



terzaetà

RIVISTA PERIODICA ATTE - ASSOCIAZIONE TICINESE TERZA ETÀ

ANNO XLIV - N.4 - SETTEMBRE 2026



Assemblea Cantonale

Martedì 9 giugno 2026
Mercato Coperto, Giubiasco

Incontro Cantonale della persona anziana

Giovedì 8 ottobre 2026
Sala Aragonite, Manno

Torneo di scopa

Giovedì 30 aprile 2026
Sezione Bellinzonese
Centro Ciossetto, Sementina

Torneo di bocce

Giovedì 21 maggio 2026
Sezione Bellinzonese
Ristorante Tenza, Castione

Torneo di scacchi

Mercoledì 16 settembre 2026
Sezione Locarnese
Centro Diurno ATTE, Locarno

Torneo di burraco

Sabato 14 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 segreto dei centenari

Mi è capitato qualche volta camminando in montagna di imbattermi in un albero monumentale. Così vengono chiamati gli alberi secolari che superano i 7 metri di circonferenza. In Ticino ne sono stati censiti oltre 300 e uno dei più famosi porta il nome di Castiel. È un castagno che affonda le sue radici in un prato vicino al nucleo di Chironico, in Leventina. La sua circonferenza misura quasi 12 metri, il che significa che era già lì 1000 anni fa.

Mille anni. La Svizzera non c'era ancora quando ha messo le prime foglie. Nel suo tronco sono racchiusi 10 secoli di storia: di cerchio in cerchio l'occhio esperto di uno studioso vi leggerebbe l'alternarsi di stagioni miti e lunghe siccità, il fuoco di antichi incendi, le ferite di frane passate, il segno delle alluvioni.

Di questi giganti della natura abbiamo un enorme rispetto, perché riconosciamo in loro dei testimoni del tempo, dei custodi della biodiversità, dei pilastri della nostra identità culturale.

Perché la stessa considerazione non la riserviamo ai nostri anziani? Ai nostri centenari? Eppure i loro occhi hanno visto la seconda guerra mondiale, il boom economico degli anni Cinquanta, l'arrivo nelle case del frigorifero, la comparsa nel salotto della televisione. Avevano già 43 anni quando le donne in Ticino ottennero il diritto di voto, 63 quando crollò il muro di Berlino.

In Svizzera nel 1950 vivevano una dozzina di centenari. Oggi sono più di 2mila. Cosa sappiamo di loro? Molto poco, e quel poco è spesso filtrato dagli stereotipi: persone fragili, confuse, fuori dal mondo.

In realtà le cose non stanno proprio così. A dimostrarlo è stato SWISS100, uno studio nazio-

nale realizzato da un consorzio di università e ospedali universitari (ne parliamo a p. 11), che tra il 2022 e il 2024 ha intervistato 277 centenari – 80 in Ticino – per analizzarne le condizioni e le risorse, così da comprenderne meglio la resilienza. Ne sono emerse risposte sorprendenti: a dispetto degli stereotipi, molti di loro sono vigili, attenti, capaci di raccontarsi con lucidità. Non tutti, certo – la fragilità fisica resta diffusa – ma la loro soddisfazione di vita è spesso incredibilmente alta nonostante gli acciacchi e i problemi di salute dovuti all'età.

