri diurni – senza coglierne le interdipendenze. Eppure il sistema funziona come una rete: famigliari curanti, volontariato, servizi di prossimità, cure professionali e strutture residenziali si sostengono a vicenda. Quando uno di questi anelli si indebolisce, la pressione si trasferisce sugli altri, con effetti a cascata sull'intero sistema.

### **Le case per anziani: rette sempre più difficili da sostenere**

Le rette nelle case medicalizzate rappresentano oggi un fattore di preoccupazione crescente. Il costo reale medio di una struttura in Svizzera è oggi di circa 363 Fr. al giorno (≈ 10'875 al mese), secondo Curaviva. In Ticino, però, la quota effettivamente richiesta all'utente varia ampiamente: la retta minima riconosciuta nel 2025 è di 84 Fr. al giorno (≈ 2'520/mese), mentre alcune strutture pubbliche o private sussidiate arrivano fino a 140–180 Fr. al giorno; strutture private non sussidiate possono richiedere anche oltre 238 Fr. per ogni giorno, a seconda dei servizi offerti.

**I Centri diurni svolgono una funzione complementare decisiva: sostengono le persone anziane e alleggeriscono in parte il carico che grava sui famigliari, ritardando il ricorso a soluzioni più impegnative.**

La differenza dipende dal metodo di calcolo previsto dalla normativa cantonale: il reddito e il patrimonio dell'utente (compresa la prima casa) determinano la quota a carico, integrata eventualmente da prestazioni complementari o sussidi comunali.

L'invecchiamento è un fenomeno strutturale: più lunga è la vita, più lunga è anche la fase di fragilità che richiede cure continue. Le case per anziani garantiscono professionalità, sicurezza e

monitoraggio costante, ma tutto ciò ha un costo crescente: carenza di personale, salari più alti per attrarre operatori, incremento dei costi energetici, adeguamenti infrastrutturali e bisogni di cura sempre più complessi.

Il risultato è che un numero crescente di persone devono impegnare non solo rendite e pensioni, ma anche i risparmi di una vita. Quando questi finiscono, la responsabilità ricade sui figli, spesso già gravati da impegni familiari e professionali. La qualità delle strutture non è in discussione. Lo è invece l'equità dell'attuale modello di partecipazione ai costi, che lascia scoperte proprio le famiglie di mezzo: né ricche né povere, ma sempre più vulnerabili.

### **Centri diurni ricreativi: prevenzione primaria a basso costo**

Nel quadro di una politica dell'invecchiamento sostenibile, i Centri diurni ricreativi (CDR) dell'ATTE rappresentano un elemento forse sottovalutato. Sviluppati in oltre trent'anni grazie all'impegno volontario, questi centri non sono semplici luoghi di socializzazione, ma veri e propri presidi di prevenzione primaria.

Attraverso attività di movimento, stimolazione cognitiva, relazioni sociali e partecipazione attiva, i CDR favoriscono il benessere psicofisico delle persone anziane e contribuiscono a contrastare l'isolamento. Il contatto regolare permette inoltre un monitoraggio informale, utile a intercettare precocemente segnali di fragilità prima che richiedano interventi più intensivi e costosi.

I numeri confermano questa funzione: nel 2024 i Centri diurni ricreativi dell'ATTE hanno registrato circa 75'000 partecipazioni. Grazie al volontariato e a un sostegno pubblico mirato agli spazi, questi centri operano con costi contenuti e con una distribuzione capillare sul territorio, offrendo un servizio di prossimità accessibile anche alle persone sole o con risorse limitate.

La decisione del DSS, recentemente comunicata agli organi dirigenti dell'ATTE, di sopprimere progressivamente i sussidi agli affitti di questa tipologia di centri rischia di indebolire uno degli anelli più economici ed efficaci della rete. A fronte del mantenimento – indispensabile – dei Centri diurni socio-assistenziali (CDSA) – molto più costosi essendo basati su personale stipendiato –, si colpiscono servizi che producono un alto valore preventivo a costi ridotti. L'esperienza maturata dall'ATTE mostra che, a parità di utenza media, il costo pro capite di un CDSA può superare perfino di dieci volte quello di un CDR.

È evidente che il Cantone si trova oggi confrontato con vincoli finanziari stringenti e con la necessità di operare scelte difficili. Nessuno può ignorare le difficoltà strutturali delle finanze pubbliche né la crescente pressione sui costi della

sanità, confermata anche dai recenti dibattiti e dalle decisioni popolari. Proprio per questo, tuttavia, diventa essenziale distinguere tra misure di risparmio necessarie e tagli che, colpendo servizi a basso costo ma ad alto valore preventivo e sociale, rischiano di rivelarsi controproducenti nel medio e lungo periodo.

---

**È necessario garantire continuità a quelle strutture che, come i Centri diurni, producono un alto valore preventivo con un impiego contenuto di risorse pubbliche.**

---

### **I famigliari curanti: il pilastro invisibile**

Per comprendere davvero la sostenibilità dell'invecchiamento è necessario considerare un attore spesso invisibile: i famigliari curanti. In Svizzera, la grande maggioranza dell'assistenza alle persone anziane che vivono a domicilio è garantita da famigliari, in prevalenza donne tra i 55 e i 70 anni, che forniscono un'enorme quantità di ore di cura non remunerata.

Questo lavoro, essenziale ma poco riconosciuto, permette al sistema sociosanitario di reggere. Senza il contributo dei famigliari curanti aumenterebbero immediatamente le richieste di cure professionali, i ricoveri e gli ingressi nelle strutture residenziali, con costi difficilmente sostenibili. I servizi domiciliari professionali, pur fondamentali, coprono solo una parte dei bisogni e non possono sostituire la presenza quotidiana della rete familiare.

In questo contesto, i CDR svolgono una funzione complementare decisiva: sostengono le persone anziane, anche quelle nelle fasi iniziali della fragilità, e alleggeriscono in parte il carico che grava sui famigliari, ritardando il ricorso a soluzioni più impegnative.

### **La necessità di una visione integrata**

Il Ticino dispone di una rete di prossimità preziosa, costruita nel tempo grazie alla collaborazione tra istituzioni, professionisti, volontariato e famiglie. Questa rete resta solida solo se tutti i suoi elementi sono sostenuti in modo coerente.

È evidente che il Cantone si trova oggi confrontato con vincoli finanziari stringenti e con la necessità di operare scelte difficili. Riconoscere questi limiti è indispensabile. Proprio per questo diventa fondamentale distinguere tra misure di risparmio necessarie e tagli che, colpendo servizi a basso costo ma ad alto valore preventivo e sociale, rischiano di rivelarsi controproducenti. Una politica dell'invecchiamento lungimirante dovrebbe perseguire una visione integrata, capace di tenere insieme:

- una maggiore equità nel sistema delle rette delle case per anziani;
- la continuità dei servizi socio-assistenziali per le fragilità avanzate;
- il rafforzamento delle cure domiciliari professionali, senza attribuire loro un ruolo sostitutivo della rete familiare;
- la tutela dei centri diurni ricreativi come strumenti di prevenzione primaria;
- il riconoscimento concreto del ruolo dei famigliari curanti.

Prevenzione, sostegno quotidiano, cure professionali e residenzialità non sono ambiti separati, ma tappe di uno stesso percorso. Investire nei servizi di prossimità e nel volontariato non significa ignorare i vincoli finanziari, bensì affrontarli con una logica di sostenibilità e responsabilità collettiva. La prevenzione non è una spesa accessoria: è il primo investimento per contenere gli oneri futuri, proteggere la coesione sociale e garantire dignità alle persone anziane.

*Per il Consiglio direttivo, Giampaolo Cereghetti*

## **Per una società senza discriminazioni, aperta a ogni generazione**

**I**n un Paese che vede la propria demografia mutare rapidamente, la lotta contro la discriminazione basata sull'età deve diventare una priorità civica riconosciuta. È tempo che il valore di ogni fase della vita sia tutelato da una visione strategica nazionale, capace di garantire rispetto e inclusione a ogni cittadino, indipendentemente dall'età.

L'ATTE, forte della sua esperienza decennale nell'invecchiamento attivo, riconosce nella petizione lanciata da VASOS/FARES lo strumento giusto per far sentire la voce della Svizzera italiana a Berna. Vi invitiamo quindi a dare forza a questa iniziativa con la vostra firma: un gesto semplice, ma fondamentale per costruire una società più equa per tutte le generazioni.

### **La petizione**

Nonostante il divieto sancito dall'Articolo 8 della Costituzione, la discriminazione basata sull'età rimane una realtà quotidiana in Svizzera, priva di tutele legali efficaci. Questa esclusione tocca ambiti vitali come l'assistenza sanitaria, l'abitare in modo autodeterminato nella terza età, la ricerca di un alloggio, l'accesso ai trasporti pubblici, la protezione contro la violenza... creando lacune che l'Istituzione svizzera per i diritti umani (ISDU) e organismi come OCSE e OMS chiedono di colmare.

Stando ad un sondaggio presentato dal Prof. Christian Maggiori (HES-SO), l'ageismo è oggi addirittura più diffuso del sessismo e del razzismo. Per questo la FARES, sollecita Confederazione e Parlamento a un intervento deciso per garantire a ogni

cittadino dignità e autonomia. Maggiori informazioni sulla petizione si possono trovare a questo link: [www.atte.ch/hubfs/Petizione-discriminazione.pdf](http://www.atte.ch/hubfs/Petizione-discriminazione.pdf).

Vi informiamo inoltre che i Gruppi ATTE sono attivi sul territorio per una raccolta firme cartacea.

### **Il promotore dell'iniziativa**

La VASOS/FARES (la Federazione delle Associazioni dei Pensionati e d'Auto-aiuto in Svizzera) è l'organizzazione mantello che rappresenta gli anziani attivi e le associazioni di auto-aiuto in Svizzera. Fondata nel 1990, conta circa 129.000 membri riuniti in federazioni cantonali e regionali. Il suo impegno costante è rivolto alla tutela dei diritti, della dignità e dell'autonomia, combattendo ogni forma di esclusione sociale legata all'età. [www.vasos.ch](http://www.vasos.ch)

# Un'ATTE oltre i confini regionali nel 2026

Riunita a Faido la Conferenza dei Presidenti ha gettato le basi delle attività sul territorio per il nuovo anno

La Conferenza dei Presidenti sezionali dell'ATTE si è riunita lo scorso 17 dicembre per l'ultimo incontro del 2025. Grazie all'iniziativa di Eros De Boni, Presidente della Sezione Biasca e Valli, l'appuntamento ha avuto luogo in una sede di profondo valore simbolico e storico: l'Ostello del Convento dei Frati Cappuccini di Faido. Questa scelta non è stata solo formale. La sezione ospitante ha voluto trasformare l'incontro in un'opportunità di valorizzazione territoriale, presentando ai colleghi alcune delle "gemme" meno note della Leventina. Si tratta di una strategia precisa: incentivare il turismo associativo interno e rafforzare lo scambio tra le diverse sezioni, aprendo i confini regionali a tutta la famiglia dell'ATTE.

Il gruppo è stato accolto da Fra Edy (Edy Rossi-Pedruzzi), guardiano della comunità di Faido. Il Convento, pilastro sociale della regione sin dal 1607, è stato presentato sotto una luce che sposa perfettamente i valori dell'ATTE: l'umanità e l'amicizia come fondamenti del vivere comune. Particolarmente apprezzata è stata la visita alla Biblioteca Serafica, custode di oltre 4'000 volumi, e alle moderne strutture dell'Ostello. Quest'ultimo, oggi spazio polifunzionale ideale per ritiri, corsi e attività di benessere, rappresenta un modello di come i luoghi della tradizione possano aprirsi a nuove forme di aggregazione contemporanea.

Se la cornice di Faido ha permesso di chiudere l'anno in armonia, la riunione è stata soprattutto l'occasione per definire le linee programmatiche del 2026 per quanto riguarda le attività cantonali e non, previste sul territorio. Per l'anno a venire, l'ATTE intende sviluppare nuove forme di aggregazione che mettano al centro la cultura e il movimento. Tra le iniziative in



Un caloroso benvenuto a Fra Edy nella famiglia dell'ATTE: il guardiano del Convento di Faido posa con i presidenti sezionali dopo aver aderito all'Associazione.

fase di studio figurano: il potenziamento del Cine ATTE in Velle di Blenio, la promozione del ballo e l'organizzazione di escursioni mirate alla riscoperta di musei e percorsi culturali nelle cinque regioni. Un'attenzione particolare sarà rivolta alla promozione del benessere psicofisico. In questo ambito si inserisce la sperimentazione di attività d'avanguardia come gli esercizi Dual Task, volti a stimolare contemporaneamente le capacità cognitive e motorie dei soci.

## ATTE È...

### VANTAGGI PER I SOCI

Il nuovo anno si apre con un'importante novità dedicata a tutte le socie e i soci ATTE. Grazie a una nuova collaborazione con la **Ferrovia Monte Generoso** ([www.montegeneroso.ch](http://www.montegeneroso.ch)), sarà possibile raggiungere l'omonima vetta e godersi lo



splendido panorama approfittando di un'offerta esclusiva. Presentando la propria tessera sociale alla biglietteria di Capolago, tra il 2 maggio e il 25 ottobre 2026, i soci potranno acquistare il pacchetto

#### "Treno + Pranzo" al

**prezzo di CHF 65.-** (anziché CHF 75.-). L'offerta comprende il viaggio di andata

e ritorno da Capolago alla vetta, un piatto a scelta dal buffet del Self-Service Generoso, una bibita analcolica e una bevanda calda. Per usufruire dello sconto, è obbligatorio ritirare il ticket di trasporto e il voucher per il pranzo direttamente in biglietteria prima della salita. La stazione della cremagliera si trova proprio alla stazione FFS di Capolago-Riva S. Vitale

Oltre alle proposte per il tempo libero, il tesserino dell'Associazione presenta diversi altri vantaggi, per esempio nel settore automobilistico. Prosegue infatti con successo la collaborazione con Hyundai e Subaru Svizzera, che riservano a tutti i soci ATTE condizioni d'acquisto privilegiate. Grazie allo "Sconto Flotta", gli associati che intendono acquistare un nuovo veicolo possono beneficiare di prezzi di favore. Scoprite i dettagli dell'offerta e l'elenco di tutte le agevolazioni sul sito dell'ATTE: [www.atte.ch/diventa-socio](http://www.atte.ch/diventa-socio)





# Café Medical: la salute a misura di cittadino

Grazie alla collaborazione tra un gruppo di medici pensionati, ATTE, Comune di Muralto e Alvad, l'iniziativa ha preso il via nel Locarnese

di Laura Mella

Un ponte tra medici e cittadini, fatto di tempo, ascolto e competenza. È approdato a Locarno il Café Medical, un'iniziativa che vede un gruppo affiatato di medici in pensione mettere la propria esperienza a disposizione della comunità. In questo spazio di dialogo gratuito, l'obiettivo è semplice ma prezioso: tradurre il linguaggio tecnico della medicina in risposte chiare, aiutando le persone a orientarsi tra diagnosi e terapie per prendere decisioni consapevoli sulla propria salute.

Sebbene si rifaccia ai principi del progetto ideato dall'Accademia di Medicina Umana (Akademie Menschenmedizin) e già collaudato in una dozzina di località svizzere e altoatesine, il servizio proposto a Locarno presenta alcune peculiarità che ne arricchiscono l'impatto locale. Il cuore dell'iniziativa batte grazie a una sinergia tra il Comune di Muralto, l'Alvad e la Sezione Locarnese dell'ATTE, il cui ruolo è quello di "custodi" logistici: forniscono la cornice e la gestione degli appuntamenti senza però interferire nell'operato dei medici, la cui indipendenza resta il pilastro del servizio. Inoltre, la formula di Locarno si apre a una duplice anima: non solo il classico incontro uno-a-uno per risolvere dubbi personali, ma anche momenti di approfondimento corale. Un approccio dinamico che adatta la consulenza medica alle diverse esigenze della cittadinanza.

«Siamo partiti con l'idea di capire le reali esigenze delle persone – spiega il Dr. Adrian Sury, coordinatore del progetto – Al primo appuntamento abbiamo notato che, più della consulenza privata, i partecipanti cercavano chiarezza su temi di salute pubblica, come le vaccinazioni. Ne è nata una chiacchierata collettiva di un'ora che ha permesso di fugare dubbi e incertezze che spesso, per mancanza di tempo, non trovano

spazio negli studi medici. Proprio sulla base di questa esperienza positiva, nel Locarnese abbiamo scelto di adottare un modello "a doppio binario". In base a chi si presenta, saremo pronti a offrire sia la consulenza singola sia il confronto di gruppo su temi proposti spontaneamente dal pubblico. Vogliamo che il servizio sia dinamico: non siamo noi a stabilire i temi, ma le persone presenti a dirci di cosa hanno bisogno.»

A garantire la qualità e la flessibilità del servizio è la partecipazione di un nutrito gruppo di medici, le cui diverse competenze permettono di coprire un ampio ventaglio di specializzazioni, offrendo ai cittadini un punto di riferimento multidisciplinare. Questi al momento gli specialisti che hanno aderito all'iniziativa:

- Paul Biegger, chirurgia e traumatologia
- Lorenzo Bosia, reumatologia, medicina interna
- Sergio Luban, medicina interna generale
- Paul Peyer, urologia
- Fabio Ramelli, diabetologia, medicina interna
- Tiziana Rusca, patologia clinica
- Hans Stricker, angiologia, medicina interna

A spingere questi professionisti a mettersi in gioco è una motivazione tanto semplice quanto profonda: «In quasi cinquant'anni di carriera abbiamo accumulato un bagaglio di conoscenze che sarebbe un peccato lasciar decadere», confida il Dr. Sury. «Vogliamo che chi ne ha bisogno possa approfittarne finché avremo il piacere di farlo. Il bello di questo gruppo è che abbiamo sempre lavorato bene insieme; continuare a farlo in un ambito nuovo è estremamente stimolante, anche perché ci permette di concentrarci solo sul rapporto umano, senza il peso della burocrazia e delle cartelle cliniche»

## Dove e quando?

Il Café Medical si terrà una volta al mese (fatta eccezione per luglio, agosto e dicembre) in alternanza a Muralto (Centro socioculturale, Ca' Rossa, Via Stazione 6) e Locarno (Centro diurno ATTE, Via Varesi 42B) nelle seguenti date, sempre dalle ore 14:00 alle 16:00.

27 gennaio, CD ATTE, Locarno  
26 febbraio, Casa Rossa a Muralto  
24 marzo, CD ATTE, Locarno  
23 aprile, Casa Rossa, Muralto  
26 maggio, CD ATTE, Locarno  
25 giugno, Casa Rossa, Muralto  
22 settembre, CD ATTE, Locarno  
29 ottobre, Casa Rossa, Muralto  
24 novembre, CD ATTE, Locarno

**«In quasi cinquant'anni di carriera abbiamo accumulato un bagaglio di conoscenze che sarebbe un peccato lasciar decadere. Vogliamo che chi ne ha bisogno possa ancora approfittarne. Farlo in un ambito nuovo è estremamente stimolante, anche perché ci permette di concentrarci solo sul rapporto umano, senza il peso della burocrazia e delle cartelle cliniche.»**



# 20 anni di Appoggio scolastico: un ponte fra generazioni

Storia e segreti di un Servizio dell'ATTE che nel Luganese ha già aiutato oltre 1'100 allievi di Scuola media

di Mario Prati, Flavio Varisco, Paolo Parachini

**T**raguardo importante per la Sezione luganese dell'ATTE, che ha celebrato i vent'anni dell'Appoggio scolastico. Il Servizio, attualmente attivo solo nel Luganese, si è dimostrato nel tempo uno strumento efficace per favorire lo scambio tra generazioni, offrendo un supporto didattico concreto grazie all'impegno di numerosi volontari. Dei segreti del suo successo e della sua storia ce ne parla Mario Prati, uno dei coordinatori storici del progetto.

**Signor Prati, lei ha tenuto la prima lezione nel lontano 2005 e, a distanza di vent'anni, è ancora in prima linea. Cosa spinge un anziano a mettersi in gioco con gli adolescenti?**

«I motivi sono diversi, ma il principale è il desiderio di restare attivi dopo il pensionamento, impegnandosi per una causa che va ben oltre il solo aspetto finanziario. È una sfida che richiede apertura mentale e competenza, ma le assicuro che il rapporto che si crea è gratificante. È quasi come un "nonno" che insegna al nipotino: dopo qualche incontro, l'allievo capisce che il docente non è lì per giudicare, ma per spiegare con pazienza ciò che sembrava incomprensibile. Quando il giovane fa progressi e ottiene una sufficienza, nasce un'atmosfera "magica": l'allievo è felice del risultato e il docente si sente appagato per aver compiuto la sua missione.»

**L'Appoggio scolastico nel Luganese è ormai una realtà consolidata. Qual è l'auspicio per il futuro del Servizio a livello cantonale?**

«Il nostro Servizio ha mantenuto la rotta per vent'anni e l'augurio è che possa continuare così ancora a lungo. Attualmente questa realtà è una specificità del Luganese, ma l'auspicio dell'ATTE è proprio quello di vederla fiorire con lo stesso vigore



in tutto il Cantone. Il numero di ragazzi che ricorre a lezioni private è in forte crescita, un segnale di disagio su cui anche le istituzioni dovrebbero chinarsi per comprenderne le ragioni profonde.»

**Con circa settanta allievi seguiti ogni anno, il vostro è un successo indiscutibile. Quali sono le chiavi di questo risultato?**

«Le chiavi sono diverse. La prima è la gratuità: per molte famiglie il costo delle lezioni private è diventato un peso gravoso e il nostro aiuto a titolo libero è un sollievo concreto. La seconda è la nostra flessibilità: non abbiamo pastoie burocratiche, l'allievo può iniziare in ogni momento e il docente è libero di organizzarsi come meglio crede, stimolando entusiasmo e responsabilità. Un terzo fattore è la lezione individuale: concentrarsi sui problemi del singolo permette non solo di col-



## Storia di un Servizio di successo

L'Appoggio scolastico nasce nel 2005 da una felice intuizione del prof. Armand d'Auria, docente di Liceo in pensione, subito sostenuta dall'allora presidente ATTE della Sezione di Lugano Giordano Belloni. Inaugurato il 21 ottobre 2005 con una lezione di matematica, il Servizio è cresciuto costantemente fino a coinvolgere oggi 9 Scuole medie del Luganese.

Il cuore del progetto è l'incontro tra l'esuberanza degli adolescenti e la saggezza dei "giovani pensionati". Non un doposcuola di gruppo, ma un aiuto individuale e mirato: pacchetti di 5 lezioni gratuite destinati a ragazzi che necessitano di un sostegno non reperibile in famiglia. In vent'anni, i numeri testimoniano un impatto sociale straordinario: 1'153 allievi

seguiti per un totale di quasi 8'000 lezioni. Più che un semplice dato statistico, si tratta di un immenso patrimonio di tempo, competenza e dedizione che gli oltre 150 volontari della Sezione hanno donato alla comunità, offrendo un sostegno che per molte famiglie sarebbe stato altrimenti inaccessibile.

### Resilienza e cambiamenti

Il Servizio non si è fermato nemmeno durante la pandemia, grazie a lezioni da remoto che hanno permesso di mantenere saldo il legame tra i volontari bravi in informatica e gli studenti.

Oggi l'Appoggio scolastico vive una fase di rinnovamento. Con l'elezione di Egidio Beltrami alla presidenza dell'ATTE Luga-

nese, il coordinamento passa a Massimo Ravazzini, che raccoglie il testimone dai coordinatori storici: Mario Prati, Flavio Varisco e Paolo Parachini. A loro va il più sentito ringraziamento per anni di militanza dinamica e sensibile.

### Uno sguardo al futuro

Il servizio è attualmente attivo nelle sedi di Barbengo, Besso, Breganzona, Canobbio, Gravesano, Lugano Centro, Massagno, Pregassona e Viganello, grazie a spazi messi a disposizione da enti pubblici e privati (dal Centro diurno ATTE alla Masseria di Porza-Cornaredo). L'auspicio, per il futuro, è che questo modello di successo possa mettere radici anche nelle altre regioni del Cantone.

mare le lacune, ma di restituire al giovane l'autostima necessaria per affrontare la vita. Infine, il fatto di operare in spazi esterni alle scuole, messi a disposizione dalla Città e da vari enti che ringraziamo, fa sì che l'allievo si senta più a suo agio in un ambiente che non ricorda la solita aula scolastica.»

### **Parlando di didattica, quali sono le materie più richieste oggi?**

«Matematica e tedesco restano le più gettonate. Seguono l'italiano – richiesto soprattutto dagli allogglotti – e il francese. È curioso notare come l'inglese sia poco richiesto: credo che i giovani, grazie alla tecnologia e alla musica, riescano a impadronirsi di questa lingua quasi senza sforzo.»

### **Il Servizio è retto da un affiatato "triumvirato". Come vi dividete i compiti?**

«Siamo una squadra perfettamente coordinata. Flavio Varisco – ex docente, classe 1946 – collaboratore dal 2008, gestisce in autonomia l'area di Barbengo e della Collina d'Oro, conoscendo alla perfezione le esigenze del territorio a sud di Lugano. Paolo Parachini – classe 1950 – è invece il nostro responsabile delle relazioni esterne: accoglie le richieste di genitori e docenti e contatta i volontari a cui affidare le lezioni. Tra noi non c'è mai stato il minimo screzio; ci sosteniamo a vicenda e questo clima di amicizia si riflette su tutto il gruppo dei collaboratori. Tuttavia, siamo tutti "anziani" e, dopo anni di impegno gratuito e appassionato, è giunto il momento di lasciare la conduzione a forze più fresche che sapranno certamente onorare questo traguardo dei vent'anni.»

\*\*\*

### **«Grazie maestro», la forza delle testimonianze**

Al di là dei numeri e dei bilanci, la misura del successo dell'Appoggio scolastico sta nelle parole di chi ha vissuto il Servizio in prima persona: ecco alcune voci che raccontano cosa significhi, concretamente, questo ponte tra generazioni:

*«Mio figlio, a causa di una lunga malattia, aveva accumulato lacune in matematica ed era diventato insicuro e ansioso. Grazie al passaparola ho scoperto la possibilità di avere, gratuitamente, un supporto qualificato allo studio: un aiuto prezioso offerto dall'Appoggio scolastico. Fin da subito si è creata una grande empatia. La passione e la chiarezza nelle spiegazioni hanno permesso a mio figlio di recuperare rapidamente, ritrovando sicurezza e persino interesse per la matematica. Oltre alle lezioni, è nata anche una bella amicizia: ci siamo persino scambiati i frutti dell'orto e i pesci pescati da mio figlio!»*  
(Mamma Sonia, ottobre 2025)

*«Caro maestro, la ringrazio di cuore per tutto l'aiuto che mi ha dato in questi anni. Anche se a volte le lezioni sembravano ripetitive, ho capito tanto cose grazie alla sua pazienza e al suo modo di spiegare. È sempre stato disponibile e gentile e questo per me ha significato tanto. Il mio desiderio è averla come mio vero insegnante di matematica a scuola e non solo per le lezioni private. Sarebbe stato bellissimo imparare con lei ogni giorno. Perché io capisco solo quando lei mi spiega. Spero di averla ancora in questi anni. Grazie di tutto. Con tanta gratitudine, Elisabeth».* (aprile 2025)

*Nelle foto: Mara Scaramucci con un'allieva di seconda media, il fondatore dell'Appoggio scolastico Armand D'Auria e Mario Prati autore della poesia*

## **Ode semiseria per l'Appoggio scolastico**

All'Appoggio plaudiamo,  
e i vent'anni festeggiamo,  
nato dall'intuizione  
di Armand ormai in pensione  
col sostegno intelligente  
di Giordano presidente.  
Poca cosa agli albori  
con due sedi quali attori,  
crebbe poi e si estese  
nella plaga Luganese.  
Tutto ciò grazie all'ardore  
di persone di gran cuore  
sempre pronte ad aiutare  
chi fatica a imparare.  
E nemmeno la pandemia  
ha scalfito l'armonia  
dei fedeli al nostro intento  
che da anni, con talento,  
sono pronti a ritornare  
nelle aule a insegnare.  
È pur d'uopo menzionare  
e di cuore ringraziare  
gli enti che, senza compenso,  
e con un piacere immenso  
e con gran sensibilità  
ci permettono l'attività.  
'Na menzion riconoscente  
va ad Achille presidente,  
premuroso e sempre attento  
a seguire ogni evento,  
a Egidio or la bandiera  
per guidar la folta schiera.  
Ne curò la transizione  
l'Albisetti, uom d'azione.  
Orsù andiamo a terminare  
questo nostro rimembrare,  
che' già troppo s'è abusato  
del consesso qui adunato.  
Auguriam doman radiosi  
e successi prestigiosi  
al prezioso sodalizio  
che, a vent'anni dall'inizio,  
con vigore imperituro  
ha fiducia nel futuro.



*Letto in occasione dell'incontro di fine anno ai collaboratori e alle collaboratrici dell'Appoggio scolastico. (28 maggio 2025)*

**L'ATTE è sempre alla ricerca di collaboratori volontari in grado di fare lezione a livello di Scuola media (matematica, tedesco, francese, italiano, inglese). Non è necessaria una formazione specifica, sono però indispensabili buona cultura generale, pazienza, una certa attitudine all'insegnamento non che altruismo. Interessati rivolgersi a:**

**Associazione ATTE, P.za Nosetto 4, 6501 Bellinzona;  
091 850 05 50; [atte@atte.ch](mailto:atte@atte.ch)**

**Sezione ATTE del Luganese, via Beltramina 20 A, 6900  
Lugano; 091 972 14 72; [cdlugano@atte.ch](mailto:cdlugano@atte.ch)**



## 200 franchi bastano? Opinioni a confronto

di Laura Mella

**I**l prossimo 8 marzo saremo chiamati a esprimerci sull'iniziativa popolare "200 franchi bastano!", che propone di ridurre il canone annuo dagli attuali 335 franchi a 200 e di esonerare totalmente le imprese dal pagamento. Il Consiglio federale ha presentato un controprogetto che prevede una riduzione più contenuta (fino a 300 franchi entro il 2029), nel tentativo di conciliare il risparmio per le famiglie con la tenuta del Servizio pubblico.

### La solidarietà interregionale

Attualmente il canone genera circa 1,3 miliardi di franchi: la fetta principale finanzia la SSR, ma il sistema sostiene anche diverse radio e TV private regionali così come l'agenzia di stampa nazionale (ATS). Questo equilibrio è retto dal principio della solidarietà interregionale: poiché i costi per produrre informazione di qualità sono simili in ogni lingua, ma i bacini di utenza sono molto diversi, una parte rilevante del canone raccolto nella Svizzera tedesca viene ridistribuita per sostenere le minoranze. Grazie a questo meccanismo, alla RSI viene destinato circa il 21% del budget nazionale, nonostante un'incasso locale del 4%.

### Il ruolo del Servizio pubblico

Il timore principale, condiviso dai fautori del No, è che un taglio drastico del finanziamento finisca per minare la qualità dell'informazione, l'offerta dei palinsesti e la copertura territoriale, portando a un ridimensionamento delle redazioni regionali e dei servizi per le minoranze. Tutti effetti collaterali che preoccupano anche il Consiglio direttivo e il Comitato cantonale dell'ATTE, secondo i quali la radio e la televisione rappresentano strumenti essenziali per una cittadinanza attiva e inclusiva; fondamentali sì per l'informazione e la cultura ma anche per contrastare l'isolamento sociale, soprattutto nelle zone periferiche.

Dal canto loro, i promotori dell'iniziativa trovano la SSR sovradimensionata e troppo attiva nel settore del cosiddetto "intrattenimento leggero". Per questo motivo mirano a una riforma che ne riduca il raggio d'azione per favorire una maggiore concorrenza e libertà nel mercato dei media privati.

Per capire meglio questi punti di vista, abbiamo posto a due esponenti politici cinque domande, mettendo a confronto le diverse visioni sul futuro del nostro panorama mediatico.

Daniela Calastri-Winzenried  
Oltre l'orizzonte



SalvioniNarrativa

di Daniela Calastri-Winzenried

## Oltre l'orizzonte

È la storia travagliata di Fritz Walthard (1818-1870) pittore eccentrico e imprevedibile, le cui opere sono state esposte all'esposizione nazionale di Zurigo nel 1846.

Grazie alle lettere all'amata Lisa, ai parenti, agli amici e alle autorità è stato possibile ricostruire la sua vita e la sua arte, nata dal bisogno di trovare una pace interiore, difficile da raggiungere nelle condizioni sociali e personali in cui l'artista ha vissuto.

CHF 24.-  
14,8 x 21 cm - 112 pagine

NOVITÀ  
EDITORIALE

**SalvioniEdizioni**

Ordinazioni  
www.salvioni.ch

libri@salvioni.ch  
091 821 11 11

e nelle migliori  
librerie ticinesi



1.

**Quale impatto specifico avrebbe l'accettazione o il rifiuto dell'iniziativa sul finanziamento e sulla qualità dell'offerta del Servizio pubblico radiotelevisivo in tutte le regioni linguistiche della Svizzera?**

Un'accettazione significherebbe la fine di un modello pluridecennale di Servizio pubblico mediatico (privati riconosciuti compresi) basato sull'offerta di un servizio equivalente in tutte le regioni linguistiche. È questa la caratteristica identitaria e irrinunciabile dell'offerta mediatica svizzera. Un punto fisso, un mantra per un direttore quasi storico della RTSI come Marco Blaser; così come per la CORSI, la società cooperativa che rappresenta il pubblico della Radiotelevisione svizzera di lingua italiana.

Dal punto di vista dell'utente, il canone non è un semplice "abbonamento" ad un servizio commerciale, ma l'investimento per un prodotto mediatico, oggi sempre più complesso e sfaccettato, di solidarietà nazionale; che allo stesso tempo soddisfa la dimensione individuale, quella collettiva e sia una finestra sulla comprensione del mondo.

L'accettazione dell'iniziativa non indebolisce il Servizio pubblico essenziale: il testo dell'iniziativa e la chiave di riparto continueranno a garantire un'offerta equivalente in tutte le regioni linguistiche, Ticino compreso. Ciò che cambia è la capacità della SSR di adattarsi a un Paese dove le abitudini di consumo sono mutate: sempre più cittadini, soprattutto giovani, si informano online e con modalità rapide e personalizzate. La SSR invece continua a operare con un modello tradizionale che perde pubblico e rilevanza. L'iniziativa la spinge a modernizzarsi più velocemente, eliminare gli evidenti sprechi e ciò che non è più centrale e concentrarsi su informazione, cultura e coesione nazionale. Il rifiuto significherebbe mantenere una struttura poco flessibile e sempre meno in sintonia con la realtà mediatica attuale.

2.

**Ritiene che il canone radiotelevisivo, nelle sue attuali modalità o nella riduzione proposta a 200 CHF, rappresenti un meccanismo di finanziamento equo e sostenibile sia per le economie domestiche che per le piccole e medie imprese?**

No, proprio non ci siamo. Con 200 franchi avremmo un servizio né carne, né pesce. Perderemmo l'equivalenza già citata; non vi sarebbe più equità tra cittadini svizzeri e i veri perdenti, magari per autogol, saranno i minoritari, linguistici e non.

Sul piatto della bilancia di un'economia domestica ci sarebbe un'ipotetica minor uscita di 27 cts al giorno. Ma poi, questi stessi utenti spenderanno ben di più per abbonarsi a piattaforme commerciali (per lo più estere) o acquistare singoli prodotti. Ma c'è di più: tutto quello che non è commerciale – per esempio, sport minori, teatro, musica o eventi e offerte regionali che esigono un approfondimento e una memoria storica – non sarà più offerto. A maggior ragione nella Svizzera italiana, dalla quale si prelevano con il canone attuale (2024) 50 milioni, ma se ne ricevono 280, grazie alla solidarietà della Svizzera tedesca.



Remigio Ratti, economista e prof. dott., già Consigliere nazionale

Foto [www.moebiuslugano.ch](http://www.moebiuslugano.ch)



Piero Marchesi, deputato al Consiglio nazionale per l'Unione Democratica di Centro

Foto [www.parlament.ch](http://www.parlament.ch)

3.

**In che modo questa iniziativa modificherebbe l'attuale competizione e la pluralità del panorama mediatico svizzero (sia pubblico che privato) in termini di informazione e contenuti culturali?**



Remigio Ratti, economista e prof. dott., già Consigliere nazionale

Foto [www.moebiuslugano.ch](http://www.moebiuslugano.ch)

Con la nuova formula non si potrà più parlare di Servizio pubblico mediatico. Un Servizio pubblico, o è completo e rivolto a tutta la popolazione, oppure non lo è.

Le minoranze e i soggetti minoritari in particolare dovrebbero rendersi conto che giocheranno in serie B. E non si tratta di un timore astratto. Chi vive in una minoranza linguistica sa di essere anche una minoranza di potere. Meno numeri, meno peso politico, meno attenzione. Meno risorse vogliono dire meno produzione propria, meno giornalismo sul territorio, meno approfondimento regionale, meno voce locale. Vogliono dire più contenuti adattati, più dipendenza dall'esterno e maggiori rischi di ogni genere di fake news. Per l'utente italofono, questo equivale a pagare ancora il canone, ma ricevere sempre meno nella propria lingua, nonché lo smantellamento di un migliaio (compreso l'indotto) di posti di lavoro pregiati.

4.

**Qual è il rischio maggiore legato all'accettazione o alla bocciatura dell'iniziativa, e quale soluzione alternativa propone per mitigare tale rischio?**

Il Servizio pubblico mediatico è uno dei pochi strumenti che con il voto popolare contribuiscono a far sentire il cittadino partecipe alla vita democratica e a un federalismo praticato. Democrazie e federalismo sono oggi messi in pericolo dal disordine mondiale presente nella geopolitica e nelle concentrazioni di potere dei giganti dell'economia digitale. La sfida per noi cittadini e le nostre comunità è ormai quella di confrontarci con una subdola e coloniale sudditanza ai media esteri e al mercato. Ridurne drasticamente le risorse provenienti dal canone significa indebolire la nostra sovranità verso l'esterno e rendere la Svizzera più uniforme, meno federale, meno plurale.

Per questo, una sana reazione d'orgoglio non farebbe male, quale risposta allo "specchio per le allodole" rappresentato dal minor costo proposto dall'iniziativa.



Piero Marchesi, imprenditore, deputato al Consiglio nazionale per l'Unione Democratica di Centro

Foto [www.parlament.ch](http://www.parlament.ch)

L'iniziativa favorisce un ecosistema più aperto, dove la SSR continuerà ad avere un ruolo centrale ma non più esclusivo. Con un budget futuro di oltre 800 milioni potrà concentrarsi sul suo mandato essenziale, mentre altri media potranno contribuire a una maggiore pluralità informativa. È necessario, perché molti cittadini rilevano un'informazione sbilanciata a sinistra su temi sensibili: immigrazione, clima e temi societari. Una piattaforma collaborativa permetterebbe anche ad altri attori – regionali e privati – di partecipare alla produzione di contenuti. In Ticino, Teleticino dimostra che si possono offrire più dibattiti e confronto pur con risorse molto inferiori. L'iniziativa permette di aprire finalmente questo spazio.

Il vero rischio è la bocciatura: significherebbe continuare con un modello che non riflette più il modo in cui gli svizzeri si informano e che molti percepiscono come poco pluralista, spesso sbilanciato a sinistra su temi cruciali. L'approvazione invece spinge la SSR a riorganizzarsi, innovare e focalizzarsi sul proprio nucleo: informazione, cultura e coesione nazionale. Per evitare criticità nella transizione basta stabilire chiaramente che il canone debba finanziare solo ciò che è servizio pubblico, lasciando l'intrattenimento a modelli opzionali. Aprire spazi di collaborazione con altri media garantirebbe un'informazione più equilibrata, moderna e vicina alle diverse sensibilità del Paese.



5.

**Il dibattito organizzato dalla CORSI a novembre intitolato “Il prezzo nascosto del taglio del canone” solleva il timore di conseguenze che vanno oltre il bilancio della SSR. Qual è il costo indiretto che i cittadini pagherebbero in caso l’iniziativa passasse o fosse bocciata?**

La voglia d’essere dei mezzi di comunicazione di Servizio pubblico resta tuttora intatta. Le aziende della SSR hanno recepito gli aspetti critici e le sfide del loro futuro e stanno rispondendo: reinventandosi, per garantire media indipendenti, coesione sociale, politica e culturale e investendo in piattaforme digitali e formati innovativi all’altezza delle nuove forme di fruizione online. Inoltre, per ordinanza del Consiglio federale il canone scenderà da 335 a 300 franchi entro il 2029; con un impatto complessivo del 17% sul budget della SSR che metterà a dura prova tutto il sistema.

Andare oltre sarebbe come togliere una ruota a un’automobile. Renderla un triciclo rispetto alle offerte a quattro ruote di un mercato predatore, quello delle piattaforme dei tecno-oligarchi d’oltre oceano e di chi all’interno del Paese, coscientemente o meno, rientra in questo gioco.

Con dieci relatori contrari e solo due favorevoli, quello della CORSI non è stato un dibattito, ma una comizio. La prova che il sistema attuale fatica a garantire equilibrio e apertura. Il “prezzo nascosto” dell’iniziativa sarebbe una riorganizzazione naturale, simile a quella che molte altre realtà hanno affrontato per adattarsi ai tempi. Il costo della bocciatura, invece, è continuare a finanziare un modello sempre meno rappresentativo. L’iniziativa apre finalmente la possibilità di coinvolgere più attori nell’informazione pubblica e di rendere la SSR più moderna, pluralista e realmente vicina alla società. Oltre che meno costosa per i cittadini.



# Il diritto di non sapere?

di Giampaolo Cereghetti

In un'epoca in cui sempre più persone invocano "buone notizie" per iniziare la giornata senza ansie o disagi, ascoltare che il mondo è pieno di conflitti, disuguaglianze e catastrofi può apparire come un peso eccessivo. Dalla saturazione emotiva nasce così una richiesta implicita: non tanto di essere meglio informati, quanto di schermarsi, di sottrarsi all'urto della realtà. È la tentazione di rivendicare un diritto a non sapere, o quantomeno a scegliere ciò che non disturba.

Ascoltando una trasmissione radiofonica andata in onda sul finire dell'anno 2025, ho avuto l'impressione che questo disagio reale – la stanchezza di fronte a un flusso continuo di cattive notizie – venisse trasformato quasi impercettibilmente in una legittimazione culturale della chiusura. Le voci del pubblico, come spesso accade in questi contesti, erano spontanee ma approssimative; più sorprendente è stato sentire una figura esperta in filosofia della comunicazione farsi interprete di questa stanchezza, presentandola come un fenomeno quasi fisiologico, se non addirittura giustificabile. Che l'esposizione continua a notizie drammatiche possa generare affaticamento, paura o rifiuto è un dato umano comprensibile. Il punto critico non sta

qui. Il nodo vero è il passaggio – sottile ma decisivo – dal riconoscimento di una fatica emotiva alla giustificazione di una rinuncia cognitiva. Quando il disagio diventa criterio di selezione delle realtà, qualcosa si incrina, non solo sul piano informativo, ma anche su quello civile.