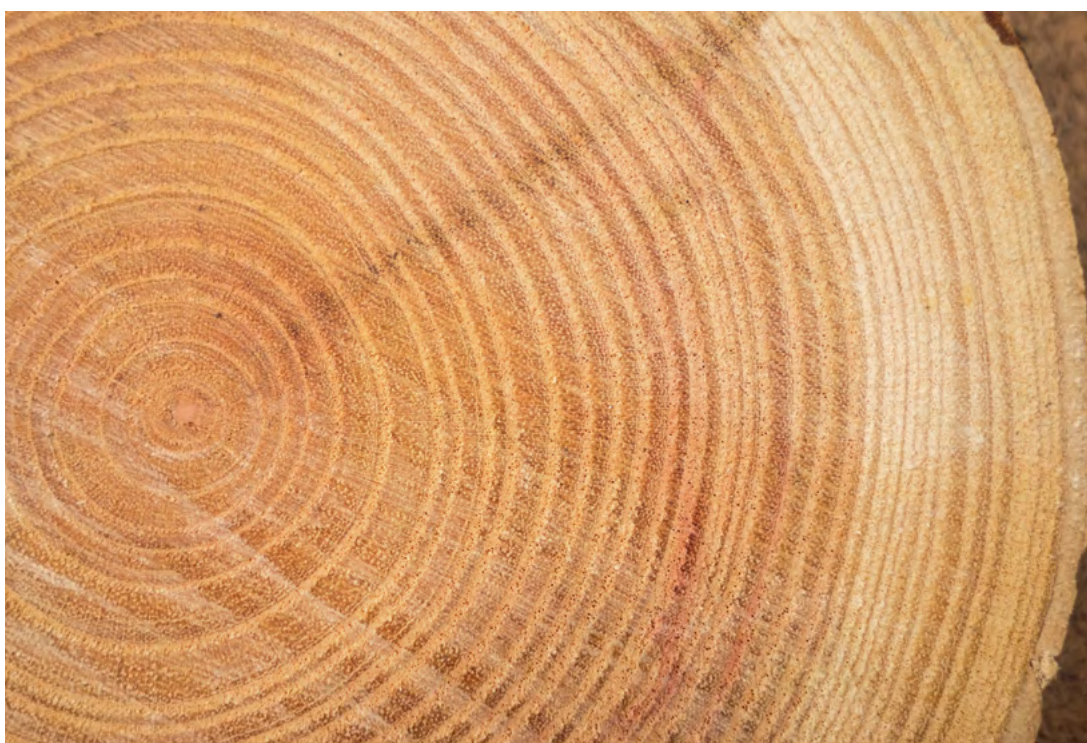
Un aspetto che torna spesso nelle loro parole riguarda i piccoli obiettivi quotidiani: un impegno da portare avanti, una persona da accudire, un gesto da ripetere ogni giorno con cura.

Mi viene in mente l'ikigai, il concetto giapponese che indica, semplificando, la propria "ragione per alzarsi al mattino"; non un traguardo da raggiungere una volta per tutte, ma un filo che si intreccia nella quotidianità, anche la più semplice. Non è un caso che sia nato a Okinawa, in Giappone, una delle zone del pianeta con la più alta concentrazione di centenari.

È infatti anche in questo che si nasconde il segreto della longevità: come ha dimostrato lo studio, arrivare a cent'anni non è solo un fatto di biologia o genetica fortunata, ma anche il risultato di un delicato equilibrio tra risorse psicologiche, relazioni sociali e meccanismi biologici. Come dire che i geni contano, sì, ma solo in parte. Molto lo facciamo noi, ogni giorno, con le nostre scelte, i legami che coltiviamo, il senso che diamo al tempo che abbiamo.

Laura Mella

editoriale





Rivista periodica ATTE

Associazione Ticinese Terza Età
Anno XLIV - N. 4 - Settembre 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, Francesca di Giorgio, Museo della Memoria, Emanuela Epiney-Colombo, Giampaolo Cereghetti, Silvano Marioni, Francesca Pusek, Mauro Lancini

Corrispondenti dalle sezioni

Giorgio Comi, Fiamma Pelossi, Petra Bontacchio, Maurizio Lancini, Eros De Boni, Gian Piero Bianchi

Comitato cantonale ATTE

Aldo Albisetti, Bruno Balestra, Egidio Beltrami, Daniel Burckhardt, Giampaolo Cereghetti, Giorgio Comi, Gabriella Conceprio, Franca Da Rin, Eros De Boni, Fiamma Pelossi, Gabriella Petraglio, Daniele Raffa, Mauro Chinotti, Achille Ranzi, Marco Jermini, Pierre Spocci, Anna Biscossa

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, a volte anche con il supporto dell'intelligenza artificiale.

6



ATTUALITÀ ATTE

Il resoconto dell'assemblea cantonale, un viaggio dietro le quinte dell'UN3 e il debutto dello spettacolo "Un colpo di sterzo".

20



STORIA

In occasione della mostra fotografica di Giovanni Luisoni, ripercorriamo la storia delle cave di Arzo.

14



TERRITORIO

Fonti di energia: centrali nucleari ancora fra le opzioni?