---

Quando il disagio diventa criterio di selezione delle realtà, qualcosa si incrina, non solo sul piano informativo, ma anche su quello civile.

---

L'informazione non è un intrattenimento opzionale. Non è un sottofondo da accendere o spegnere a seconda dell'umore. In una democrazia – e a maggior ragione in una democrazia diretta come quella svizzera – essa costituisce una precondizione della cittadinanza. Senza conoscenza



Stannah

## La tua casa, la tua libertà.

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.

✚ Eccellente qualità di servizio in tutta la Svizzera.

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



della realtà non vi è giudizio; senza giudizio, non vi è scelta; senza scelta, non vi è responsabilità. Hannah Arendt lo aveva formulato con lucidità implacabile, osservando che "il suddito ideale dei regimi autoritari non è il fanatico, ma colui per il quale la distinzione fra vero e falso non ha più importanza" (*Le origini del totalitarismo*, Einaudi, 2009). Rinunciare alla realtà, anestetizzarla o edulcorarla sistematicamente, non è mai un gesto neutro.

---

Non si corregge una cattiva informazione smettendo di informarsi; la si corregge esigendo informazione migliore. In caso contrario, il rischio è di vivere in una società in cui tutto scorre, evapora, compresa la responsabilità verso l'altro.

---

Certo, i media hanno le loro responsabilità. Il sensazionalismo, la ripetizione ossessiva delle stesse immagini, la personalizzazione emotiva del dolore contribuiscono a una percezione distorta e talvolta paralizzante del mondo. Ma la risposta a questi limiti non può essere la fuga. Non si corregge una cattiva informazione smettendo di informarsi; la si corregge esigendo informazione migliore: più rigorosa, più contestualizzata, più

onesta. In caso contrario, il rischio è quello che Zygmunt Bauman ha descritto come una società in cui tutto scorre, tutto passa, tutto evapora, compresa la responsabilità verso l'altro (*Modernità liquida*, Laterza, 2002; *La società dell'incertezza*, Il Mulino, 1999).

Vi è poi un aspetto etico che raramente viene evocato. Ascoltare le cosiddette "brutte notizie" non è solo un atto di conoscenza, ma anche un esercizio di attenzione. Simone Weil scriveva che "l'attenzione è la forma più rara e più pura della generosità" (*Attesa di Dio*, Adelphi, 2024). Prestare attenzione al dolore, all'ingiustizia, alle crisi che colpiscono altri esseri umani significa riconoscere che il mondo non coincide con il nostro benessere immediato. Significa accettare che vivere in società comporta esposizione, inquietudine, talvolta disagio. Ma è proprio da questa inquietudine che possono nascere la solidarietà, l'azione, la scelta politica consapevole.

Trasformare invece la stanchezza in alibi culturale, la chiusura in diritto, la sottrazione in forma di autodifesa legittimata, è un passo ulteriore e pericoloso. È l'illusione di potere restare cittadini senza restare informati, partecipi senza essere toccati, democratici senza assumere il peso del mondo così com'è.

Non si tratta di glorificare il pessimismo né di invocare un'informazione cupa e martellante. Si tratta di difendere un principio di realtà. Di ricordare che conoscere anche ciò che disturba non è un esercizio di masochismo, ma una condizione della libertà. Senza questa disponibilità a guardare il mondo per quello che è, la democrazia rischia di ridursi a un guscio rassicurante, forse, ma sempre più fragile.



## “Chi ha tempo non aspetti tempo!” Ma la Tecnologia ci favorisce?

di Loris Fedele

**S**e avete tempo parliamo di tempo. No, non di quello meteorologico, sarebbe troppo facile e magari anche noioso. No, no: parliamo del Tempo, quello che misuriamo con l'orologio. Sappiamo davvero definirlo? Cos'è il tempo? Filosofi, poeti e scienziati l'hanno studiato e propongono le loro risposte. “Se nessuno me lo chiede, so cosa è il tempo, ma se mi chiede di spiegarlo, non so che dire”, sono parole di sant'Agostino, scritte nel IV secolo nelle sue Confessioni. I volontari ATTE, in un volantino che ne reclamizzava l'utilità e l'importanza, venivano definiti “donatori di tempo per scambio di benessere”. Quindi il tempo è un dono prezioso, il tempo è benessere! È difficile trovarne una definizione. Ma in fondo sappiamo cosa è, perché lo viviamo, perché abbiamo la consapevolezza del passato e del futuro: la memoria per ciò che è stato e l'attesa per quello che potrà succedere. Quindi il tempo esiste. Einstein, all'inizio del secolo scorso, lo ha addirittura fuso con lo spazio, per creare uno “spazio-tempo” a quattro dimensioni. La “relatività”, grande rivoluzione della fisica moderna, è completamente imperniata sul tempo. Per cercare di parlare in termini comprensibili possiamo dire che: se possiamo identificare lo spazio come un ordine di oggetti materiali, possiamo identificare il tempo come un ordine possibile di avvenimenti.

### Non è più il tempo di una volta

Al di là delle definizioni, “che lasciano il tempo che trovano”, in effetti il tempo riusciamo a coglierlo solo in termini di evoluzione e cambiamento. Nel mondo tecnologico di oggi possiamo proprio dire che non c'è più il tempo di una volta. Abbiamo velocizzato certi processi, credevamo di aver guadagnato più tempo con la tecnologia, ci sembrava che l'avessimo conquistato con spazi più lunghi da riempire. Ma nella realtà quotidiana forse non è finita così. Abbiamo il computer, il telefonino e il tablet. L'orologio tradizionale, quello che segna solo l'ora, per molti di noi, soprattutto giovani, è sostituito con gli smartphone. Usando questo tipo di tecnologia modifichiamo il nostro tempo. Sappiamo bene che ogni minuto della nostra giornata è un tempo che non torna, e allora cerchiamo di fermarlo, magari per recuperarlo più tardi. Se la televisione durante la giornata, mentre abbiamo un altro impegno, trasmette qualcosa che ci interessa vedere, ne programmino la registrazione. Pensiamo così di vedere quell'avvenimento in un altro momento, quando avremo tempo, magari addirittura il giorno dopo. Quasi senza accorgerci con questa azione noi modifichiamo il nostro tempo e in pratica la nostra vita:

perché mentre tralasciamo una cosa, visto che la tecnologia ce lo permette, ne facciamo molte altre. Così, pur facendo più cose, non abbiamo più tempo. Non sempre riusciamo a recuperare le cose lasciate e, nel caso in cui riuscissimo a recuperarle, lo facciamo a scapito di qualcosa d'altro perché il tempo fugge e non ne abbiamo abbastanza. Allora, la promessa di maggior tempo libero datami dalla tecnologia è stata tradita? O forse siamo noi che ci siamo illusi di comandare il tempo con le nostre macchine? Il fatto è che scandiamo la giornata con le nostre azioni, ma la dimensione vera del tempo ci sfugge completamente.

### Tempo perso o guadagnato?

In qualche occasione siamo riusciti a trovare una tecnologia che ci fa risparmiare tempo: è il caso della lavatrice, per esempio. Grande invenzione! Lavare a macchina ci fa risparmiare molta fatica, e ben venga! Ma in termini di tempo ci abbiamo guadagnato? Ne dubito. Ogni momento ricarichiamo la macchina per lavare di più. Quel tempo risparmiato si allunga: laviamo anche più del necessario, stiriamo di più e alla fine abbiamo meno tempo. In questo caso la colpa non è della tecnologia, ma nostra, è colpa della nostra scelta. L'esempio è forse un po' banale, ma è significativo del comportamento e mette l'accento sull'uso che facciamo della tecnologia. L'arrivo del computer, di Internet e degli smartphone ha cam-

---

Ci illudiamo di essere più veloci scrivendo messaggi, ma abbiamo perso la ricchezza di una telefonata, capace di dire molto di più in pochi minuti di quanto riusciremo mai a digitare.

---

biato il modo di vivere nei paesi industrializzati, e non solo. Il nostro tempo viene stabilito dal tempo che oggi regaliamo ai social network. Quel tempo che pensavamo di guadagnare con la tecnologia lo stiamo spendendo per alimentare la tecnologia. Usando a dismisura lo smartphone i giovani lavorano per conto terzi senza accorgersi. Forniscono contenuti: con i messaggi, con le fotografie, con le chat, e qualcun altro ci guadagna a scapito del loro e del nostro tempo. Davvero passiamo troppo tempo a essere collegati

---

Possiamo scaricare con un clic centinaia di pagine di informazione, ma il tempo di leggerle per noi è lo stesso di sempre. Abbiamo inventato tecnologie per rispondere a diversi bisogni, tra i quali il bisogno di tempo. Ma il tempo è nostro e faticiamo a gestirlo.

---

con amici, con parenti e con il mondo? Forse sì e forse no. Ma non credo abbia molto senso il volerlo quantificare a tutti i costi. È la nostra vita, che è cambiata con la tecnologia. Nel momento in cui riceviamo un messaggio da qualcuno entriamo in una modalità dell'impiego del nostro tempo. È bello, a prescindere dal luogo dove siamo, lasciare un messaggio sapendo che prima o poi verrà letto, e al quale il destinatario risponderà nei tempi e nei modi che vorrà, gestendo asimmetricamente il suo tempo e il nostro. Ci sembra di aver guadagnato tempo e invece, paradossalmente, questa tecnologia ci ha rallentato. Se avessimo fatto subito una telefonata tradizionale diretta, simmetrica, ci avremmo impiegato di meno e avremmo detto più cose al minuto di quelle che riusciamo a digitare sul telefonino o sul computer, anche se siamo molto veloci a scrivere. L'utilità della comunicazione asimmetrica non si discute, ma in termini di tempo si perde. Si perde anche il valore e la qualità dell'informazione, perché la nuova tecnologia ci impone di usare poche parole, di mandare messaggi brevi e concisi. Finiamo per usare poche parole e sempre quelle. La lingua si impoverisce e perdiamo i contenuti.

### **Più veloci ma senza tempo**

Anche nell'apprendimento la volontà di voler accorciare i tempi nasconde molte insidie. Guardando alla miriade di prodotti preconfezionati che la rete ci propone, succede che per mancanza di tempo siamo propensi a delegare ad altri l'approfondimento delle notizie. In pratica ci deresponsabilizziamo. Un altro pericolo sta nel credere che tutte le informazioni che troviamo nella rete o nei social siano vere. È difficile distinguere la qualità delle fonti. Tutte le informazioni sono messe sullo stesso piano, con grafica si-



mile, che siano vere oppure false. Chiunque, o quasi, le può mettere in rete. Questo ci porta alle "fake news", le post-verità false, di cui si continua a parlare, ma alle quali è impossibile porre rimedio. Se poi la notizia non porta la data è difficile capire se è fresca o passata. Tutto è come se fosse successo adesso e si perde la prospettiva temporale. Il tempo! Di nuovo! Un'ultima cosa: i prodotti tecnologici sono sostituiti con altri prodotti a ritmo incalzante, spesso per ragioni di mercato. Ci capita di non riuscire a stare al passo. Possiamo scaricare con un clic in pochissimo tempo centinaia di pagine di informazione, ma il tempo di leggerle per noi è lo stesso di sempre. Abbiamo inventato tecnologie per rispondere a diversi bisogni, tra i quali il bisogno di tempo. Ma il tempo è nostro e faticiamo a gestirlo. Sulla gestione individuale del tempo mi viene sempre in mente un passo del libro "Il Piccolo Principe" di Antoine de Saint-Exupéry, dove il piccolo principe incontra in una zona desertica un mercante di pillole perfezionate che riducono la sete. Se inghiottite una alla settimana riducono il bisogno di bere, facendo risparmiare 53 minuti di tempo. *"E cosa se ne fa di questi minuti?" "Se ne fa quel che si vuole". "Io – disse il principe – se avessi 53 minuti da spendere camminerei adagio adagio verso una fontana..."* Una cosa è certa, se deleghiamo ciecamente la gestione del tempo alla tecnologia rischiamo di farci male.

# Sportello Digitale

Uno spazio di incontro personalizzato e gratuito, dove si può trovare assistenza, chiedere informazioni e ottenere un supporto per l'uso di smartphone e tablet.

**Aperture gennaio - marzo 2026**



## **Centro Diurno ATTE Lugano**

Lunedì 14:30- 16:30

**Gennaio: 12 - 19 - 26**

**Febbraio: 2 - 9 - 23**

**Marzo: 2 - 9 - 16 - 23 - 30**

## **Centro Diurno ATTE Chiasso**

Venerdì dalle 14:00 alle 16:00

**Gennaio: 16 - 23 - 30**

**Febbraio: 6 - 13 - 27**

**Marzo: 6 - 13 - 27**

## **Segretariato Cantonale ATTE**

Giovedì 14:00 - 16:00

Piazza Nosetto 4, Bellinzona (2° Piano)

**Gennaio: 22**

**Febbraio: 12**

**Marzo: 12**

## **Centro Diurno ATTE Bellinzona**

Lunedì 14:00 - 16:00

**Gennaio: 19**

**Febbraio: 2**

**Marzo: 16 - 30**

## **Comune di Gambarogno**

**Martedì 27 gennaio**

Biblioteca comunale San Nazzaro 14:30-16:30

**Martedì 24 febbraio**

Biblioteca comunale San Nazzaro 14:30-16:30

**Giovedì 26 marzo**

Centro Rivamonte Quartino dalle 14:00

Abbinato a conferenza

## **Centro Diurno ATTE Locarno**

Lunedì 14:00 - 16:00

**Gennaio: 12 - 26**

**Febbraio: 9 - 23**

**Marzo: 2 - 16 - 30**

## **Centro Diurno ATTE Biasca**

Dal lunedì al venerdì su appuntamento

Prenotarsi chiamando lo 091 862 43 60

## **Alta e media Leventina**

Dal lunedì al venerdì su appuntamento

Prenotarsi chiamando lo 079 615 21 47

Grazie a:

Scopri le guide dedicate sul nostro sito

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



Quante volte negli ultimi anni abbiamo pensato o sentito pronunciare frasi del tipo: "Con la tecnologia sono una frana!", "App e mica app, cosa vuoi che imparo alla mia età!", "Cellulari, QR Code, distributori automatici... è diventato tutto troppo complicato!"? Probabilmente molte. L'irruzione che le nuove tecnologie hanno fatto nel nostro quotidiano e la velocità con cui esse cambiano nel tempo hanno infatti generato, e generano tuttora, una certa frustrazione, soprattutto in chi non è un cosiddetto nativo digitale. Nessuno, tuttavia, nasce imparato, come ha ben sottolineato Daniele Raffa, CEO di Handy System e membro del Comitato cantonale ATTE, in occasione del convegno "Biologia della Longevità", tenutosi a Mendrisio il 14 settembre scorso. Secondo Raffa le difficoltà degli anziani con i dispositivi elettronici sono dovute più a una mancanza di consapevolezza di come questi strumenti funzionano che non a un reale limite di apprendimento legato all'età. «Oggi – ha ricordato l'esperto in formazione tecnologica per gli anziani – il 30% della popolazione europea ha più di 65 anni. Nonostante non siano "nati digitali", si trovano a confrontarsi quotidianamente con la tecnologia, ormai onnipresente. Osservando i dati, scopriamo che tra i 65 e i 74 anni, il secondo dispositivo più usato dopo la televisione è lo smartphone. Inoltre, oltre il 75% degli over 65 usa regolarmente Internet, con un forte utilizzo di piattaforme come WhatsApp, Facebook e Instagram. Questi dati dimostrano che l'anziano vuole e sa interagire con il digitale. Il nostro compito, come formatori, familiari e sviluppatori, è quello di aiutarlo a superare il "muro" della paura e della diffidenza.» Come? Innanzitutto cambiando approccio.

## Andare oltre i grandi bottoni

Per ribaltare il paradigma tradizionale, occorre smettere di chiedere all'utente di adattarsi alla tecnologia e pretendere che sia lo strumento a modellarsi sui suoi ritmi. Questo significa ripensare lo sviluppo di app e interfacce partendo da una terminologia chiarificatrice, che sostituisca i tecnicismi con un linguaggio quotidiano capace di spiegare con semplicità concetti come *link* o *download*. Un *design* davvero inclusivo deve garantire caratteri leggibili e, soprattutto, tempi di reazione che non mettano fretta, permettendo a chiunque di leggere e comprendere senza ansia. Quando l'interfaccia si lascia personalizzare, l'utente smette di sentirsi un ospite e acquisisce un prezioso senso di controllo.

Tuttavia, l'innovazione tecnica deve essere sostenuta da una formazione profondamente umana. L'efficacia dell'apprendimento passa per piccoli gruppi o supporti individuali, ambienti accoglienti

dove il timore del giudizio svanisce. In questo contesto, il ruolo di familiari e formatori è cruciale: non devono sostituirsi all'anziano risolvendo i problemi al posto suo, ma incoraggiarlo a compiere l'operazione in prima persona. Solo attraverso l'azione diretta la tecnologia cessa di essere un ostacolo e diventa uno strumento di vera autonomia.

## Sbagliando si impara

Dal canto suo, l'anziano deve giocare un ruolo attivo in questo processo di alfabetizzazione, superando il senso di inadeguatezza e pretendendo chiarezza. Non bisogna arrendersi di fronte alla terminologia tecnica; al contrario, è essenziale insistere affinché ogni termine, dal *link* al *cloud*, venga spiegato con cura, poiché solo la comprensione profonda delle parole permette di padroneggiare i passaggi operativi senza sentirsi smarriti.

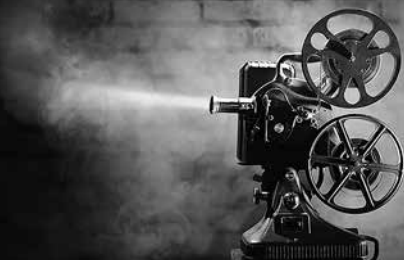
---

La capacità di apprendere non scompare con l'età. Studi recenti di neuroscienze confermano che il cervello mantiene la sua neuroplasticità, ovvero la capacità di creare nuove connessioni, anche in età avanzata.

---

È altresì fondamentale affrontare il digitale con uno spirito nuovo, liberandosi della paura di sbagliare: l'errore non deve essere percepito come un fallimento personale, ma come un passaggio naturale verso la competenza. In questa sfida, la scelta dei contesti giusti è determinante. Cercare spazi di formazione dedicati, come gli sportelli digitali, garantisce un'atmosfera rilassata e un'attenzione personale che protegge dal timore del giudizio. Infine, l'elemento chiave per una reale conquista tecnologica resta l'azione diretta. Anche quando il supporto arriva da un familiare, l'anziano deve rivendicare la propria autonomia, evitando che altri risolvano i problemi al posto suo. Solo attraverso l'esecuzione materiale dell'operazione, si possono memorizzare le procedure, conquistando così l'indipendenza digitale.

Del resto, le neuroscienze parlano chiaro: la capacità del cervello di rigenerarsi e apprendere non ha una data di scadenza. Studi recenti dimostrano che la plasticità neuronale resta una risorsa preziosa fin dentro gli 80 anni. Non ci sono scuse. Se lo si desidera, è sempre possibile imparare.



© Lucky Red / Jafar Panahi Prod

## Jafar Panahi, il regista che sfida le censure

di Marisa Marzelli

**D**opo aver ottenuto in maggio la Palma d'oro a Cannes, il film *Un semplice incidente* del regista iraniano Jafar Panahi è stato presentato, con grande successo, l'anno scorso durante il Festival di Locarno nella serata di Ferragosto in Piazza Grande. Nella stagione autunnale è poi uscito anche nelle sale ticinesi.

*Un semplice incidente* è uno dei titoli più citati a proposito della prossima stagione di premi internazionali, che culminerà in marzo con l'assegnazione degli Oscar. Il lavoro di Panahi si è già aggiudicato due premi (miglior film e miglior regista) agli Asia Pacific Screen Awards; tre premi ai Gotham Awards a New York (miglior film internazionale, regia e sceneggiatura originale); ha candidature ai Golden Globes e ai Premi del cinema europeo. Agli Oscar è stato candidato dalla Francia (Paese coproduttore, e non è la prima volta che un cofinanziatore estero offre a film e registi dalla vita travagliata di competere sotto la propria bandiera). Se *Un semplice incidente*, che è già entrato nella lista ristretta di candidati, sarà ammesso nella cinquina finale per la statuetta di miglior film internazionale non è escluso che riceva altre nomination indipendentemente dalla nazionalità del film e dell'autore.

Mentre a livello internazionale il più recente film di Panahi ha raccolto ampi apprezzamenti e il regista si sposta nel mondo per promuovere la sua opera, in dicembre l'Iran ha deciso di condannarlo in contumacia per "attività di propaganda" contro lo Stato. Panahi ha dichiarato di non aver mai pensato di lasciare il suo Paese per rifugiarsi altrove. Resta il fatto che, se torna, dovrà come minimo girare di nuovo i suoi film in clandestinità. Nel 2010 era già stato condannato a sei anni di carcere, più un divieto di girare film per vent'anni, rilasciare interviste o viaggiare all'estero. Se l'era cavata con un paio di mesi passati dietro le sbarre, prima di essere rilasciato su cau-

zione. Ma aveva continuato a lavorare di nascosto e facendo uscire clandestinamente dall'Iran il materiale filmato. Arrestato di nuovo nel 2022, si era fatto sette mesi in prigione prima di iniziare uno sciopero della fame che aveva convinto le autorità a liberarlo.