16



SOCIETÀ

Sotto la lente: il potere dell'economia digitale e "La mente sotto assedio", il libro sull'Intelligenza Artificiale di Bruno Giussani.

23



ARTE

Le opere del ticinese Carlo Agostino Meletta sono il cuore di un'esposizione temporanea al Museo Onsernonese di Loco.

26



SALUTE

Focus sulle cadute, tra rischi e attività di prevenzione.

VITA DELL'ATTE

34 PROGRAMMA VIAGGI

40 SEZIONI&GRUPPI

46 LA BACHECA

RUBRICHE

22 TRACCE DI VITA

27 BUONO A SAPERSI

31 FRA LE PAGINE

33 CINEMA

38 VOX LEGIS
GUARDA-TI

51 DISTRARSI

COLLABORAZIONI

29 ATIDU

VALPOLICELLA E VERONA

Tra vini e storia nel cuore del Veneto
08-10 ottobre 2026

Informazioni

Servizio viaggi:

Segretariato ATTE,
Tel: 091 850 05 51/59,
Mail: viaggi@atte.ch



«Gli anni che hai davanti non contano!»

Redazione

Soci, autorità e un anno di crescita alle spalle: l'assemblea cantonale ha fatto il punto a giugno sui numeri dell'ATTE, ma è stato l'intervento dell'ex consigliere di Stato Luigi Pedrazzini – tra cammini, rinunce e nuovi equilibri – a conquistare la sala.

Il 9 giugno il Mercato Coperto di Giubiasco ha ospitato l'assemblea cantonale dell'ATTE, che ha riunito soci, autorità e ospiti per fare il punto su un anno risultato positivo per l'associazione. Nel discorso d'apertura il presidente Giampaolo Cereghetti ha ribadito il peso dell'ATTE sul territorio: *“una delle principali infrastrutture sociali in Ticino, non un complemento, non un accessorio, ma una componente strutturale”*.

L'UNI3, nel suo 40° anniversario, ha raggiunto i 6'258 iscritti e pubblicato il volume *“Il Ticino tra le Alpi e la frontiera: un'essenza culturale italo-fona”*. Si contano inoltre 2'831 partecipanti ai viaggi – che hanno aperto una riflessione sul turismo sociale –, 3'051 utenti del Telesoccorso e 10'844 soci complessivi. Un successo reso possibile dal lavoro di oltre 600 volontari attivi in tutto il Cantone*. Numeri che, in un momento finanziario delicato e di confronto aperto con il DSS, sono stati richiamati anche per ribadire il valore della prevenzione primaria e culturale garantita da corsi, viaggi e centri diurni. L'assemblea ha inoltre ratificato l'ingresso in Comitato cantonale di Anna Biscossa, Marco Jermini e Fiamma Pellosi, quest'ultima nuova presidente della Sezione di Locarno, subentrata a Fabio Sartori.

“Attenzione, tocca a te esserci!”

A portare il saluto delle autorità sono intervenuti il sindaco di Bellinzona Mario Branda e l'amministratore apostolico della Diocesi di Lugano, monsignor Alain de Reamy. Branda ha collegato idealmente due date: il 1948, anno di introduzione dell'AVS, pilastro della coesione sociale svizzera che quest'anno vedrà per la prima volta il versa-

mento della tredicesima mensilità, e il 2035, quando in Svizzera le persone con più di 80 anni saranno molte di più. Una prospettiva, ha detto, che rende ancora più necessario il lavoro di un'associazione come l'ATTE nel costruire legami, competenze e relazioni, e nel tutelare la dignità delle persone in ogni fase della terza età, anche la più avanzata, quella dei tanti centenari che oggi la città festeggia ogni anno.

Monsignor de Reamy, portando anche il saluto ai presenti, ha invece giocato con l'acronimo dell'associazione, trasformandolo in un invito rivolto a tutti molto significativo *“Attenzione, tocca a te esserci!”*.