Jafar Panahi, nato nel 1960, ha lavorato come assistente alla regia del connazionale Abbas Kiarostami, il più famoso regista iraniano tra gli anni 1990 e 2000. Nel '95, con l'opera prima *Il palloncino bianco* Panahi ha vinto la Caméra d'or a Cannes; nel '97 il Pardo d'oro a Locarno con *Lo specchio*; nel 2000 il Leone d'oro a Venezia con *Il cerchio*; nel 2015 l'Orso d'oro a Berlino per *Taxi Teheran*. Si contano su una mano sola i registi internazionali vincitori del massimo premio ai tre maggiori Festival europei.

Panahi sostiene di non fare cinema politico ma sociale. È noto che, storicamente, il cinema d'autore nei Paesi con regimi autoritari tende a raccontare storie metaforiche, allusive, da interpretare, sperando così di sfuggire almeno in parte alle maglie della censura. Ma ultimamente Panahi sta cambiando rotta. In *Un semplice incidente* non parla tanto del presente quanto dello sperato futuro, quando il regime sarà caduto. Nel film immagina un gruppetto di ex-detenuati politici che credono di aver individuato un loro aguzzino. Credono (dalla voce, dalla protesi a una gamba), perché in prigione erano sempre bendati e non l'hanno mai visto in faccia. Che fare? Vendicarsi o passare oltre? Questo il dilemma morale del film che, essendo appunto ambientato in un futuro libero, può permettersi di non essere solo drammatico ma di smarginare a volte nella commedia.

Se agli Oscar *Un semplice incidente*, come è probabile, vincerà premi importanti, pensate alla storia complicata del film, che non va giudicato solo per il suo valore formale.

# Geometrie e paradossi di M.C Escher

**All'artista olandese il Mudec di Milano ha dedicato una mostra che rimarrà allestita fino all'8 febbraio**

di Claudio Guarda

**M**aurits Cornelis Escher (1898-1972), olandese di origine, è una figura assai singolare d'artista per più motivi. Perché ad inizio di secolo scorso, quando per chiunque volesse dedicarsi all'arte era inderogabile soggiornare almeno qualche mese a Parigi o a Vienna, lui va controcorrente e si reca in Italia, a Roma, dove mette su famiglia e vive per quattordici anni. Non solo, anche per via delle tecniche: mentre di solito la scelta dei candidati artisti è tra pittura o scultura, egli si orienta e poi opera con tecniche normalmente considerate complementari e un poco anche desuete, ma in recupero proprio in quei decenni, quali incisioni, litografie e xilografie. A proposito delle quali va però subito detto che non si può non ammirarne (cosa che ha sempre colpito l'osservatore) la grande perizia tecnica e la sua indubbia maestria. Ma, forse, la ragione più vera sta nel fatto che, battendo strade diverse, egli non solo mette a fuoco un suo stile molto personale (si vedano i suoi paesaggi d'Italia), ma realizza pure un complesso di opere non di rado intriganti e sorprendenti che sollecitano interrogativi e curiosità nell'osservatore, il quale poi non le dimentica. Ne sono prova, da una parte, l'interesse che esse suscitano in ambito accademico e scientifico, come evidenziato anche dalla rassegna milanese; dall'altro, la popolarità che, soprattutto negli Stati Uniti, viene data alle sue opere dal movimento hippy che se ne appropria e trasforma



l'artista in un geniale illustratore di copertine, magliette e poster. Rimane in sospeso una domanda che si fa sempre più insistente tanto più si avanza nell'analisi della sua produzione: dove ci porta questa sua arte? Cosa ci dicono questi suoi e soggetti e temi non di rado enigmatici o paradossali che non ci lasciano e continuano a frullare nella mente?

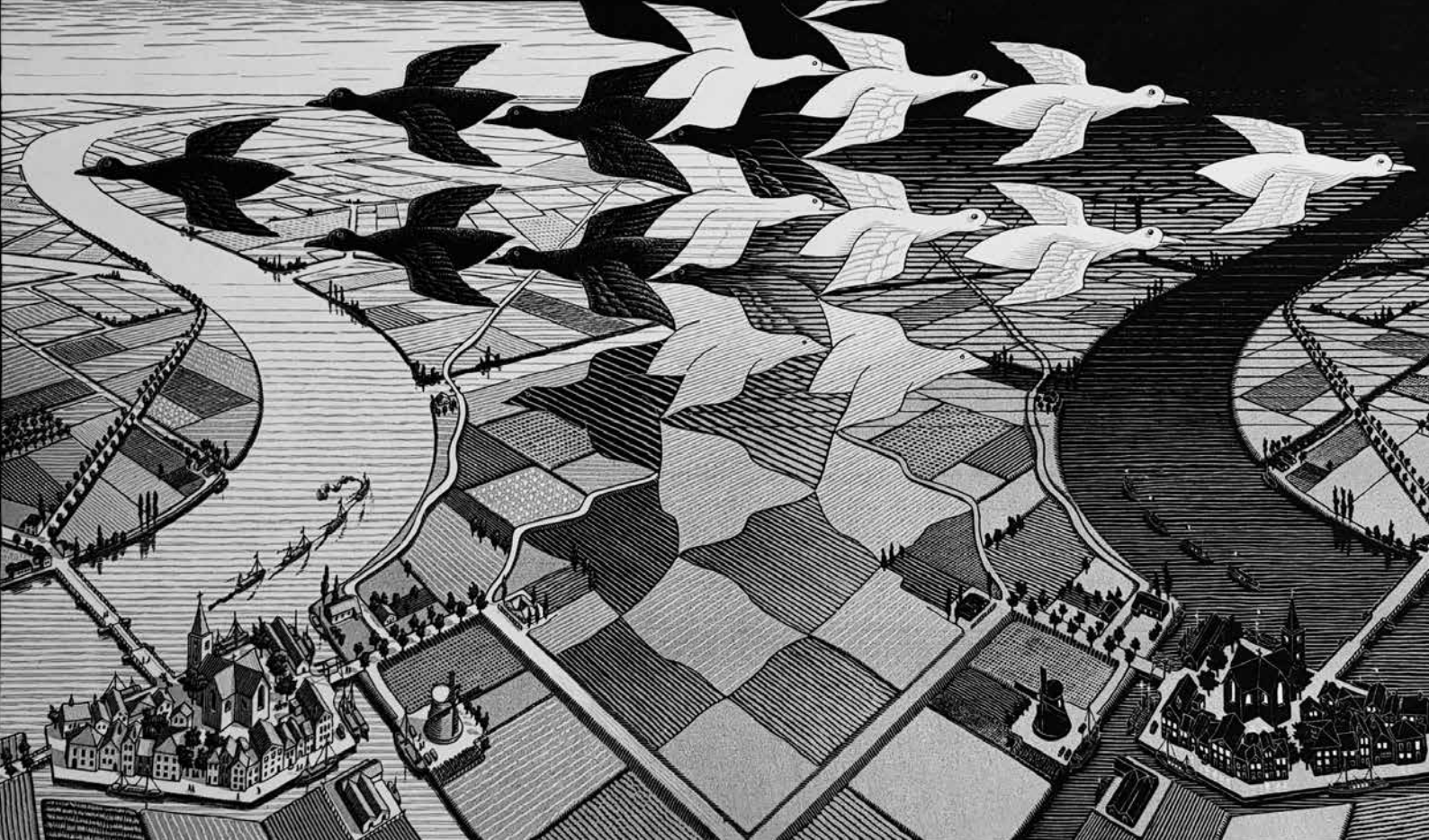
## La grafica d'arte

Ma torniamo indietro. Nato a Leeuwarden, in Olanda, Maurits Cornelis Escher si forma alla Scuola di Architettura e Arti Decorative di Haarlem dove, messa da parte dopo un anno l'idea di diventare architetto (ma la cosa non è irrilevante, basti guardare la sua produzione) opta per quella di grafico e illustratore. Ed è lì che un suo insegnante – Samuel Jessurun de Mesquita (1868 - 1944), esponente del movimento Art Nouveau olandese – notando la sua abilità disegnativa, lo incoraggia a dedicarsi alla grafica d'arte. Da quel momento acqueforti, incisioni, serigrafie e litografie contraddistinguono il corso della sua vita artistica. Ma già nei suoi primi lavori, a confronto con l'Art Nouveau – elementi di natura dalle forme sinuose e dagli eleganti ornamenti fluidificanti che si librano nello spazio libero – nelle opere di Escher è tutto molto ordinato: alberi, fiori e insetti tendono già a disporsi in composizioni studiate, geometrizzate e simmetriche. Una volta poi trasferitosi in Italia, dal 1922 al 1935, il suo interesse si concentra soprattutto sul paesaggio sia naturale che urbano: dalle grandi piazze rinascimentali e barocche ai paesi arroccati sulle colline appenniniche colti però da prospettive scor-

arte

*Sopra: M.C. Escher inchiostro la matrice di Cavalieri, 1946. A sinistra, M.C. Escher Scilla, Calabria, 1931, litografia, L'Aia, Kunstmuseum Den Haag*  
All M.C. Escher works © 2025 The M.C. Escher Company. All rights reserved.  
[www.mcescher.com](http://www.mcescher.com)





M.C. Escher, *Giorno e notte*, 1938, xilografia, L'Aia, Kunstmuseum Den Haag. All M.C. Escher works © 2025 The M.C. Escher Company. All rights reserved. [www.mcescher.com](http://www.mcescher.com)

ciate che si fanno sempre più ardite, con vedute che spaziano verso orizzonti lontani. Escher non si limita però a riprodurre il dato naturale, poco alla volta immette in queste vedute paesaggistiche un distanziamento geometrico-strutturale che le trasfigura, in cui luce e ordine spaziale giocano un ruolo decisivo. Costringendo i diversi paesaggi dentro una compatta griglia formale, le sue vedute diventano luoghi mentali, costruiti con precisione e rigore. Lo si veda in *Scilla - Calabria*, una litografia del 1931 in cui il paesaggio, grazie a uno zoom dai bordi oscuri, sembra emergere dal buio di un tunnel o da un cannocchiale: precisissimo nelle sue forme geometrizzate, tanto dei piani terrazzati quanto di case e di vie, ma anche con una pluralità di punti di vista che lo rendono mobile, quasi una fusione di elementi impossibile da cogliersi in un solo colpo d'occhio.

### L'illusione prospettica

L'esperienza italiana sarà fondamentale nella storia di Escher, non solo perché vi tiene le sue prime mostre – a cominciare da quella del '26 niente-meno che a Palazzo Venezia – ma perché porta l'esperienza visiva fino ai limiti della forzatura. Come nella celebre lito *Mano con sfera riflettente*, vero e proprio giro di boa con il quale marca l'individuazione e la visualizzazione di una problematica che diventerà poi centrale nella sua poetica. Siamo nel 1935, quello stesso in cui, preoccupato per la salute dei figli e il deteriorarsi del clima politico, la famiglia Escher decide di lasciare l'Italia e trasferirsi dapprima in Svizzera (paese della moglie), a Château-d'Œx. Ci resterà per un paio di anni e realizzerà lì la sua prima "meta-

morfosi", una raffinatissima xilografia del 1937 intitolata *Natura morta e strada*, ricordo forse di un suo precedente soggiorno a Savona, mentre osservava Via Orefici dalla finestra della sua camera. Grazie a un'illusione prospettica la strada sembra entrare nella stanza, mondo interno ed esterno si fondono, senza alcuna soluzione di

---

**Non vi è più un centro, né un sopra, un sotto, un prima o un dopo. In molte delle opere di Escher non esiste una direzione privilegiata da cui iniziare a guardare: è lo spettatore, non l'opera, a determinare il senso del percorso.**

---

continuità. È l'inizio della grande svolta. Ed ecco che il dentro è anche fuori, e il fuori si fonde con il dentro. Questo grazie anche alla progressiva scalarità degli oggetti che, crescendo, passano dalla scatoletta per fiammiferi in primo piano ai volumi grandi come una casa messi in doppia fila. Questa fusione tra il livello stradale e lo spazio interno crea una disorientante illusione spaziale che disarticola le consuete forme della rappresentazione prospettica e diventerà poi una caratteristica distintiva dell'arte di Escher.



Lasciata la Svizzera, si trasferirà per cinque anni in Belgio, nei pressi di Bruxelles, che lascerà nel 1941, a seguito dell'invasione tedesca, per tornare in Olanda. Il radicale cambiamento del paesaggio dei Paesi Bassi, soprattutto visto dall'alto nei suoi appezzamenti, e l'influsso dell'arte islamica, in particolare dell'Alhambra di Granada rivisitata nel 1936, convinceranno Escher ad andar ancor più oltre nella rappresentazione di paesaggi o di edifici. Come nella silografia del '38, il *Giorno e notte*, tutta costruita in forme simmetriche e speculari esattamente a partire dal vertice di quella scacchiera di campi che vediamo a metà della parte bassa. A partire da quel vertice, man mano che si sale con lo sguardo, i quadrati della scacchiera si muovono e deformano, assumono vaghe forme intermedie fino a configurarsi come uccelli in volo, poi più precisamente come anitre volanti, bianche da una parte nere dall'altra. Quelle bianche vengono da un mondo ancora illuminato a giorno e vanno verso l'oscurità del fiume nero; al contrario, quelle nere vengono dal buio della notte e volano nella direzione opposta, verso la luce. Non c'è una linea di demarcazione che separi le due parti, tutto avviene simultaneamente all'interno di un mondo polarizzato e speculare ma anche in continuo trapasso, dove tutto si muove, passa e trasforma (la metamorfosi!): dalla luce del giorno al buio della notte, da destra a sinistra, dal positivo al negativo, dal piano bidimensionale alla tridimensionalità e viceversa. Partendo dall'idea matematica di tassellazione del piano, Escher mette dunque in scena un ciclo di continua mobilità e trasformazione che richiama alla mente l'evoluzionismo darwiniano e la legge di Lavoisier (ghigliottinato in piena Rivoluzione Francese!): *"Nulla si crea e nulla si distrugge, ma tutto si trasforma"*. La vita, insomma, è continuo passaggio e trasformazione di momenti e figure che si incastrano tra loro, senza sovrapporsi né lasciare spazi vuoti, che oggi si vedono qui, domani saranno là, poco dopo già fuori scena.

### I paradossi geometrici

Arriveranno poi i "Paradossi geometrici" In cui Escher spinge all'inverosimile la rappresentazione prospettica di edifici o palazzi, dando vita a situazioni impossibili eppure in apparenza perfettamente coerenti, come dimostrano alcune tra le sue opere più famose (che non possiamo qui riprodurre perché protette, ma che vi consigliamo di vedere cercandole online) quali *Salire e Scendere, Belvedere, Cascata...*

Di fronte a queste opere si rimane profondamente perplessi e un poco traballa anche il nostro sapere. Basti ricordare cosa significò per intellettuali e artisti del Rinascimento (penso a Leon Battista Alberti, Filippo Brunelleschi, Paolo Uccello...) la conquista della prospettiva matematica, basata cioè su principi geometrici e calcoli matematici: non era solo una tecnica pittorica, ma la consapevolezza di un nuovo modo di vedere e relazionarsi con il mondo. Significava la capacità di leggerlo e rappresentarlo in un ordine scalare corrispondente alla percezione visiva e quindi anche di dominarlo: perché il mondo è fatto da Dio in modo conforme e compatibile con la razionalità umana. In alcune sue creazioni Escher sembra spingersi tanto avanti da mettere in crisi tale confortante concezione: mettendoci di fronte a evidenze incompatibili, a confronto con un mondo fluido o illusorio che sfugge da ogni parte, che non sta nei suoi ordinati confini e che si trasforma di continuo per cui – come scrive Tommaso Sacchi in catalogo – *"non vi è più un centro, né un sopra, un sotto, un prima o un dopo. In molte delle opere di Escher non esiste una direzione privilegiata da cui iniziare a guardare: è lo spettatore, non l'opera, a determinare il senso del percorso."* E toccherà a lui, all'osservatore, fare i conti con quelle intriganti immagini che non sono solo un curioso gioco di specchi.

M.C. Escher, *Divisione regolare del piano con lucertole n. 14*, 1937, acquerello e matita su carta; *Natura morta e strada*, 1937, xilografia, L'Aia, Kunstmuseum Den Haag.  
All M.C. Escher works © 2025 The M.C. Escher Company. All rights reserved. [www.mcescher.com](http://www.mcescher.com)



## Chi l'ha detto che non posso più sciare?

di Francesca Pusek

In verità sono in molti a pensarlo. Io stessa dubitavo: inutile nascondersi dietro un dito. L'età deposita ruggine sulle ginocchia, il vigore declina e i riflessi sono un po' appannati. Gli sci? Meglio appenderli al chiodo. E invece...

La bellezza delle Dolomiti innevate e circonfuse della luce rosata del mattino è mozzafiato. Uno spettacolo per me nuovo, un piacere che si rinnova invece ogni inverno per la "Banda di Moena", un gruppo di appassionati sciatori che malgrado l'avanzare dell'età non rinunciano alla felicità di sciare. E non saranno le protesi alle ginocchia o l'anca "bionica" a fermarli: "cum grano salis" la pratica dello sci è un piacere a tutte le età.

«Vediamo chi si merita un bombardino a fine giornata!», dice Attilio. Scopro che il bombardino è un bevanda a base di panna, zabaione caldo, brandy e caffè. Una bomba calorica, insomma, ma anche l'irrinunciabile rito dopo una giornata di sci. La neve scintillante scricchiola sotto gli scarponi. Sono comodi come pantofole, penso rincuorata, mentre con gli altri, scesi dalla funivia, mi avvio allo spiazzo adibito a calzare gli sci. È una gran bella cosa: trent'anni fa, l'ultima volta che ho sciato, erano rigidi e ingombranti. Mentre questa mattina tutti armeggiavano con i ganci di chiusura, la voce tonante di Vico si è levata sopra il brusio di lamenti, sbuffi e considerazioni del tipo «ma chi me lo fa

---

«Finché riuscirò a chinarmi per allacciare gli scarponi e avrò la forza di portare gli sci in spalla, scierò.»

---

fare alla mia età» per dire: «Finché riuscirò a chinarmi per allacciare gli scarponi e avrò la forza di portare gli sci in spalla, scierò». Uomo pragmatico, questo Vico, ho pensato. Ma in cuor mio non riuscivo a sciogliere i dubbi sulle mie reali capacità di sciare a 55 anni dopo uno stop di 30!

Ma ora non c'è più tempo per esitare. Inforcati gli sci è tempo di fare un accurato riscaldamento: alzare e abbassare le braccia, roteare le spalle, sollevare lo sci in avanti e indietro, abbassarsi sui talloni e rialzarsi. Eseguo tutti gli esercizi scrupolosamente nella speranza che così facendo mi metto al riparo da cadute e incidenti. Adriana, salutandomi questa mattina (lei scia forte, in un gruppo di super esperti che oggi hanno in animo di fare la mitica Saslong mentre noi affronteremo i dolci pendii di San Pellegrino) mi ha confidato che malgrado la sua schiena malandata quando è sulle piste non





pensa mai alle eventuali spiacevoli conseguenze che patirebbe cadendo. Prima di lanciarsi giù dal pendio pensa ad una sola cosa: oggi sto bene, posso sciare quanto mi pare e piace. E ha aggiunto: «*Salute, passione per lo sci e amore per le attività all'aria aperta. È questo il segreto per continuare a sciare oltre i settant'anni*».

La passione per lo sci e l'amore per la neve non mi mancano. La neve è un fenomeno naturale ma anche metafisico. L'ho imparato da Boris Pasternak leggendo il suo magnifico romanzo *Il Dottor Zivago* in cui la neve è di volta in volta la metafora degli anni che passano, la presenza del Divino in terra, la densità del silenzio o lo stupore davanti al Creato, lo slancio vitale.

---

**“La neve cade e ogni cosa è in subbuglio, ogni cosa si lancia in volo.” (B. Pasternak)**

---

E allora è tempo anche per me di lanciarmi nella discesa. Dopo le ultime raccomandazioni di Renato, l'anima della “Banda di Moena” – «*Controllate che il casco sia ben allacciato, che le tasche della giacca siano chiuse e, di tanto in tanto,*

*muovete le dita dei piedi per mantenerli caldi*» – è il momento della verità. O la va o la spacca!

*Schsch, schsch, frfrfr, frfrfr*. Sorpresa! Basta accennare il movimento e gli sci curvano, senza fatica (non ho mai capito bene la storia del peso a valle...). E così, curva dopo curva, i muscoli si rilassano, il piacere dell'aria pungente sul viso fa il paio con lo spettacolo della montagna innervata. Una, due, tre... Le discese si sono succedute per tutto il giorno e ora, al calduccio del bar, tolti gli sci, mi gusto il famoso bombardino. Corroborante! «*Ricordo i miei primi sci, di legno e senza “Kanten”*» – racconta Renato, bedrettese doc, 80 anni e non sentirli – *con i quali si facevano le gare il venerdì pomeriggio dopo aver preparato la pista. Lo sci è uno sport meraviglioso.*»

Ma come in ogni sport, a tutte le età, gli infortuni vanno messi in conto. Le più recenti statistiche hanno contabilizzato nel nostro paese 50'000 lesioni di media gravità sulle piste da sci. Ma con un po' di prudenza, l'attrezzatura adeguata e la consapevolezza dei propri limiti, si possono evitare mettendo invece a referto i benefici che la pratica dello sci offre alla salute: migliora il sistema cardiovascolare, tonifica i muscoli e aumenta l'equilibrio e la coordinazione. Soprattutto nella terza età.