La testimonianza a cuore aperto di Luigi Pedrazzini

È stato l'intervento dell'ospite d'onore, l'avvocato Luigi Pedrazzini, a lasciare il segno tra i presenti. Ex consigliere di Stato, Pedrazzini ha scelto di raccontare – con leggerezza e senza retorica – la propria terza età, iniziata nel 2011 all'uscita dal Governo, accompagnando il racconto con una serie di fotografie scelte per l'occasione tra le tante scattate in questi anni. Al centro dell'intervento, il cammino di Compostela intrapreso proprio in quegli anni: 900 Km che gli hanno insegnato a costruire relazioni autentiche, dormendo negli ostelli e riscoprendo il valore di vivere con poco. *“A queste persone non interessa chi sei stato, ma quello che sei nel momento in cui parli con loro”*. Ha ricordato anche i trekking in Patagonia, sul ghiacciaio Hielo Continental Sur, e in Nepal, dove ha raggiunto i 6'476 metri e ritrovato, in una regione senza strade carrabili, un modo di vivere

* Per il dettaglio delle cifre si veda il numero di giugno di terzaetà o il Rendiconto online su atte.ch

che gli ha ricordato il Ticino di due o tre secoli fa: un'impresa fisica che gli ha insegnato come, più dei muscoli, conti la testa *"un muscolo che, fin tanto che funziona, funziona bene"*. Citando Cicerone e il suo *"De Senectute"*, Pedrazzini ha ricordato che a dare valore alla vecchiaia è lo spirito, la capacità di pensare e di costruire ragionamenti; la stessa filosofia che lo ha portato, con il fratello Giovanni, a percorrere i 180 km tra La Verna e Assisi sulle tracce di San Francesco. Pedrazzini ha parlato con schiettezza anche delle rinunce necessarie – richiamando le parole del clown Dimitri, secondo cui *"non moriamo una volta sola, ma ogni volta che dobbiamo rinunciare a qualcosa che ci è piaciuto"* – e delle scelte concrete della sua terza età: la decisione, insieme alla moglie Valeria, di ridimensionare la casa di famiglia a Locarno svuotandola dal superfluo, per non lasciare quel compito ai figli, come invece era accaduto a lui con la casa dei propri genitori; i mesi di isolamento a Cimalmotto durante il Covid, vissuti salutandoli i figli da una finestra; la riscoperta di hobby come la cucina e, sempre a Cimalmotto, i lavori con il trattore. Ha citato anche l'esempio dello zio Mario Pedrazzini, che in pensione diventò archivistica per passione catalogando documenti antichi, e il proprio impegno di volontariato in diverse fondazioni del territorio – tra cui la Fondazione Il Gabbiano e il Festival del film di Locarno – che

gli permette un contatto prezioso con i giovani. Non sono mancati momenti di fragilità, come una caduta in casa che lo ha portato in ospedale con diverse costole rotte, a ricordargli, ha detto, quanto vada custodita con prudenza *"quella macchina splendida che è il nostro corpo"*. Il pensiero più caro, però, resta quello per gli undici nipoti, tutti nel Locarnese, e per il compito che la terza età condivide con l'infanzia: trasmettere alle nuove generazioni conoscenza, esperienza e saggezza, in un flusso tra le età che le famiglie di un tempo custodivano naturalmente e che oggi va costruito con consapevolezza; come ha sperimentato anche la moglie Valeria, invitata di recente da una classe di prime elementari di Solduno a raccontare com'era il quartiere un tempo. Un invito, ha concluso Pedrazzini riallacciandosi alle parole del vescovo, a esserci: *"a noi tocca esserci anche in questo"*.

La giornata assembleare si è chiusa con un pranzo conviviale e un momento musicale, in un clima di festa che ha confermato, ancora una volta, il ruolo dell'ATTE come punto di riferimento e di incontro per la terza età ticinese: un'associazione che, come ricordato più volte nel corso della giornata, cresce di anno in anno restando fedele al proprio compito più profondo, quello di accompagnare le persone in ogni fase della loro terza età.

Verso l'Incontro cantonale della persona anziana

Nel numero di giugno vi avevamo chiesto di completare questa frase a partire dal nostro articolo dedicato al volontariato. Guardavamo già avanti, all'Incontro cantonale della persona anziana che quest'anno sarà dedicato proprio a questo tema. Il volontariato non è solo generosità, è anche partecipazione. È fatto di piccoli gesti quotidiani spesso invisibili ma essenziali la

linfa di una rete su cui, ogni giorno, moltissime persone contano non solo in Ticino ma in tutto il mondo. Vi invitiamo a dar loro visibilità rispondendo a una "semplice" domanda: che cosa significa per voi la parola volontariato? Le vostre riflessioni contribuiranno ad arricchire la tavola rotonda del prossimo Incontro cantonale della persona anziana.