Il peso degli anni, sugli sci, diventa leggero. Come un fiocco di neve.



# Se li ignori, ti fermi!

**Prendersi cura dei piedi significa prendersi cura di sé**

*A cura dell'Unione Podologi della Svizzera Italiana*

I piedi sono i nostri compagni silenziosi: ci portano ovunque, ci permettono di lavorare, correre, camminare, prenderci cura delle persone che amiamo. Spesso però ce ne rendiamo conto solo quando fanno male. Eppure sono la base del nostro benessere.

Il podologo è il professionista che sa come mantenerli in salute e come prevenire e curare quei problemi che, se trascurati, rischiano di bloccarci.

Quante volte abbiamo pensato: "È solo un callo, passerà"? Oppure abbiamo ignorato un'unghia incarnita sperando che si sistemasse da sola? La verità è che i piedi parlano di noi e meritano attenzione. Se li trascuriamo, prima o poi ci costringeranno a fermarci.

E qui entra in campo il podologo: un professionista sanitario con una formazione specifica, in grado di riconoscere e trattare patologie come unghie incarnite, infezioni fungine, ispessimenti cutanei, ma anche di individuare segnali di disturbi più seri derivati dal diabete o da problemi circolatori. Non si occupa solo dell'aspetto, ma della salute dei tuoi piedi a 360 gradi.

## **Il podologo si occupa solo di curare problemi alla pelle e alle unghie?**

No, c'è molto di più. Il podologo osserva come camminiamo e come appoggiamo i piedi. Attraverso una visita specifica (analisi biomeccanica)

può capire se i piedi sono piatti, troppo arcuati o se si carica in modo scorretto il peso: problemi che spesso portano a dolori alle ginocchia, alla schiena e causano difficoltà nel movimento.

## **E cosa può fare in questi casi?**

Dopo la valutazione, il podologo può sviluppare soluzioni su misura (esercizi di rieducazione per migliorare la camminata, trattamenti manuali), consigliare calzature idonee o realizzare solette personalizzate (ortesi plantari) che aiutano a stare meglio e a muoversi senza dolore.

L'obiettivo è semplice: farci camminare in modo naturale e confortevole, migliorando la qualità della vita di tutti i giorni.

## **Trattamento podologico o pedicure estetica? Facciamo chiarezza**

Molte persone ancora non sanno in cosa consiste un trattamento podologico e capita spesso che si rivolgano alla figura sbagliata: anche un taglio unghie se non fatto correttamente rischia di sfociare in un problema serio.

Il podologo è un professionista sanitario formato con studi specifici e riconosciuti. Si occupa della prevenzione, cura e trattamento delle patologie del piede, in particolare quando ci sono condizioni che richiedono conoscenze mediche. Il suo obiettivo è mantenere la salute del piede e prevenire situazioni che potrebbero limitare la mobilità. Molte persone evitano il podologo perché pensano a trattamenti dolorosi o complessi. In realtà, la visita è delicata, sicura e spesso dona sollievo immediato. Generalmente comprende:

- valutazione dello stato della pelle e delle unghie;
- osservazione dell'appoggio e della camminata;
- trattamento indolore di calli, duroni e unghie problematiche;
- consigli su creme, calzature e abitudini quotidiane;
- eventuali correzioni ungueali e/o realizzazione di ortesi in silicone;
- eventuale realizzazione di plantari personalizzati.

Il podologo ascolta, osserva e interviene con attenzione su ciò che potrebbe limitare la mobilità o creare disagio. Una pedicure svolta dall'estetista punta invece a migliorare l'estetica senza soffermarsi su prevenzione e cura del piede a 360 gradi.

## **Perché nella terza età è importante rivolgersi al podologo**

Con il passare degli anni, i piedi cambiano. E quando non è più semplice piegarli, usare forbi-





cine o vedere bene da vicino, anche il semplice taglio delle unghie può diventare rischioso. Ecco i problemi più frequenti nella terza età:

#### **1. Unghie difficili da gestire**

Possono ispessirsi, curvarsi, incarnirsi o diventare dure come piccoli "gusci". Il tentativo di tagliarle da soli può provocare ferite o infezioni. Il podologo interviene in sicurezza evitando complicazioni.

#### **2. Calli e duri**

Sono tra i disturbi più comuni. Camminare con un callo doloroso può modificare l'appoggio e causare dolore alla schiena o alle anche. Rimuoverli autonomamente è sconsigliato: la cute anziana è più sottile e si può ferire facilmente.

#### **3. Pelle secca e screpolata**

La circolazione cambia e la pelle tende a seccarsi, favorendo ragadi (taglietti) anche dolorosi. Il podologo può trattare la cute e consigliare prodotti adeguati.

#### **4. Problemi di equilibrio**

Una camminata instabile non dipende solo dalle gambe: spesso i piedi sono rigidi, poco sensibili o doloranti. Una valutazione podologica aiuta a ridurre il rischio di cadute, migliorando postura e distribuzione del peso.

#### **5. Diabete e disturbi circolatori**

Per chi convive con il diabete, la prevenzione è essenziale. Lesioni minime possono diventare ferite difficili da guarire. Proprio per questo, in Svizzera, le cure podologiche per pazienti affetti da diabete e con polineuropatia sono rimborsate dall'assicurazione di base.

#### **La prevenzione è la chiave**

Rivolgersi al podologo significa proteggere la propria autonomia e continuare a muoversi senza dolore. Perché ignorare i piedi significa, prima o poi, fermarsi. Scoprite di più e trovate il podologo vicino a voi su [unione-podologisvizzera.ch](http://unione-podologisvizzera.ch).

#### **Cura quotidiana: piccoli gesti, grande differenza**

Ecco qualche consiglio pratico che si può mettere in atto da subito per prendersi cura dei propri piedi:

- lavare i piedi ogni giorno con acqua e sapone neutro e asciugarli bene, soprattutto tra le dita;
- usare una crema idratante per mantenere la pelle morbida ed evitare screpolature;
- scegliere calze in cotone o bamboo, mai troppo strette, e lavarle ad almeno 60°;
- indossare scarpe idonee con almeno 1 cm di agio dal dito più lungo, una larghezza congrua al piede (no scarpe a punta), con una suola non troppo piatta e che garantiscano una buona stabilità della caviglia.

**Sono tutte piccole abitudini che possono fare una grande differenza.** E se si notano cambiamenti di colore, forma o sensibilità della pelle e delle unghie, non aspettare: è il momento di rivolgersi a un podologo.

**Lo sapevate che?  
Dal 2022, in Svizzera,  
le cure podologiche  
per i pazienti con  
diabete e polineuro-  
patia sono rimborsate  
dall'assicurazione  
di base. Alcune  
casce malati comple-  
mentari coprono il  
costo dei trattamenti  
podologici anche  
per pazienti che non  
hanno il diabete:  
informarsi conviene  
sempre!**



# IMMERGITI NEL RELAX!



**SCONTO AVS CHF 10.-**  
su tutte le entrate  
a prezzo di listino



**SPLASH & SPA TAMARO**  
VIA CAMPAGNOLE 1  
CH-6802 RIVERA - MONTECENERI  
+41 91 936 22 22  
INFO@SPLASHESPA.CH // SPLASHESPA.CH



# Cultura senza confini o barriere

di Maria Grazia Buletti

**P**artecipare alla cultura non è solo questione di presenza fisica, ma anche di sentirsi realmente parte dell'esperienza. Lo raccontano Anna Bernardi e Paola F. nel loro contributo pubblicato su Info ATiDU 56: due donne con problemi uditivi che, seppure con percorsi diversi, mostrano quanto inclusione, tecnologia e determinazione possano fare la differenza. Anna ricorda la scuola: *«Luogo dove la possibilità di muoversi liberamente e un impianto cocleare mi hanno permesso di giocare e socializzare, e oggi vivo le conferenze universitarie cercando di superare le barriere della comunicazione con slide multilingue, sottotitoli e trascrizioni automatiche»*. Paola, invece, racconta la difficoltà di vincere la paura di non riuscire a seguire gli eventi: *«Finché, grazie ad ATiDU, partecipo a una conferenza all'università e chiedo di poter usare il microfono collegato al mio apparecchio acustico, la trascrizione in tempo reale e il posto migliore per leggere il labiale»*. Entrambe dimostrano che quando l'accessibilità è curata e le persone sono proattive, la partecipazione diventa concreta, trasformando gli ostacoli in opportunità e rendendo la cultura davvero per tutti.

Dal canto suo, Cinzia Santo di ATiDU sottolinea come queste testimonianze evidenzino due aspetti complementari dell'inclusione: *«Anna parla di spazi e architettura, Paola della propria esperienza culturale»*. Secondo Santo: *«Il tema è cruciale perché molte persone con problemi di udito rinunciano a conferenze, teatri o eventi culturali per la paura di non comprendere»*, e rileva l'importanza di chiedere il rispetto dei propri diritti, *«in particolare del diritto all'ascolto»*, individuando una doppia responsabilità: *«Da un lato, il mondo della cultura deve progettare eventi realmente inclusivi, dotandosi di strumenti e tecnologie adeguate; dall'altro, chi ha problemi uditivi deve essere determinato nel far valere le proprie esigenze, così come ha fatto Paola consegnando il suo microfono personale al relatore»*. In tutto ciò, la tecnologia gioca un ruolo chiave, sia nelle sale, con sistemi di amplificazione o trasmissione audio, sia per le persone stesse, tramite dispositivi individuali: *«ATiDU sostiene questa politica sociale – conclude Cinzia Santo – informando e sensibilizzando sugli strumenti disponibili e aiutando chi vuole farsi ascoltare, confermando così l'impegno dell'associazione per il diritto all'ascolto di tutti»*.

## La cultura è un diritto di tutte e tutti

di Anna Bernardi

Da alcuni anni tengo all'Accademia di architettura dell'Università della Svizzera italiana un corso dedicato all'architettura inclusiva, con particolare attenzione all'accessibilità dei luoghi della cultura. Il corso si rivolge sia a chi si forma come architetto sia a chi studia storia e teoria dell'arte e dell'architettura, perché l'inclusione non riguarda solo il progetto degli spazi, ma anche il modo in cui essi vengono raccontati e vissuti.

Mi concentro su musei, monumenti, biblioteche, teatri e cinema per due ragioni. La prima è personale: essendo sorda profonda e portatrice di un impianto cocleare bilaterale, mi confronto spesso con ostacoli che limitano la piena partecipazione culturale. La seconda è sociale: questi luoghi costituiscono una parte essenziale della nostra esperienza collettiva e della memoria condivisa.

La partecipazione alla cultura non è un privilegio, ma un diritto fondamentale, riconosciuto dall'articolo 27 della Dichiarazione universale dei diritti umani, che afferma il diritto di ogni persona a prendere parte liberamente alle attività culturali della comunità.

Rendere la cultura accessibile significa quindi plasmare una forma di cittadinanza capace di includere tutte e tutti nella vita culturale.



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  
www.atidu.ch  
CCP 69-2488-3**

**ATiDU  
vi  
ascolta  
tutti!**





## Il Ticino nella storia

**P**er quasi trent'anni, la storia del nostro Cantone è rimasta frammentata in studi specialistici, lasciando un vuoto nelle librerie di chi, pur non essendo uno storico, desiderava conoscere meglio la terra in cui vive. Questo vuoto è stato colmato da un'opera pensata per tutti, capace di raccontare non solo le grandi date, ma anche i temi che toccano la nostra quotidianità. Si tratta di *Il Ticino nella storia*, di Rosario Talarico e Gianni Tavarini Eedizioni Armando Dadò. "Questo libro – si legge nella prefazione del libro a cura di Orazio Martinetti – nasce da una scommessa. Quella degli autori, sollecitati da più parti, di fornire uno studio agile e sintetico di storia generale del Ticino, destinato a un pubblico di non specialisti, accessibile a tutti. E porta in sé un valore aggiunto: quello di colmare una lacuna storiografica lunga ventisette anni, se si considera che la più recente pubblicazione sul tema è quella di Raffaello Ceschi, Paolo Ostinelli e Giuseppe Chiesi dedicata all'Ottocento e al Novecento ticinese (1998). I lettori e le lettrici si trovano ora tra le mani un'opera di due storici che non esitano ad allargare lo sguardo a questioni finora trascurate o soltanto abbozzate nella storiografia ticinese, per poi soffermarsi sul Novecento e i primi decenni del secolo in cui siamo immersi. Potranno approfondire temi come «la questione femminile, l'arcipelago – sempre più vasto – della cultura e della politica culturale, il ridimensionamento della piazza finanziaria, la chiusura antieuropea acuita dall'elevata presenza di frontalieri, la gestione del territorio in un contesto sempre più urbanizzato e congestionato dal traffico, e tanti altri argomenti di sicuro interesse per un Cantone che intende fare del suo passato non una reliquia da contemplare ma un retaggio con cui misurarsi in modo consapevole."



La Stazione di Bellinzona, 1875-1882,  
foto: knijnenburg.ch/gotthardbahn

fra  
le  
pagine



a cura di  
Elena Cereghetti

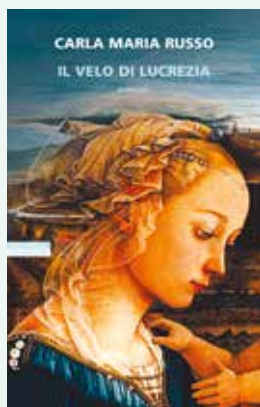
### PARLIAMO DI...

**storie** che accendono la mente e la fantasia, di quel filo invisibile che lega il bisogno di raccontare con quello di ascoltare, di scrivere e di leggere. Due gesti diversi eppure complementari: fissare sulla carta le vicende che ci attraversano – intime o universali, minime o epocali – e tendere l'orecchio a quelle che arrivano da altre voci, altre vite, altri mondi. Lo scrittore affida alla parola il proprio microcosmo di esperienze, inquietudini, denunce, desideri e sogni, talvolta per liberarsene, talvolta per dar loro una forma che resista nel tempo. Dall'altra parte, il lettore si immerge in quelle stesse parole per ritrovare qualcosa di sé, per scoprire ciò che ancora non conosce, per capire meglio la realtà che lo circonda, per trovarvi rifugio, evasione e divertimento.

In questo scambio silenzioso nasce una relazione che trascende epoche e distanze. Scrivere e leggere diventano così atti di esplorazione e di scoperta, strumenti per ampliare il nostro orizzonte e arricchire l'alfabeto emotivo, utili – se non indispensabili – per essere più consapevoli e critici, ma anche empatici. Secondo lo scrittore e poeta bulgaro Georgi Gaspardinov, la pagina scritta testimonia la speranza nel domani: "Per un possibile domani in cui la poesia sarà finita, il romanzo sarà scritto e qualcuno lo prenderà in mano, lo aprirà e comincerà a leggere per risvegliare coi propri occhi cosa c'è scritto. [...] Raccontiamo e scriviamo libri per rimandare la fine del mondo e la nostra stessa fine". Come ci ha insegnato Sherazade nei racconti di *Mille e una notte*.







**Carla Maria Russo**

*Il velo di Lucrezia*

Neri Pozza, Milano, 2025



**Fatma Aydemir**

*Tutti i nostri segreti*

Fazi Editore, Roma, 2025



**Hisham Matar**

*Amici di una vita*

Einaudi, Milano, 2024

Il romanzo di **Carla Maria Russo**, intitolato **Il velo di Lucrezia**, permette di immergersi nel mondo affascinante dell'arte rinascimentale. La vita che viene ricostruita in forma romanzata è quella di Filippo Lippi, frate pittore fiorentino del Quattrocento (1406-1469), contemporaneo di artisti in grado di cambiare il modo di rappresentare il mondo. Con alle spalle numerosi romanzi storici dedicati a figure di rilievo della cultura e della politica soprattutto italiana, l'autrice conduce il lettore fra le pieghe di un'esistenza straordinaria, segnata sin dall'infanzia dalla magia delle mani: *"Non si capacita di come le sue mani riescano a tradurre in immagini fedeli la realtà che cade sotto i suoi occhi o le idee racchiuse nella sua mente. [...] Questo prodigio [...] rimane un enigma del quale lui per primo non conosce l'origine o la ragione"*. Sarà l'incontro con chi vive nella zona centrale di Firenze, al di là del ponte Nuovo, che gli offrirà l'occasione vagheggiata di lavorare nella bottega di un pittore: dapprima garzone presso il Biccì, poi aiutante del giovane ma già celebre Masaccio, dal quale medierà nuove tecniche e una concezione innovativa dell'arte. Il particolare del volto della madonna nella celebre *Lippina* (circa 1465), scelto per la copertina del libro, non è casuale: benché non confermato dagli esperti, sembra che il Lippi abbia ritratto la giovane monaca pratese Lucrezia Buti, che divenne sua moglie. Ecco allora, nella seconda metà del romanzo, la storia di un amore proibito ma reso possibile dall'intervento del potente signore di Firenze Cosimo de' Medici presso il papa Pio II, che sciolse entrambi dai voti.

Nata in Germania ma di origine turco-curda, **Fatma Aydemir** appartiene alla terza generazione di emigranti ed è la prima ad avere piena padronanza della lingua tedesca. Dopo l'esordio con *Ellbogen* (2017), si ripresenta con **Tutti i nostri segreti**: un romanzo corale, una saga familiare raccontata attraverso un mosaico di sguardi, di prospettive e sensibilità diverse. I sei capitoli portano il nome dei protagonisti, che si alternano nella narrazione. Apre il racconto il padre: l'infanzia e l'adolescenza in Turchia, il trauma dell'abbandono della propria terra, la durezza della vita da emigrante, il ricongiungimento con la donna amata in un paese straniero. Il sogno di tornare in patria si infrange proprio quando sembra sul punto di realizzarsi: egli muore improvvisamente nell'appartamento acquistato a Istanbul, dove sperava di trascorrere la pensione con tutta la famiglia. L'incontro per il suo funerale dà il via allo sviluppo narrativo, caratterizzato dal personale punto di vista di ogni membro della famiglia, da cui emergono i non detti e le ombre di una vita intera, ossia tutti i nostri segreti. La scrittrice mira a toccare ogni lettore: *"Che siano tedeschi, spagnoli o britannici, se sono privi di background migratorio avvicinano il libro pensando di leggere una storia che non li riguarda, che farà scoprire qualcosa su un'altra cultura. E, inaspettatamente, vi ritrovano il proprio vissuto familiare, vi si riconoscono. Molti dei lettori con un passato migratorio, invece, provano gioia nel rintracciare, tra le righe, spiegazioni a esperienze vissute, ma mai comprese fino in fondo"*.

Dalle pagine del suo ultimo romanzo **Amici di una vita**, lo scrittore libico **Hisham Matar** affronta una relazione umana che tutti conosciamo e viviamo: l'amicizia. L'incipit è folgorante e fa intuire che l'autore non si limiterà a narrare una situazione personale, ma ci guiderà a riflettere sul senso profondo di questa esperienza. In numerosi passaggi emergono considerazioni universali, come nei testi brevi della poesia, che suggeriscono al lettore immagini e parole per parlare di sé e illuminare di nuova luce i propri rapporti d'amicizia. Rapporti mutevoli, al contempo gioiosi e dolorosi, saldi e fragili, unici e comuni per tutti noi, che ci culliamo *"nella convinzione che ogni cosa duri per sempre"*.

Saranno però gli imprevisti, il caso o ciò che chiamiamo destino a mettere in discussione le certezze acquisite, mostrando ancora una volta la fragilità dei legami e l'imponderabilità della nostra vita sempre intrecciata alla Storia, cioè ai fatti che segnano l'epoca in cui ci tocca vivere. Tre personaggi, tre protagonisti, tre amici, uniti dalla patria d'origine e divisi da un evento tragico avvenuto a Londra: la manifestazione anti-Gheddafi e la sparatoria presso l'ambasciata libica nel 1984. Un episodio che incide sul loro destino e segna in modo indelebile il loro futuro. Da una parte Khaled, esule e solo, si ritroverà a fare i conti con sé stesso e con le scelte opposte dei due amici; dall'altra Mustafa e Hosam, impegnati in Libia in una lotta di opposizione armata al regime. Davanti alla tragicità dei fatti, l'amicizia non scompare, ma si trasforma, seguendo il cammino che ognuno di loro saprà intraprendere.



# viaggie proposte brevi



## Proposte brevi 2026

### **Escursione nelle Centovalli**

14 febbraio 2026

Soci ATTE CHF 30.00

Non soci CHF 40.00

**Con Roger Welti**

### **Lezione sulla lettura delle cartine, inclusa escursione**

18 febbraio 2026

Soci ATTE CHF 60.00

Non soci CHF 80.00

**Con Roger Welti**

### **Milano: Palazzo Reale**

**Mostra "I Macchiaioli"**

In preparazione

### **Milano: Teatro Nazionale - Musical "Cantando sotto la pioggia" ore 15:30**

7 marzo 2026

Non soci CHF 120.00

Non soci CHF 140.00

### **Milano: Teatro degli Arimboldi - Musical "Notre Dame de Paris" ore 16:00**

14 marzo 2026 (iscrizioni in lista d'attesa)

Soci ATTE CHF 100.00

Non soci CHF 120.00

### **Escursione botanica: nei dintorni di Stabio fra specie rare e piante commestibili**

17 marzo 2025

Soci ATTE CHF 40.00

Non soci CHF 60.00

**Con Antonella Borsari**

### **Milano: Teatro Teatro Repower - Musical "La febbre del sabato sera" ore 15:30**

21 marzo 2026

Soci ATTE CHF 98.00

Non soci CHF 118.00

### **Escursione: La collina di S. Maffeo**

21 marzo 2026

Soci ATTE CHF 30.00

Non soci CHF 40.00

**Con Roger Welti**

### **Escursione: In Val Onsernone**

15 aprile 2026

Soci ATTE CHF 30.00

Non soci CHF 40.00

**Con Roger Welti**

### **Visita di Lodi**

28 marzo 2026

In preparazione





Il Ponte dei Salti, Valle Verzasca

### **Cremona: visita del museo del violino e audizione**

11 aprile 2026  
In preparazione

### **Valduggia Antica Fonderia di Campane Achille Mazzola**

**Con pranzo Incluso**  
18 aprile 2026  
Soci ATTE CHF 100.00  
Non soci CHF 120.00

### **Escursione botanica: Il sentiero di Gandria con occhi botanici**

21 aprile 2026  
Soci ATTE CHF 40.00  
Non soci CHF 60.00  
**Con Antonella Borsari**

### **Soncino e il Santuario di Caravaggio**

maggio 2026  
in preparazione  
**con Mirto Genini**

### **Milano: Navigli**

5 maggio 2026  
Soci ATTE CHF 100.00  
Non soci CHF 120.00

### **Mantova**

maggio 2026  
In preparazione

### **Escursione botanica: Val Verzasca una flora da scoprire**

12 maggio 2026  
Soci ATTE CHF 40.00  
Non soci CHF 60.00  
**Con Antonella Borsari**

### **Riseria di Asigliano e principato di Lucedio**

Con pranzo Incluso  
28 maggio 2026  
Soci ATTE CHF 140.00  
Non soci CHF 160.00

### **Le sette meraviglie di Genova**

6 giugno 2026  
In preparazione  
**Con la prof.ssa Roberta Lenzi**

continua a pag.36



Budapest, palazzo del Parlamento.



---

## Viaggi 2026

### Sud Africa

14 - 27 febbraio 2026

### Vietnam

15 - 25 marzo 2026 (iscrizioni in lista d'attesa)

### Sicilia Barocca

15 - 21 marzo 2026 (iscrizioni in lista d'attesa)

### Finlandia: Saariselka

20 - 24 marzo 2026 (iscrizioni in lista d'attesa)

### Sicilia Barocca - seconda data

21 - 27 marzo 2026 (iscrizioni in lista d'attesa)

### Liguria - dalle Cinque Terre al Golfo dei Poeti

27 - 30 marzo 2026 (iscrizione in lista d'attesa)

### La magia dell'Anatolia

08 - 14 aprile 2026 (iscrizione lista d'attesa)

### Lazio Antico

**Tesori del Lazio Antico ed Imperiale con microcrociera sull'isola di Ventotene**

15 - 21 aprile 2026

### La magia dell'Anatolia - seconda data

16 - 22 aprile 2026

### Bruxelles e le Fiandre

18 - 21 aprile 2026 (iscrizioni solo in lista d'attesa)

### Crociera Costa Fascinosa

**Savona - Barcellona - Marsiglia**

19 - 23 aprile 2026

### Binari panoramici e sapori Alpini - Bolzano e l'altopiano del Renon

27 - 29 aprile 2026

### Costiera Amalfitana

Maggio 2026

In preparazione

### Toscana: L' Arcipelago Toscano - Isole del Giglio e Giannutri

06 - 10 maggio 2026 (iscrizioni in lista d'attesa)

### Navigando le valli di Comacchio

21 - 24 maggio 2026

### Eccellenze d'Istria con il parco Nazionale delle Isole Brioni

03 - 07 giugno 2026

### Asturie - Leon Castiglia

07 - 14 giugno 2026

**Con Mirto Genini**

### Crociera fluviale sul Danubio

07 - 14 agosto 2026

in preparazione

### Budapest

26 - 29 agosto 2026

### Sicilia Barocca - terza data

13 - 19 ottobre 2026

---

## Trekking, mare e montagna

### Moena - Val di Fassa

21 - 28 febbraio 2026 (iscrizione solo in lista d'attesa)

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

08 - 18 luglio 2026

### Moena - Val di Fassa - Estate

13 - 20 settembre 2026

---

## Terme Primavera

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

26 aprile - 3 maggio 2026

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

26 aprile - 3 maggio 2026

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

3 maggio - 13 maggio 2026

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

3 maggio - 13 maggio 2026

---

## Mare

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

02 - 12 giugno 2026

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

07 - 14 giugno 2026

### Diano Marina

25 giugno - 04 luglio

### Pesaro - Hotel Nautilus\*\*\*\*

30.08 - 04.07.2026

---

## Viaggi musicali

### Trieste con opera "Il Trovatore"

27 febbraio - 2 marzo 2026

### Arena di Verona con opera "Aida" di G. Verdi

30 - 31 luglio 2026

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**



## Testimonianze dal passato

Come si suol dire, ogni cosa a suo tempo e così è stato per Daniela Calastri, scrittrice ticinese che ha voluto condividere con le lettrici e i lettori di *terzaetà* uno spaccato di storia e di vita che ha ancora molto da insegnare. Si tratta dei frammenti di due diari scritti da un bambino – Erich, il padre di Daniela – e una bambina – Maiga, la sorella della madre – durante la seconda guerra mondiale. *«Prima di trasferirsi in una casa per anziani – mi ha spiegato Daniela Calastri – mia madre tra le altre cose mi aveva consegnato una scatola senza specificare cosa contenesse. In quel periodo della mia vita il presente era talmente denso di avvenimenti importanti che mi sembrava non ci fosse tempo per il passato. Stavo anche scrivendo i miei romanzi. Ora che ho tempo più tempo mi sono decisa ad aprire la scatola.»* Essendo il testo molto lungo, pubblichiamo qui solo alcuni estratti. La versione originale del documento si trova sul sito dell'ATTE a questo indirizzo: [www.atte.ch/hubfs/Calastri-diario.pdf](http://www.atte.ch/hubfs/Calastri-diario.pdf). Le illustrazioni sono opera di Sofia, una delle figlie di Maiga.

### Maiga Herzogenbuchsee 28 agosto 1939

Fui svegliata da un rintocco di campane insolitamente forte, era come se scampassero proprio sotto alla mia finestra. C'era anche un rullo di tamburi e una voce maschile ripeteva sistematicamente il medesimo ritornello, che non riuscivo a capire.

La notte era scura ma attraverso la fessura della mia stanza intravedevo una luce e sentivo delle voci molto agitate. Mi avvicinai alla porta e allargai lo spiraglio da dove proveniva un fastidioso odore di naftalina. Ero a piedi nudi e avevo freddo, ma la mia curiosità indagatrice non mi permetteva di fare marcia indietro. Spiai mia madre che in fondo al corridoio tuffava le sue mani nervose all'interno di una vecchia cassapanca, dove la domestica aveva riposto vecchi e preziosi abiti di lana. Cosa stava cercando di tanto importante? Mio padre, seminascolato nella penombra, taceva. Quando l'agognato oggetto, un uniforme dell'armata svizzera, fu ritrovato ci sentimmo sollevati. Il papà si impadronì dell'uniforme e sparì in bagno senza dire una parola. Ricomparve poco dopo vestito con un abito e un pantalone di flanella blu, e una grossa cintura di cuoio attorno alla vita. In testa un chepi dello stesso colore, ornato da un pompon. Faticavo a riconoscerlo e scoppiai a ridere. Mi disse che non c'era assolutamente niente da ridere. Il Consiglio federale aveva appena decretato la mobilita-

zione generale delle truppe di confine, perché la Svizzera, in caso di aggressione, pur mantenendo una posizione neutrale, doveva difendersi se voleva mantenere la propria indipendenza.

Mio padre, che si chiamava Erwin, inghiottì in tutta fretta una tazza di caffè latte e sparì nella notte buia. Tornò a mezzogiorno in una banale divisa verde scuro. Ci disse di essere stato deriso, perché si era presentato all'assembramento con la divisa della Prima guerra mondiale.

Erwin, aveva previsto che sarebbero arrivati tempi duri per noi, e aveva cominciato già molti mesi prima a fare scorta alimentare, riempiendo la soffitta di sacchi di farina, zucchero, sale, riso, pasta, e altro ancora. In sua assenza la famiglia avrebbe potuto dormire sogni tranquilli, ma soltanto la mamma e la domestica ne erano al corrente.

### 30 agosto 1939

All'ora di pranzo il nostro gatto bianco, disteso come un pascià sopra un cuscino color cammello, dormiva indisturbato in cima alla radio che troneggiava in un angolo sopra la finestra. Non era ansioso per la guerra imminente e continuava a dormire, anche quando dalla radio la voce ruvida di un giornalista annunciò che l'Assemblea federale aveva appena nominato il generale Henri Guisan al comando dell'esercito svizzero.

Alla popolazione furono imposti dei ticket di razionamento, che garantivano un ac-

cesso equo alle scarse risorse a disposizione e prevenivano l'aumento dei prezzi. Molte persone si lamentavano e andarono in panico. Sui visi dei poveri si leggeva l'angoscia e mio padre, colto da un improvviso moto di generosità, li invitò a casa sua e li condusse in soffitta dove c'erano le nostre scorte. Vi fu una processione di casalinghe che salivano in solaio con le borse vuote per scendere poco dopo con le sporte piene dei beni di prima necessità.

Mio padre si sentì sollevato e contento, io



e la mamma, invece, osservavamo incredula la progressiva liquidazione dello stock fino allo svuotamento totale della soffitta. Eravamo spaventate e ci domandavamo incredule cosa avremmo fatto in caso di crisi. Poi però il buonumore della gente ci contagiò e fummo invase da una sensazione di euforia, simile a quella che può dare il vino.

Una cosa analoga era successa alla famiglia Solberger, i nostri vicini di casa. Erano proprietari di grandi terreni e di molto bestiame e lavoravano assiduamente da mattina a sera, a parte la domenica, ma solo se non era tempo di fienagione.

La guerra aveva interrotto bruscamente il loro equilibrio e a un certo punto la famiglia fu invasa da orde di parenti reali o presunti, che provenivano dalla città. Zii, cugini, padrini, tutti, a sentir loro, parenti stretti o amici che, approfittando della ge-





nerosità dei Solberger, si portarono a casa senza alcun scrupolo tutto quello di cui avevano bisogno.

Si era d'agosto, sul finire del giorno. La luce già dialogava in modo diverso, quasi rispecchiasse la fine di un'epoca senza pensieri, di una felicità apparentemente infinita.

### 1° settembre 1939

A scuola qualcosa era cambiato. Le ragazze più grandi parlavano di guerra, qualche singhiozzo risuonava nel corridoio. Nelle voci della gente il sole era sparito.

Il maestro riunì tutti gli allievi in una sola aula e ci spiegò che i tedeschi avevano appena invaso la Polonia. Non capivo cosa c'entrasse la Svizzera con quell'invasione, ma intuivo che doveva trattarsi di una cosa seria. Quella mattina le lezioni vennero sospese.

A casa, sopraffatti dalle notizie, avvertivamo da lontano il soffio della guerra e la nostra vita bruscamente cambiò. Le scuole non funzionavano più come prima, i professori partivano per il servizio militare e i supplenti erano troppo giovani e inesperti per insegnare. D'altronde, in quei momenti di paura, l'insegnamento e la cultura passavano in secondo piano.

Alcuni edifici scolastici furono occupati dai rifugiati e a noi furono concesse vacanze supplementari che trascorrevamo rimpiazzando i contadini che erano stati chiamati alle armi. Il lavoro in fattoria era duro. In quel periodo imparai molte cose sulla vita rurale, ma avrei preferito essere a scuola.

**Erich**

**Deisswil, 1940**

### Le mie vacanze estive

Quest'anno, a causa della guerra, ho iniziato le vacanze con sentimenti contrastanti. Volevo riposarmi mentalmente e per questo mi sono messo a disposizione di un contadino, che era costretto a lavorare più del solito a causa dell'incremento delle coltivazioni. Nessun campo, nessun fazzoletto di terra dovevano rimanere incolti e il mio modesto aiuto gli era necessario.

Prima di colazione davo da mangiare ai vitellini, e questa era una delle mie attività preferite. I cavalli venivano bardati e noi ragazzi dovevamo guidare il carro. Mentre due aiutanti macinavano il grano, io e un mio amico rastrellavamo l'erba.

Poi arrivava il momento della tanto attesa colazione: röstli, pane e caffè. La röstli era deliziosa, la faceva una contadina che faceva anche il burro. Se il tempo lo consentiva uscivamo nei campi per epicare, dissotterrare le patate, arare o seminare. Durante l'epicatura guidavo i cavalli. Un contadino mi seguiva per svuotare la quercia dalle radici e dagli arbusti, e per indicarmi la direzione. Non era semplice: una volta guidavo troppo a sinistra o troppo a destra, un'altra volta troppo in fretta o troppo lentamente, non pensavo fosse così difficile. Durante la semina era il padrone a guidare i cavalli, perché la semina richiedeva precisione. Io pulivo i vomeri della macchina e alla fine della fila dovevo sollevare le macchine in modo che i semi non cadessero oltre il bordo: ogni chicco di grano era prezioso per noi. Quando scavavo per cercare le patate e

raccoglierle, avevo mal di schiena, ma ho imparato a sopportarlo senza lamentarmi. Tra le volgari battute dei servi e i racconti del padrone sul servizio militare, il pomeriggio trascorreva in fretta. La sera il raccolto veniva portato in cantina. Per me era un lavoro salutare, perché sono sempre stato un po' carente di forza e ora potevo esercitarmi con i sacchi di patate e con i cestini di barbabietole.

Ciò che mi piaceva dell'agricoltura era lavorare con i cavalli. Era sempre un piacere per me poterli gestire e non mi sarei mai aspettato che un animale potesse esprimere la sua gratitudine per un po' di amore e cure. Insomma, la vita con i contadini mi è piaciuta.

### Il razionamento

Il razionamento dei generi alimentari, come anche quello dei vestiti, delle scarpe e del sapone è una realtà del nostro tempo. Scrivo su queste limitazioni per non dimenticarle, quando un giorno la guerra sarà finita e vivremo tempi migliori. Sono grato alla nostra Confederazione che si preoccupa di organizzare in un modo così preciso e funzionante il sostentamento della popolazione.

Il razionamento ha iniziato nel 1940 con i generi alimentari: zucchero, riso, pasta e grassi. La situazione nel nostro paese è peggiorata per la mancanza di forniture e ora accanto agli altri generi alimentari, anche il pane, per molto tempo gratuito, è stato razionato. Se le nostre autorità non avessero preso in tempo queste misure, ora si verificherebbe una distribuzione ingiusta e una carenza senza precedenti di tutti i nostri beni.

Non ho problemi ad accettare le nuove restrizioni, ma quando mi sento dire di essere un sabotatore se vado in giro in bici e cambio le gomme dei miei pneumatici per evitare che si attacchino alla strada, non sono per niente contento.

La precarietà che ci impone una distribuzione limitata dei beni di consumo e la suddivisione in razioni, fornisce lavoro e mezzi di sussistenza a molte persone. E almeno questo è positivo.

### Le mie pecore

Durante la guerra era sempre più difficile importare la lana e si è cominciato a prestare maggiore attenzione agli allevatori di pecore locali. Ogni contadino doveva possedere qualche pecora, era un dovere che bisognava fare per la patria.

Non appena sono riuscito a risparmiare 50 ct. ho chiesto a mio padre il permesso

di comperare una pecora. Secondo lui una pecora da sola si sarebbe annoiata, e mi ha consigliato di comperarne almeno due. Soddisfatto della sua risposta sono andato con mio zio da un contadino che commerciava in pecore e abbiamo comprato due montoni, ma io volevo anche una femmina perché volevo che facesse i piccoli e così ne ho comprate altre due. Ero orgoglioso di loro.

Durante le vacanze primaverili ho deciso di tosarle. Era molto più difficile di quanto immaginassi, perché non stavano mai ferme e ho dovuto chiedere aiuto allo zio. Prima di tosarle le abbiamo legate in cima a un pendio. Qualche giorno dopo ho ricevuto un modulo dall'Ufficio comunale con la data del giorno della consegna della lana che, durante la guerra, doveva essere consegnata all'esercito.

All'inizio dell'estate ho consegnato le mie pecore a un pastore, che le ha aggiunte al suo gregge e le ha portate all'alpe, e per molto tempo non ne ho più sentito parlare. Poi inaspettatamente ho ricevuto una cartolina in cui c'era scritto che potevo ritirare le mie pecore a Gummligen. Sono corso alla stazione e ho aspettato a lungo finché sono arrivati due vagoni pieni di pecore. I pastori sono venuti a ritirare i loro ovini e io ho ritrovato le mie pecore che erano cresciute ed erano diventate più grandi. Facevano anche più lana. Ho dovuto pagare 5 fr per ognuna di loro.

Quell'anno a Natale sarebbero nati diversi agnelli e così mio padre mi ha costretto a vendere i due montoni.

Che bella sensazione, a dodici anni, essere diventato padrone di alcune pecore: ero molto fiero dei miei animali!

\*\*\*

## Maiga Herzogenbuchsee 1941

Gli stranieri nel nostro paese erano numerosi, ma non ci disturbavano. Sapevamo che fuggivano dalla guerra ed eravamo contenti di ospitarli.

Chi aveva posto in casa doveva preparare una camera confortevole per delle famiglie che abitavano nei cantoni di frontiera. Secondo il generale Guisan, soprattutto in caso di attacco, sarebbe stato più sicuro e prudente spostare le famiglie all'interno del paese. Anche i soldati, immediatamente dopo un'aggressione, avrebbero dovuto ritirarsi nel rifugio del San Gottardo.

A noi era toccata una simpatica famiglia basilese con due bambini della nostra età. Anche loro, dopo scuola, dovevano lavorare in fattoria ma ci restava sempre del



tempo per giocare. Intanto la mamma e la domestica erano impegnate nella confezione delle tende di oscuramento, che ci avrebbe protetto dagli attacchi aerei.

Dovevamo ridurre o eliminare la luce visibile all'interno e all'esterno. C'erano dei controllori incaricati ad accertare che fosse tutto buio. In caso di disubbidienza si veniva puniti severamente. Facevo fatica ad accettare quelle tende nere, mi sembrava che la notte scendesse troppo presto e il buio mi faceva un po' paura.

Non avevamo il diritto di consumare pane bianco e fresco, anche la carne era razionata. Gli ispettori apparivano all'improvviso, controllavano i nostri piatti e frugavano nelle nostre cucine per vedere se nascondevamo qualcosa. Non ci sentivamo più a casa nostra.

Oggi abbiamo ricevuto una brutta notizia. Un ragazzo di quattordici anni, attirato dall'ideale di purezza ariana, è fuggito in Germania e si è arruolato nell'armata delle SS, morendo sul campo di battaglia.

Oggi tornando da scuola ho trovato la nostra casa invasa da strane creature. Portavano delle maschere bianche che coprivano nasi, bocche e occhi ed erano munite di un lungo tubo che serviva per respirare. Un comandante diceva loro quando inspirare e quando espirare. Si trattava di maschere a gas, niente a che vedere con quelle di carnevale che almeno mi avrebbero fatto ridere un po'.

A esercizio terminato il comandante si ri-

lassò. Cadute le maschere, i visi delle donne avevano un'espressione disorientata. Mia madre si era seduta esausta sulla poltrona, con in mano ancora il lungo tubo. Sembrava appena riemersa dall'acqua e respirava a pieni polmoni l'aria della stanza.

Terminata l'esercitazione le maschere furono rinchiusi in un ripostiglio in soffitta e ci rimasero fino alla fine della guerra.

A inizio autunno il nostro villaggio fu invaso da uno strano esercito. I soldati dovevano venire da molto lontano. Seduti o sdraiati sull'erba, erano senza energia e aspettavano di essere alloggiati da qualche parte. Indossavano delle uniformi bucate, strappate e sporche. I loro visi erano smunti e i loro occhi molto stanchi. Anche i cavalli erano esausti.

Io e mia sorella ci siamo avvicinate ai soldati con delle mele e gli abbiamo chiesto da dove venissero. Erano polacchi. Parte della piazza del villaggio era occupata dai carri armati e noi ci divertivamo ad arrampicarci sopra o a nasconderci al loro interno. Giocavamo con vecchi attrezzi da guerra come fossero giocattoli.

Ci abituammo facilmente alla presenza dei polacchi. Erano gentili e sempre pronti ad aiutare. La domenica si mettevano a cantare canzoni piuttosto nostalgiche; le loro voci non erano mai troppo forti e formavano come un tappeto gentile di suoni nell'aria calda e umida del paese. (...)

Il documento integrale su:  
[www.atte.ch/hubfs/Calastri-diario.pdf](http://www.atte.ch/hubfs/Calastri-diario.pdf)

## Passeri in Ticino, una vicenda intrigante

di Roberto Lardelli

**C**ontrariamente a quanto si crede i passeri sono specie molto a rischio. Ciononostante in Ticino abbiamo una distribuzione intrigante: la Passera europea (testa grigia), è presente ufficialmente solo a nord della linea Locarno-Bellinzona, la Passera d'Italia (testa marrone), in tutto il cantone. Le femmine sono identiche. Le due specie si ibridano (M: teste marrone e grigio). Su Guarda-TI e sul sito di Ficedula sono presenti diverse fotografie segnaletiche con le varie tipologie. Chissà se qualche lettore può aiutare la nostra ricerca? [www.ficedula.ch](http://www.ficedula.ch).