Il volontariato può assumere molti volti, per voi che cosa rappresenta?

Completate questa frase con **una sola parola** o un **breve pensiero**, le vostre voci diventeranno testimonianze preziose durante la prossima edizione dell'Incontro cantonale della persona anziana in programma l'8 ottobre a Manno.

IL VOLONTARIATO È: _____

Nome e cognome: _____

Città: _____ Età (facoltativo): _____

COME E DOVE INVIARE IL TAGLIANDO:

- **per posta in busta chiusa** a: Segretariato ATTE, Rivista *terzaetà* - Piazza Nosetto 4 - CP 1041 - 6501 Bellinzona;
- **via mail scattando una foto** a: redazione@atte.ch (oggetto della mail: "Volontariato è")

Giovani e anziani insieme a teatro

Torna a Lugano il progetto Restez FIT! (inserito nel Festival Internazionale del Teatro e della scena contemporanea) che intende far interagire anziani e giovani creando momenti di socializzazione. Una decina di anziani e altrettanti giovani formeranno la "Giuria dei Saggi" e la "Giuria Giovani" chiamate a valutare gli spettacoli dedicati alla gioventù. Scambiandosi opinioni ed emozioni, insieme decreteranno lo spettacolo vincitore.

COME PARTECIPARE – Si cerca una decina di anziani interessati al teatro e pronti a fare un'esperienza sull'arco di cinque giorni con altrettanti ragazzi dai 16 ai 21 anni. La partecipazione è gratuita.

DATE – Mezza giornata di preparazione sabato 26 settembre 2026 (14:30/16:30). - Tandem intergenerazionale: 4 appuntamenti dal 4 ottobre al 10 ottobre.

IMPEGNO RICHIESTO - 4 spettacoli da vedere in mattinata o pomeriggio della durata massima di un'ora con incontro col gruppo prima e/o dopo. - Radio & Pranzo: durante la pausa pranzo si va assieme al ristorante del festival (pranzo offerto) e chi vuole partecipa alla trasmissione radio gestita dai giovani. **LUOGO** - Per gli spettacoli Teatro Foce Lugano e LAC Lugano. Per la radio e i pranzi al ristorante del festival (Caffè Bistrot Grande, Via Carducci 3, Lugano). Per informazioni e iscrizioni (entro l'11 settembre) contattare Katia Gandolfi: Tel. 091/225.67.61 ; press@fitfestival.ch

Dietro le quinte dell'UNI3

di Giampaolo Cereghetti

Per chi frequenta l'UNI3 il programma arriva ogni semestre quasi come un fatto naturale: un catalogo di corsi, decine di docenti, centinaia di ore di formazione distribuite sull'intero territorio cantonale. Raramente, però, ci si interroga sul lavoro che rende possibile tutto questo.

Nel 2025 l'UNI3 ha proposto 180 corsi, per un totale di oltre 550 ore di formazione, registrando più di 6'000 partecipazioni. Numeri importanti, che testimoniano la solidità e la continuità di un'offerta formativa radicata nel Cantone da quarant'anni. Ma rappresentano soltanto il risultato visibile di un processo molto più complesso, fatto di progettazione culturale, coordinamento scientifico, organizzazione e collaborazione volontaria altamente qualificata.

Ogni programma comincia a prendere forma assai prima della sua pubblicazione. La direzione culturale definisce gli orientamenti generali, individua alcuni grandi temi e immagina possibili percorsi interdisciplinari. Non si tratta di accostare semplicemente una serie di conferenze, bensì di costruire, d'intesa con i relatori, un insieme volto a offrire equilibrio tra discipline umanistiche e scientifiche, tra approfondimento specialistico e divulgazione, tra continuità e innovazione.