Passera europea



Passera d'Italia



## Il curatore indelicato

di Emanuela Epiney Colombo



**L'**avvocato A è stato curatore della signora C e dal 2006 al 2020 ha prelevato somme importanti dalla sostanza di quest'ultima a titolo di suo compenso, senza però esserne autorizzato. Con decisione del 9 marzo 2021 l'autorità di protezione (ARP) competente gli ha assegnato un termine di 20 giorni per restituire la somma di CHF 243'734. - indebitamente prelevata e ha autorizzato la nuova curatrice B a valutare le possibilità civili e penali per risarcire C del danno patito durante la gestione di A. L'ex curatore ha contestato la decisione dell'ARP davanti alla Camera di protezione del Tribunale d'appello del Canton Ticino e davanti al Tribunale federale, senza esito. La signora C ha fatto inviare il 13 dicembre 2021 all'avvocato A un precetto esecutivo di CHF 243'734.- più interessi del 5% dal 9 marzo 2021 e il Pretore ha rigettato l'opposizione di A al precetto esecutivo per CHF 243'724.- più interessi dal 13 dicembre 2021 (data del precetto esecutivo).

Il reclamo di A è stato respinto dalla Camera di esecuzioni e fallimenti del Tribunale d'appello del Canton Ticino e miglior sorte non ha avuto il ricorso di A al Tribunale federale. Le decisioni delle autorità amministrative svizzere, federali, cantonali e comunali, sono parificate alle decisioni giudiziarie e sono quindi un titolo per ottenere il rigetto definitivo dell'opposizione in una procedura esecutiva. I giudici cantonali e federali hanno rilevato che l'ordine di restituire gli importi prelevati come compenso non autorizzato rientrava nelle competenze dell'ARP. Tale autorità poteva adottare durante l'esame della contabilità e del rapporto del curatore misure a tutela degli interessi della persona sotto curatela. Nel caso dell'avvocato A l'ordine di restituzione riguardava le somme prelevate come compenso non autorizzato. L'ARP non aveva preso decisioni sul risarcimento del danno, di competenza del giudice civile, e aveva autorizzato la nuova curatrice di valutare se procedere in via civile e penale per ottenere il risarcimento del danno provocato a C. La decisione 9 marzo 2021 non era quindi nulla per incompetenza dell'autorità amministrativa ed era un valido titolo per il rigetto definitivo dell'opposizione al precetto esecutivo. L'avvocato A ha dovuto pagare le spese giudiziarie davanti al Tribunale federale di CHF 5'000.-, la procedura esecutiva nei suoi confronti è proseguita e la giustizia civile e penale si occuperà, se del caso, di verificare se la sua gestione dei beni ha provocato danni patrimoniali da risarcire a C.



## MENDRISIOTTO E BASSO CERESIO

### Grazie Valerio

Valerio Medici, membro del Comitato della Sezione ATTE Mendrisiotto e Basso Ceresio e da sempre impegnato in numerose Associazioni, ci ha lasciato. Vogliamo ricordarlo come amico e volontario impegnato a tempo pieno per sviluppare progetti, consolidare relazioni interpersonali, risolvere problemi e dare una mano a chi gli chiedeva un aiuto. A Castel San Pietro ha favorito la crescita dell'ATTE negli anni, dando un impulso decisivo alla realizzazione dello Spazio Aperto comunale, assumendo anche un ruolo di responsabilità, a vantaggio di tutte le Associazioni del paese. Ora dobbiamo riprendere il testimone e la sua passione di operare per la comunità, sostenendo la moglie Luisa e i progetti avviati. Grazie Valerio.

## Gruppo Maroggia

### Festa di Natale coi fiocchi

Domenica 7 dicembre, al Centro ATTE di Maroggia, si è svolta la nostra Festa di Natale con un ottimo pranzo e momenti dedicati al divertimento. L'amicizia e l'allegria scintillavano come le decorazioni natalizie che abbellivano la sala preparata, al pari della tavola, con molto gusto ed un tocco di fantasia. Allo scoccare del mezzogiorno è stato servito un aperitivo a cui ha fatto seguito un ricco antipasto, preparato dal presidente Gianmario Bernasconi, aiutato da Lilly e da Angelo, che comprendeva una salumeria mista, salmone, insalata russa ed un gustoso patè di vitello. La collaudata ed ormai famosa squadra addetta alla cucina, formata per questa circostanza da Pasqua e da Rossella, ha preparato un menu coi fiocchi che ha soddisfatto tutti i palati. Molto apprezzato il tenero arrosto, fornito dal

nostro macellaio di fiducia Luca Manzocchi di Melano, con il contorno di patate al forno e fagiolini con pancetta. Dopo il dessert di panettone e pandoro, un buon caffè ed i liquori serviti da Maurizio, è stato dato inizio alla parte ricreativa della giornata con la tombola, organizzata da Renata e da Angelo, e l'estrazione dei numeri di una lotteria che ha consentito di consegnare un premio a tutte le amiche e a tutti gli amici che avevano annunciato per tempo la loro partecipazione, premi tra i quali spiccavano i bellissimi lavoretti in legno realizzati da Renzo Valsangiacomo. Nonostante parecchie assenze, dovute all'influenza che ha colpito duro anziani e giovani, la nostra festa di Natale è riuscita alla grande grazie all'impegno ed al lavoro delle volontarie e dei volontari sempre sul pezzo per donare un sorriso di felicità e tanta soddisfazione alle socie e ai soci che frequentano in maniera assidua il nostro Centro.



## Hyundai i10.

Drive with a smile.



Prenota un test drive.



Fig.: i10 1.2, Vertex<sup>®</sup>, 58.1 kW / 79 PS AMT, Consumo energetico (in marcia): 6.1 l/100 km, emissioni di CO<sub>2</sub> (in marcia): 138 g/km, emissioni di CO<sub>2</sub> dalla produzione di elettricità: 31 g/km, categoria di efficienza energetica: E.

## 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

## LUGANESE

### Cinq ghei da pù ma ross

Continuano con ampio successo le repliche della commedia "Cinq ghei da pù ma ross" messa in scena dalla Compagnia Teatrale Dialettale "L'é mai trop tardi" sotto l'egida dell'ATTE Sezione del Luganese. Dopo essersi esibiti a Morcote, Breganzona, Croglio nel comune di Tresa, e nella Sala Multiuso a Paradiso lo scorso 18 gennaio, continueranno la Loro tournè nel 2026. Saranno ad Arogno, domenica 15 febbraio, a Muralto domenica 15 marzo, a Pura domenica 19 aprile e sono in trattative per raggiungere Biasca nel mese di maggio.

Gli spettacoli hanno riscosso un ampio successo grazie al grande impegno di attrici, attori, collaboratrici e collaboratori che ci stanno mettendo l'anima e il cuore. Grazie alle Sezioni ATTE e alle Amministrazioni Comunali che hanno accolto con entusiasmo e generosa collaborazione le nostre proposte teatrali.



## Gruppo Collina d'Oro

### Ugole d'oro sempre attive

Il Coro ATTE Collina d'Oro con impegno e passione a partire da inizio settembre ha ricominciato la sua attività per preparare le prossime rappresentazioni.

Nato nel 1990 dall'entusiasmo di un gruppo di amatori del canto, il coro allietta regolarmente gli ospiti di case per anziani e le diverse manifestazioni organizzate dalle associazioni della Collina d'Oro e anche al di fuori. Il direttore e responsabile è il signor Franco Masci che con il supporto di Miria Oligati ogni martedì pomeriggio, da febbraio a giugno e da settembre a dicembre, presso il Centro diurno ATTE Collina d'Oro a Montagnola, allena le ugole in vista degli spettacoli canori. Il prossimo in cartellone (concerto più merenda) si terrà domenica 15 febbraio alle 16:00 presso la Residenza Rivabella, in via Ressiga 17 a Magliaso. Per saperne di più sul Coro ATTE Collina d'Oro: [franco.masci@autoscuola2000.ch](mailto:franco.masci@autoscuola2000.ch), tel. 079/685 70 20.



## Gruppo Alto Vedeggio

### Pranzo di Natale

Lo scorso 18 dicembre, con il pranzo di Natale offerto a una quarantina di soci, l'ATTE Alto Vedeggio ha concluso le attività del 2025, che sono state sempre molto apprezzate dai partecipanti.



## Gruppo Melide

### Pranzo annuale

Il 23 novembre 2025 il Gruppo ATTE Melide ha organizzato per i soci il pranzo annuale al Ristorante Nuvola Blu. Oltre alle Autorità comunali ed il Parrocchio Don Ernesto c'è stata una numerosa partecipazione. Allietato dall'accompagnamento musicale di Giorgio Bergomi che ha invogliato al ballo ed al canto dei presenti. Ringraziamo a tutti i partecipanti per l'ottima riuscita di questo appuntamento oramai consolidato.





*L'appuntamento con il Torneo cantonale di burraco tornerà il prossimo novembre al Centro scolastico di Chiasso.*



## Torneo di burraco

Si è tenuto lo scorso 15 novembre al Centro Scolastico di Chiasso l'annuale Torneo cantonale di burraco. Venti quest'anno le coppie per un totale di 40 partecipanti provenienti dal Mendrisiotto e dal Luganese. Ed è proprio nel Luganese che, alla fine delle partite, è andata la coppa del Torneo. Questa la classifica:

1° Elena Falaschi e Massimo Magnini – Luganese

2° Carmela Mancini e Vincenzo Mancini – Mendrisiotto

3° Antonia Caminada e Jacqueline Corrado – Mendrisiotto

4° Erminia Gobbi e Raffaella Schlumpf – Mendrisiotto

Come consuetudine, il pomeriggio si è concluso con un ottimo aperitivo organizzato dal Gruppo ATTE Chiasso. A tutti un caloroso grazie per la riuscita di questa bella manifestazione.



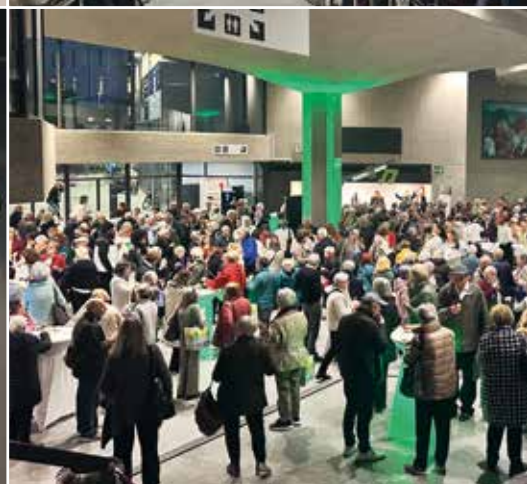


# Rassegna dei cori

Si è tenuta lunedì 10 novembre al Palazzo dei Congressi di Lugano la consueta Rassegna dei Cori ATTE che quest'anno ha visto la partecipazione di dodici gruppi e di tre cori provenienti dal Liceo Cantonale Lugano 1. 51 studenti che con la loro presenza hanno sottolineato il valore intergenerazionale del canto e della missione dell'ATTE. Ogni coro del Liceo ha offerto una singola e apprezzata esecuzione, mentre i maestri dei vari gruppi hanno dato il via alla rassegna esibendosi insieme nel brano *La Marina*, un momento di grande significato per tutti i presenti.

Il presidente dell'Associazione, Giampaolo Cereghetti, ha aperto ufficialmente i lavori con un breve discorso iniziale nel quale, citando il grande antropologo francese Claude Lévi-Strauss, ha ricordato che la musica "è un linguaggio al tempo stesso più universale e più misterioso delle parole". L'evento si è concluso con un conviviale aperitivo che ha permesso a tutti i partecipanti di condividere le emozioni della giornata.

Un sentito ringraziamento va ai volontari e alla Sezione di Lugano dell'ATTE per il supporto nell'organizzazione e per aver garantito la perfetta riuscita di questa splendida giornata all'insegna della musica e della socialità.



*L'appuntamento con la Rassegna cantonale dei cori tornerà il prossimo 24 novembre al Mercato coperto di Mendrisio.*

## SEZIONE BELLINZONESE

Centro diurno socio ricreativo, via Raggi 8,  
6500 Bellinzona, tel. 091 826 19 20  
[www.atte.ch/bellinzone](http://www.atte.ch/bellinzone),  
[info@attebellinzone.ch](mailto: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.

### Appuntamenti fissi presso il Centro Diurno:

#### Yoga da seduti\*

Lunedì, ore 10:00-11:00.  
Mercoledì, ore 17:00-18:00  
Esercizi semplici per rimanere in forma.  
Con Federica Dubbini del Centro Armonia

\*Se interessati, chiedere disponibilità telefonando  
al nr 091 826 19 20

#### Sportello digitale

Lunedì 16 e 30 marzo, 20 aprile, ore 14:00-16:00.  
Dove imparare e sentirsi accompagnati nel mondo  
digitale. Presentarsi senza annunciarsi.

#### 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.

#### Gruppo di canto spontaneo

Martedì, dalle ore 14:00 alle 16:00. Canzoni della  
tradizione popolare, sotto la guida di Pietro Bian-  
chi, musicologo. Per informazioni e per partecipare  
presentarsi sul posto.

#### Ginnastica dolce\*

Giovedì, ore 10:15-11:15  
Esercizi per la mobilità e per il rinforzo  
muscolare, prevenzione delle cadute  
con Alessandra Gorla, fisioterapista

\*Se interessati, chiedere disponibilità telefonando  
al nr 091 826 19 20

#### Pranzo in compagnia

Domenica 22 marzo e 26 aprile, ritrovo dalle ore  
11:00. Antipasto, secondo con contorno e dolce: fr.  
20.- vino, acqua e caffè compresi.  
Iscrizioni entro il lunedì precedente telefonando  
allo 091 826 19 20 (Segretariato ATTE).

#### 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.

\*\*\*

#### TAI CHI

Da mercoledì, 25 febbraio 2026, ore 10:15-11:15.  
10 incontri settimanali condotti da Claudio Ciana,  
istruttore di Tai Chi. Costo: fr. 120.-.  
Numero minimo partecipanti per confermare  
l'inizio del corso: 10  
Iscrizioni entro lunedì 2 febbraio telefonando allo  
091 826 19 20 o scrivendo a [bellinzone@atte.ch](mailto:bellinzone@atte.ch)

Il Tai Chi, definito da molti "meditazione in  
movimento", è una pratica che armonizza corpo e  
mente. Eseguito con costanza, migliora postura,  
equilibrio e consapevolezza, riducendo il rischio di  
cadute. Il corso è organizzato in collaborazione con  
Parkinson Svizzera, ufficio Svizzera italiana.  
Corso per persone anziane o affette dalla malattia  
di Parkinson, con o senza congiunti.

#### ALLENA...MENTE: allenare il cervello con gli esercizi del Braingym®

Venerdì, 27 febbraio, 6 e 13 marzo 2026  
Primo gruppo: ore 09:00-10:00: per chi ha già  
partecipato al corso nel marzo 2024 e desidera un  
"ripasso".  
Secondo gruppo: ore 10:15-11:15 per nuovi parteci-  
panti  
3 incontri con Giovanna D'Onofrio, Brain Gym  
Teacher® riconosciuta dall'associazione svizzera  
"Brain Gym Suisse" ([braingymsuisse.ch](http://braingymsuisse.ch)) e formatrice  
di adulti FFA1/2/3  
Costo: fr. 40.-.

Numero minimo partecipanti per confermare  
l'inizio del corso: 10  
Iscrizioni entro l'11 febbraio, telefonando allo 091  
826 19 20 o scrivendo a [bellinzone@atte.ch](mailto:bellinzone@atte.ch)

Questo metodo educativo favorisce la cooperazio-  
ne tra gli emisferi cerebrali. I suoi esercizi aiutano  
nella gestione quotidiana, migliorano l'armonia  
interiore e sostengono funzioni come camminare,  
leggere e scrivere, rivelandosi utili anche nei  
momenti di stress

#### Assemblea sezionale ATTE Bellinzone

mercoledì, 25 marzo 2026, ore 09.45, Bellinzona,  
Centro Diurno Atte, via Raggi 8  
Convocazione e ordine del giorno esposti alla  
bacheca del CD e pubblicati nel sito  
[www.atte.ch/bellinzone](http://www.atte.ch/bellinzone) Iscrizioni entro il 15  
marzo telefonando allo 091 826 19 20 o scrivendo  
a [bellinzone@atte.ch](mailto:bellinzone@atte.ch)

#### Fuori sede

#### Gioco delle bocce

Incontri settimanali, il martedì alle ore 14:00,  
Castione, Bocciodromo Tenza. Per informazioni:  
Fiorenzo Guggiari, nr 079 345 78 30

#### Ginnastica in acqua

Giubiasco, piscina SM  
Incontri settimanali il mercoledì: 1° gruppo: ore  
14:30-15:30 - 2° gruppo ore 15:30-16:15. Monitri-  
ce: Claudia Tagliabue-Pedrinis.  
Se interessati, chiedere disponibilità telefonando  
al nr 091 826 19 20.

L'esercizio in acqua aumenta la forza, la resistenza  
e la flessibilità del corpo.

#### Gruppo L'incontro di Arbedo-Castione

Centro sociale, 6517 Arbedo, aperto tutti i giovedì  
dalle 14:00 alle 17:00. Quando c'è il pranzo dalle  
12:00. Le attività verranno esposte mensilmente  
agli albi del Comune di Arbedo-Castione, nelle  
Chiese di Arbedo e Castione e su:  
<https://atte-arbedocastione.blogspot.com> e  
[www.atte.ch/bellinzone](http://www.atte.ch/bellinzone)  
Inoltre per i partecipanti ai ritrovi del giovedì è a  
disposizione il programma mensile.  
Informazioni e iscrizioni per gli eventi durante i  
nostri ritrovi, oppure all'indirizzo e-mail:  
[segreteria.attearbedocastione@gmail.com](mailto:segreteria.attearbedocastione@gmail.com)

#### Assemblea ordinaria

Giovedì 26 febbraio, ore 14:00 presso il Centro  
Sociale di Arbedo.

#### 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)

#### Assemblea generale ordinaria

Martedì 3 febbraio, ore 14:00, ritrovo al Centro,  
rinfresco offerto

#### Pranzo carnevale con tombola

Martedì 10 febbraio. Ritrovo ore 12:00 al Centro

#### Festa dei compleanni

Martedì 24 febbraio, 31 marzo e 28 aprile, ritrovo  
al Centro, ore 14:00. Controllo della pressione e  
giochi.

#### Incontro con...

Martedì 3 marzo

#### Tombola

Martedì 10 marzo e 21 aprile ritrovo al Centro, ore  
14:00

#### Pranzo in musica

Martedì 17 marzo e 14 aprile

#### Pomeriggio da ridere

Martedì 24 marzo, ridiamo con "Le sorelle smemo-  
relle". Ritrovo al Centro, ore 14:00

#### Gruppo Visagno-Claro

Presidente ad interim: Fabiana Rigamonti,  
tel. 091 863 10 18, [frigamontiguaidali@gmail.com](mailto: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, coordinatore 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.

**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 pensionato/a?** Con l'aiuto di un Life Coach potrai allenarti in sicurezza, migliorare il tuo stato psicofisico, mobilità e sentirti più vitale ed energico; contattaci via e-mail [biascaevalli@atte.ch](mailto:biascaevalli@atte.ch).

**Per il programma delle attività** nel dettaglio visita il sito: [atte.ch/centro-diurno-biasca](http://atte.ch/centro-diurno-biasca)

### Sportello digitale

Da lunedì a venerdì su appuntamento. Prenotarsi chiamando lo 079 615 21 47

### Centro diurno Faido

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

### Pranzi e festa dei compleanni

Mercoledì 11 febbraio (iscrizioni entro il 9), 18 marzo (iscrizioni entro il 16), 15 aprile (iscrizioni entro il 13). Le iscrizioni sono obbligatorie e vanno fatte a Silva: 079 442 86 62. Il ritrovo è alle 12:00.

### Tombola

Mercoledì 25 marzo, ore 14:00. Segue merenda.

### 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

#### Mercatino dell'usato

Tutti i giorni dalle 15:00 alle 19:00. Mercatino per uomo donna bambino: vestiti stagionali, scarpe, articoli sportivi, giochi, accessori per anziani (deambulatori, stampelle,...), tutto in buono stato e molti articoli nuovi a prezzi scontati

#### Ginnastica dolce

Tutti i mercoledì dalle 10:00 alle 11:00

#### Carnevale in maschera

Lunedì 16 febbraio, alle 18:30 cena: Busecca o patate e luganighe segue musica con Flavio Caldelari.

### Pranzo

A marzo: bollito misto alle 12:00 (segue locandina). Iscrizioni direttamente al centro Monte Pettine allo 091 868 13 45 aperto tutti i giorni dalle 15:00 alle 19:30 escluso la domenica.

### Centro diurno Olivone

c/o Casa Patriziale, coordinatrice Sonja Fusaro-DeLuigi

### Pranzo con tombola

Mercoledì 25 febbraio (pranzo di carnevale), 18 marzo (pranzo pasquale), 22 aprile (pranzo di primavera)

INFO: In sostituzione delle tombole potrebbe esserci una conferenza o un altro evento.

Le date mensili sono provvisorie. Eventuali cambiamenti verranno comunicati ai soci e ai partecipanti tramite locandine e pubblicazioni sui quotidiani.

### Nuoto

I corsi di nuoto riprenderanno in gennaio seguendo il calendario scolastico.

### Gruppo Blenio-Riviera

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

### Ballo liscio

Giovedì 12 febbraio, 12 marzo, 9 aprile, Bocciodromo Rodoni a Biasca, inizio ore 14:00

### Assemblea generale ordinaria

**Martedì 24 febbraio 2026, presso il Centro ATTE a Biasca, inizio ore 14:00: a seguire merenda offerta.**

### Coro

Tutti i martedì (seguito il calendario scolastico) dalle ore 14:00 prova del Coro "Ra Froda" al Centro ATTE a Biasca.

### Gruppo della Leventina

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

### Ballo liscio

Giovedì 5 febbraio, 5 marzo, 2 aprile, Bocciodromo Rodoni a Biasca, inizio ore 14:00

### Assemblea generale ordinaria

**Mercoledì 4 marzo, ore 14:30, centro diurno Monte Pettine, Ambri**

### Coro Leventinella

Riprenderà a marzo. Data non ancora definita.

## SEZIONE LOCARNESE E VALLI

Centro diurno, Via dott. G. Varesi 42B (al piano terra della Residenza PerSempere), 6600 Locarno, tel. 091 751 28 27, [centroatte@bluewin.ch](mailto:centroatte@bluewin.ch). Presidente Fabio Sartori. Aperto dal lunedì al venerdì dalle 14:00 alle 17:00.

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

Informazioni aggiornate sulla programmazione: [www.atte.ch/locarnese](http://www.atte.ch/locarnese)

**Attenzione: Il Centro rimarrà chiuso dal 14 al 22 febbraio e dal 3 al 12 aprile.**

### Assemblea generale ordinaria

Mercoledì 11 febbraio, ore 10:00, presso il Centro diurno ATTE - Via Varesi 42 B - Locarno. Al termine verrà offerto un aperitivo.

### Attività ricorrenti

LUNEDÌ: prove di canto del Coro Lago Maggiore  
LUNEDÌ - VENERDÌ: gioco delle carte  
MERCOLEDÌ: 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.

### Sportello digitale

Lunedì 9 e 23 febbraio, 2, 16 marzo e 30 marzo, 13 e 27 aprile, ore 14:30-16:30. Spazio di incontro personalizzato e gratuito, dove trovare assistenza, chiedere informazioni e ottenere supporto per l'uso di smartphone e tablet.

### UNI3

Vedi programma Corsi UNI3

### Stuzzicare la voglia di leggere

La sede ATTE di Locarno si è dotata di una piccola biblioteca: romanzi, biografie, gialli, ecc. e li presta gratuitamente durante gli orari di apertura della sede.

Ogni primo giovedì del mese dalle 14:30 alle 16:00 una breve presentazione di alcuni libri, dell'autore /autrice, del perché vale la pena di leggerli. Se il primo giovedì del mese cade durante la chiusura del centro per vacanze la presentazione viene spostata al giovedì seguente.

Prossimi appuntamenti: 5 febbraio, 5 marzo e 2 aprile

### Conversazione in inglese

Di mercoledì, ore 14:00-15:00, con Louise Burckhardt, docente madrelingua inglese. Argomenti a seconda degli interessi dei partecipanti. Ripasso grammaticale all'occorrenza. Costo per un ciclo di 7 incontri: Fr. 35.- per soci ATTE, Fr. 50.- per non soci. Info e iscrizioni: al n.ro 079 554 41 26 (Louise)

### Movimento a ritmo di musica

Tutti i venerdì, con Silvana Marzari, insegnante



di Rio Abierto. Ore: 14:30-15:30, presso il Centro.  
Costo: ciclo di 6 incontri: fr. 60.- per Soci ATTE / fr. 70.- per non soci. Informazioni e iscrizioni: al n.ro 079 765 76 51 (Silvana)

### Caffè Medical

Sempre di martedì, nelle seguenti date:  
19 febbraio presso la casa Rossa a Muralto, 24 marzo presso la sede ATTE di Locarno, 23 aprile presso la casa Rossa a Muralto.  
In collaborazione con il Comune di Muralto e l'ALVAD.

I Caffè medical sono uno spazio di dialogo gestito da medici in pensione che, a titolo volontario e gratuito, mettono a disposizione il loro sapere per aiutare le persone a prendere decisioni consapevoli sulla propria salute. (Se ne parla in modo approfondito in un articolo pubblicato a pagina 9).

### Conferenze e momenti di scambio

#### Il valore del Servizio pubblico

Mercoledì 4 marzo, ore 14:30-16:00, relatore: Graziano Pestoni

#### Storie di nonna Yvonne

Mercoledì 10 marzo, ore 14:30-16:00, relatrice: Yvonne Mariotta-Castellani  
Partendo da pensieri raccolti durante il periodo di isolamento dovuto al Covid, l'autrice condivide in semplicità i ricordi della sua fanciullezza a Locarno-Solduno. Molto probabilmente molti di noi si potranno ritrovare in questa rievocazione.

#### Gruppo del Gambarogno

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

#### Sportello digitale

Lunedì 24 febbraio e 26 marzo, ore 14:30-16:30, biblioteca comunale San Nazzaro

#### Tombola

Giovedì 12 e 26 febbraio, 12 marzo, 16 e 30 aprile, ore 14:00 Centro Rivamonte, Quartino

#### Esplora il digitale con facilità

Giovedì 26 marzo, relatore: Daniele Raffa, ore 14:00, Sala del centro Rivamonte

### 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: menù a CHF 15.50 (antipasto, primo, dessert acqua e caffè).

#### Pranzo a tema

Sabato 14 febbraio, 14 marzo, 18 aprile

#### Sportello digitale

Lunedì 2, 9 e 23 febbraio, 2,9,16,23 e 30 marzo, ore 14:30-16:30

#### Ballo

Venerdì 27 febbraio, 27 marzo, 24 aprile, ore 14:00-17:00, con Lorenzo

#### Tombola del sabato

17,21 e 28 febbraio, 7,21 e 28 marzo, 11 e 25 aprile - Ore 14:30

#### Assemblea generale ordinaria

Mercoledì 25 marzo, ore 16:30 presso il Bistrot Vecchio Torchio, Via Taddei 4c, 6962 Viganella. Al termine dei lavori assembleari sarà offerto ai partecipanti uno spuntino.

Consulta il sito per scoprire tutto il programma. [www.atte.ch/luganese](http://www.atte.ch/luganese)

#### 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.

#### Pranzo

Giovedì 26 febbraio e 26 marzo, dalle 12:00 al centro diurno di Rivera

#### Assemblea generale ordinaria

Giovedì 26 febbraio alle 13:45 presso il Centro diurno di Rivera. L'ordine del giorno sarà esposto agli albi comunali e distribuito ai soci.

#### Gruppo di Breganzona

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

#### Pomeriggio ricreativo

Martedì 17 marzo con il Coro "Insema par cantà"

#### Gita a Lecco

Martedì 24 marzo

I Soci saranno informati di volta in volta tramite circolare.

I Soci saranno informati tramite circolare.

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

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

#### Appuntamenti fissi

##### Camminare in compagnia

Giovedì mattina 09:15-11:00.  
Ritrovo Centro sportivo di Tesserete, lato Scuola elementare, non occorre iscriversi.

##### Nordic walking

Giovedì mattina 09:15-11:00.  
Ritrovo Centro sportivo di Tesserete, lato Scuola elementare, non occorre iscriversi.

##### Ginnastica dolce "over 65"

Lunedì pomeriggio 14:15-15:00, Tesserete, Centro socioculturale.

#### Tombola

Giovedì 14:30-16:30, Tesserete, Centro socioculturale, organizzata dall'Associazione Pom Rossin.

Attenzione: gli appuntamenti fissi sono sospesi durante il periodo delle vacanze scolastiche.

#### Assemblea ordinaria

Lunedì 23 febbraio, ore 15.45, Centro socioculturale Tesserete. (Verrà inviato l'avviso di convocazione a tutti i soci).

#### Pranzi in compagnia e allegria

Martedì 24 febbraio e 24 marzo 11:30-14.30

Centro socioculturale.  
Iscrizioni: tel. 079 223 87 64 Michele Canonica entro il giovedì precedente la data fissata per il pranzo. Gradito un messaggio di posta elettronica a: [micheleca@bluewin.ch](mailto:micheleca@bluewin.ch).

#### Escursione Ciaspolata a Cari

Venerdì 27 febbraio  
07.30 ritrovo Centro Sportivo di Tesserete, spostamento con le auto, pranzo self-service Cari 2000. Iscrizioni entro lunedì 23 febbraio.  
Responsabile uscita: Gianni Baffelli, tel. cell. 079 544 65 08. Sostituto: Corrado Piattini, tel. cell. 079 377 42 12

Consultate il sito [www.attecapriascavalcolla.ch](http://www.attecapriascavalcolla.ch), sarete costantemente informati delle diverse 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.

#### Visita alla Pinacoteca Züst

Giovedì 12 febbraio visita alla mostra "Accessori di classe" presso la Pinacoteca Züst a Rancate, l'uscita terminerà con un aperitivo.

#### Assemblea generale ordinaria

Mercoledì 25 febbraio, Aula magna del Centro scolastico della Collina d'Oro. Segue aperitivo.

Il programma delle attività per i mesi di febbraio e marzo è in fase di elaborazione. I soci verranno informati tramite le locandine esposte in sede, agli albi comunali e con una comunicazione personale.

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.

### Carnevale con Riffa

Martedì 17 febbraio, riffa, musica e merenda, ore 14:30 Sala multiuso

### Assemblea generale ordinaria

Giovedì 5 marzo, ore 14:30, Sala multiuso. Segue aperitivo.

### Aspettando Pasqua

Giovedì 2 aprile, con riffa e merenda, ore 14:30 Sala Multiuso

### Il mondo dei pipistrelli

Giovedì aprile, conferenza, ore 14:30 Sala Multiuso

## SEZIONE MENDRISIOTTO E BASSO CERESIO

Presidente Giorgio Comi, Via Industria 13, 6850 Mendrisio, tel: 076 556 73 70, Iscrizioni a mendrisiotto@atte.ch oppure a Giorgio: 076 556 73 70. Seguiteci sull'agenda della Sezione ATTE Mendrisiotto: <https://atte.ch/mendrisiotto>

### Assemblea generale ordinaria

Mercoledì 8 aprile, ore 15:00. Sala delle Scuole elementari, via Loverciano - via Vignino, Castel San Pietro. Segue rinfresco. Posteggi a disposizione

### Gruppo ATTE Insieme, Balerna e Castel San Pietro

Coordinatrici: Luisa Medici Fox: [atte.insieme@gmail.com](mailto:atte.insieme@gmail.com), Mariella Zaramella: [mariella.zaramella@yahoo.it](mailto:mariella.zaramella@yahoo.it)

### Assemblea generale ordinaria

Martedì 3 febbraio, ore 17.30, Spazio aperto, Largo Bernasconi, Castel San Pietro.

### 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 febbraio: ristorante "Rosso di Sera"  
Martedì 17 febbraio: Gnocchi di Carnevale  
Giovedì 16 aprile: in sede, ore 12:00

### Burraco: in sede

Tutti i lunedì non festivi dalle 14:30

### Tombola

Giovedì 12 e 26 febbraio; 12 e 26 marzo; 2 aprile. In sede.

### Assemblea generale ordinaria

Mercoledì 3 marzo, ore 14.30

### Corso di yoga

Fino al 23 marzo, in sede  
Tutti i lunedì non festivi, dalle 11:00 alle 12:00  
Tutti i mercoledì non festivi dalle 9:20 alle 10:20 e dalle 10:30 alle 11:30

### Ginnastica dolce

Fino al 14 aprile, in sede. Tutti i martedì dalle 10:00 alle 11:00 (esclusi il 17/2 e il 7/4).

### Sportello digitale

Fino al 27 marzo, in sede. Tutti i venerdì non festivi dalle 14:30 alle 16:30 in sede (escluso 20/2, 20/3).

### Conferenze sulla salute

Martedì 10 febbraio, ore 15:00: Ogni rifiuto conta  
Martedì 18 marzo, ore 15:00: Incontro con Rita Pezzati. In sede.

### Insieme a Teatro

Giovedì 5 febbraio, ore 18:00, Tiziana Conte introduce lo spettacolo della Paul Taylor Dance Company  
Venerdì 27 marzo, ore 18:00, Giorgio Thoeni introduce lo spettacolo "Colpi di timone", di Enzo La Rosa  
Mercoledì 15 aprile, ore 18.00, Giuseppe Clericetti introduce il concerto della Akademie für alte Musik Berlin.

### 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.

### Assemblea generale ordinaria

Domenica 22 febbraio, ore 11:00, segue pranzo con tombola

### Gruppo di Mendrisio

Centro Diurno, Via C. Pasta 2, 6850 Mendrisio.  
Coordinatori:  
Magda Andina: [magda.andina@hotmail.com](mailto:magda.andina@hotmail.com) e  
Luvigi Di Raimondo: [guidiraimondo@gmail.com](mailto:guidiraimondo@gmail.com).  
Per avere informazioni: scrivere a [gcomi@atte.ch](mailto:gcomi@atte.ch)

### Visite guidate

Mercoledì 4 febbraio, ore 14:00, viaggio a Rivera e visita guidata della Fabbrica di dolci Vanini

Giovedì 5 marzo, ore 10:00: visita guidata delle mostre al Teatro dell'architettura

Mercoledì 1° aprile, ore 16:30, visita guidata Trasparenti esposti e Museo Casa Croci

### Pranzo

Giovedì 15 gennaio, ore 12:00 alla Casa delle Generazioni di Mendrisio

### Yoga e Thai Chi

Venerdì 27 febbraio, ore 14:30-15:30, ciclo di incontri di Yoga alla Casa delle Generazioni

Venerdì 27 febbraio, ore 14:30-15:30, ciclo di incontri di Tai Chi alla Palestra di via Vela, Mendrisio

Tutte le date dei cicli di Yoga e di Tai Chi si possono trovare sul nostro sito: [atte.ch/mendrisio](http://atte.ch/mendrisio) e sulle locandine affisse alla Casa delle Generazioni.

### Assemblea generale ordinaria

Martedì 24 marzo, ore 14:00, Casa delle Generazioni di Mendrisio

### Gruppo di Novazzano

Centro diurno, via Casate 10, 6883 Novazzano, 077 408 60 94, [cdnovazzano@attemomo.ch](mailto: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:

### Assemblea generale ordinaria

Mercoledì 18 febbraio, sala Garbinasca, ore 10:30, ordine del giorno: vedi albo; segue pranzo

### Pranzi del martedì

10 e 24 febbraio, 10 e 24 marzo, 7e 21 aprile

### Tombola

Giovedì 26 febbraio, 26 marzo e 30 aprile

### Pranzo di Carnevale

Domenica 8 febbraio, risotto e cotechino

### Auguri di Buona Pasqua

Giovedì 2 aprile, con colomba e spumante

### Ginnastica dolce

Corso settimanale suddiviso in due gruppi

### Bocce

Tutti i venerdì al Palapenz fino a fine marzo

### Burraco

Tutti i martedì

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 o Gabriella, segretaria, tel. 091 684 13 78, oppure contattando le responsabili locali:  
Bruzella: Nunzia tel. 091 684 12 36  
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

### Assemblea generale ordinaria

Mercoledì 11 febbraio, presso la sala multiuso di Morbio Superiore, alle ore 14:15

### Tombola

Mercoledì 11 marzo, ore 14:00, presso la ex palestra di Morbio Superiore

Ulteriori informazioni saranno pubblicate sul settimanale "L'Informatore".



# Le Alpi nel cuore di Milano

**In occasione dei Giochi Olimpici Invernali 2026, il Centro Svizzero di via Palestro si trasforma in un villaggio olimpico aperto a tutti, tra sport, innovazione e sapori alpini**

**S**e cercate un angolo di montagna nel centro di Milano, febbraio è il mese giusto per segnare un appuntamento in agenda. In occasione dei Giochi Olimpici Invernali 2026 (6-22 febbraio), il Centro Svizzero di via Palestro si trasformerà nella House of Switzerland Italia, un vivace spazio pop-up aperto a tutti dove l'atmosfera alpina incontra l'energia dei Giochi.

## Flora Alpina in città

L'idea non è quella di un classico spazio espositivo, ma di una vera "fuga dall'inverno urbano" grazie all'installazione "Flora Alpina". Al suo centro vi si troverà un tranquillo giardino alpino, un ambiente dove ricaricarsi, rilassarsi e riconnettersi con la natura. Si potranno poi assaporare audaci reinterpretazioni dei sapori alpini svizzeri, infusi con un tocco moderno e sorprendenti note floreali. Si potrà partecipare a una serie di eventi e attività curati che inviteranno a reimmaginare insieme le Alpi come centro di creatività, innovazione e vita sostenibile. Che siate grandi appassionati di sport o semplici curiosi in cerca di un'atmosfera conviviale, l'ingresso è gratuito e senza necessità di registrazione. «*La House of Switzerland è più di uno spazio espositivo, è una vera e propria casa di dialogo e amicizia.*» – sottolinea l'Ambasciatore Alexandre Edelmann, Capo di Presenza Svizzera – *In un ambiente rilassante e conviviale, racconteremo un Paese che è*

## Un progetto, due case della Svizzera

La House of Switzerland Italia è la piattaforma nazionale della Svizzera ai Giochi Olimpici e Paralimpici invernali 2026 a Milano e Cortina d'Ampezzo. In due spazi pop-up aperti a tutti proporrà l'autentica ospitalità svizzera e prelibatezze regionali in un'atmosfera accogliente che catturerà l'essenza dei Giochi. Sarà il luogo dove incontrare persone da tutto il mondo, condividere i momenti più emozionanti dei Giochi sul grande schermo, tifare per gli atleti e le atlete e celebrare insieme le loro medaglie e lo spirito alpino. Sarà un viaggio di scoperta delle Alpi come spazio di vita e cultura nel cuore dell'Europa, in cui lasciarsi ispirare dalle innovazioni all'avanguardia della Svizzera nello sport, nella cultura, nella scienza, nel business e oltre.

Per scoprire il programma completo visita il sito: [houseofswitzerland.it](https://houseofswitzerland.it)

*continuamente impegnato nello sviluppo dell'innovazione e della cooperazione. Tutti valori che trovano la loro massima espressione nello spirito olimpico.»*

## Il linguaggio dei fiori tra resilienza e gioia

L'installazione Flora Alpina nasce come un'ode delicata al paesaggio svizzero e alla maestria dell'artigianato popolare elvetico. Il suo design grafico trae ispirazione dal ricamo a punto croce tipico dei Grigioni, un motivo tradizionale che evoca al contempo la resilienza e l'eleganza della cultura svizzera. In questo spazio, i Giochi vengono celebrati come un antico raduno popolare, un prezioso momento di unità tra le nazioni.

La scelta della flora alpina non è casuale: la resistenza di queste piante riecheggia la

forza degli atleti, mentre il loro storico impiego come rimedi curativi le trasforma in simboli di rinnovamento e vigore. Nella cultura svizzera, i fiori incarnano la connessione tra passato e presente, portando con sé un messaggio di bellezza e tradizione.

Come sottolinea l'architetto Daniel Zambide, scenografo della House of Switzerland a Milano: «*I fiori sono semplicemente belli, ma sono molto di più: simboleggiano la generosità e portano gioia. Li usiamo per accogliere e per festeggiare; non a caso, ai Giochi Olimpici le medaglie sono sempre accompagnate da un mazzo di fiori. I fiori non hanno confini: viaggiano e mettono in contatto le persone. Abbiamo ritenuto che fossero il simbolo più adatto per questa "Casa della Svizzera"».*





## UN ANNO NEL SEGNO DEL VOLONTARIATO

A	G	H	I	L	P	R	O	C	O	M	U	N	I	T	A	X	B
L	C	S	D	A	E	V	U	A	T	I	M	I	S	S	O	R	P
S	I	C	L	I	D	R	B	H	R	T	O	U	M	N	N	E	C
C	T	U	O	Y	A	B	E	N	E	F	I	C	I	A	R	I	O
B	T	T	A	G	U	S	L	M	S	S	A	E	W	K	U	O	N
F	A	T	U	L	L	G	R	A	T	U	I	T	A	S	I	S	D
Z	D	I	H	B	N	I	O	E	V	Z	I	S	A	L	D	V	I
S	I	T	I	M	I	Z	E	L	P	I	A	C	K	D	O	U	V
N	N	F	P	A	D	X	O	N	G	E	P	M	I	U	R	E	I
A	A	D	U	O	Y	A	B	E	Z	X	A	F	J	A	T	V	S
K	N	C	O	L	L	A	B	O	R	A	R	E	S	I	N	E	I
S	Z	G	H	N	T	U	I	E	A	B	U	F	V	P	E	N	O
L	A	S	Z	U	A	J	A	G	L	W	X	J	U	O	C	O	N
M	A	P	U	N	O	R	C	R	T	O	A	N	L	R	P	I	E
O	T	E	T	A	P	M	E	G	R	H	U	F	U	T	C	S	H
I	T	L	Z	U	E	F	B	C	U	P	J	H	E	N	G	U	B
A	I	A	E	N	O	I	Z	A	I	C	O	S	S	A	I	L	H
I	V	D	C	B	H	E	Z	L	S	B	P	X	Z	L	P	C	X
V	A	I	T	A	P	M	E	S	M	M	I	S	S	I	O	N	E
H	S	L	P	F	H	D	Z	A	O	C	Z	E	W	F	C	I	O
X	U	O	C	O	O	P	E	R	A	Z	I	O	N	E	V	G	S
V	H	S	G	A	C	L	V	U	P	F	S	A	B	P	A	Z	E

Accoglienza  
Altruismo  
Associazione  
Beneficiario  
Cittadinanza Attiva

Centro diurno  
Collaborare  
Comunità  
Condivisione  
Cooperazione

Cura  
Donare  
Empatia  
Filantropia  
Gratuità

Impegno  
Inclusione  
Missione  
Prossimità  
Solidale

G.A.B.  
CH-6501 Bellinzona

P.P./Journal  
CH-6501 Bellinzona

LA POSTA 



Stare bene  
insieme a  
tutte le età.



atte