Su questa base si sviluppa il confronto con il Gruppo dei consulenti disciplinari, formato da docenti universitari, insegnanti, studiosi e specialisti appartenenti a diversi ambiti del sapere. Il loro ruolo non è quello di dirigere la programmazione, ma di verifi-



Franco Vitali pastore errante nel terzo millennio

di Massimo Lardi

Questa è la biografia di un pastore transumante del terzo millennio che offre la testimonianza autentica di una vita scandita dai ritmi della terra, celebrando la connessione tra l'uomo e la natura. Attraverso uno stile fluido, ricco e accessibile, questo libro racconta il viaggio, un percorso di un pastore che lascia il segno per l'eccezionalità dell'esperienza e per la scelta consapevole di condurre una vita lontana dalle consuetudini.

CHF 20,-
13 x 21 cm – 152 pagine

NOVITÀ LIBRARIA

SalvioniEdizioni

Ordinazioni
www.salvioni.ch

libri@salvioni.ch
091 821 11 11

e nelle migliori
librerie ticinesi



carne la solidità scientifica, suggerire integrazioni, affinare le proposte e, quando necessario, individuare nuovi relatori o nuove competenze. È proprio grazie a questo dialogo che si rafforzano molti dei percorsi pluridisciplinari che caratterizzano oggi l'identità dell'UNI3 e ne costituiscono uno degli elementi più apprezzati.

Un aspetto merita di essere sottolineato: sia il lavoro della direzione culturale sia quello dei consulenti disciplinari è svolto interamente su base volontaria. Dietro ogni semestre vi sono ore di letture, incontri, discussioni, contatti, verifiche e preparazione che mettono a disposizione dell'Associazione un patrimonio di competenze professionali difficilmente quantificabile, ma essenziale per garantire un'offerta formativa di elevata qualità.

Quando il progetto culturale è definito, prende avvio una seconda fase, altrettanto indispensabile: quella organizzativa curata dalla struttura del Segretariato cantonale. Occorre coordinare i rapporti con i docenti, predisporre il calendario, reperire le sedi, programmare gli orari, organizzare i volontari per la gestione pratica degli incontri e supervisionare tutti gli aspetti che consentono lo svolgimento regolare delle attività. Come viene percepito questo modello da chi vi partecipa direttamente? Per rispondere a questa domanda, la direzione ha recentemente promosso un'indagine rivolta ai consulenti disciplinari, molti dei quali coinvolti nell'UNI3 da oltre dieci anni. Le risposte al questionario delineano un quadro di notevole convergenza. I consulenti esprimono un giudizio molto positivo sul livello scientifico dei programmi, sulla coerenza dell'impostazione culturale, sulla qualità dei percorsi interdisciplinari e sulla capacità di mettere in relazione discipline differenti senza rinunciare al rigore. Più d'uno osserva come l'UNI3 sia riuscita a trovare un equilibrio non scontato tra approfondimento scientifico e accessibilità dei contenuti, fino a indicarla come un possibile punto di riferimento anche per altre realtà formative.

Significativo è inoltre il giudizio sull'evoluzione degli ultimi anni. I miglioramenti vengono ricondotti alla continuità della progettazione culturale, alla solidità dell'impianto complessivo e alla qualità del corpo docente. È un riconoscimento importante, perché conferma che il valore di un'offerta formativa non nasce dalla semplice successione di iniziative riuscite, ma da un progetto costruito con coerenza nel tempo e sostenuto da una rete stabile di competenze.

Il questionario evidenzia naturalmente anche alcuni aspetti da migliorare, soprattutto sul piano logistico e operativo: dispo-

nibilità delle aule, dotazioni tecniche, difficoltà nell'offrire formule didattiche ibride (in presenza e *online*), organizzazione dei calendari e distribuzione territoriale delle attività. Si tratta tuttavia di criticità circoscritte, che non mettono in discussione la qualità culturale dell'offerta, ma indicano ambiti sui quali concentrare gli sforzi futuri.

Anche le priorità indicate risultano chiare: continuare a rinnovare i contenuti, consolidare i percorsi interdisciplinari, coinvolgere maggiormente i "giovani anziani", sviluppare collaborazioni con altre istituzioni culturali e garantire le condizioni necessarie per mantenere un'offerta formativa di alto livello.

Da tutto questo emerge un dato che spesso rimane nascosto agli occhi di chi

frequenta i corsi. L'UNI3 non è soltanto un ricco calendario di conferenze, ma un sistema nel quale progettazione culturale, competenze scientifiche, organizzazione professionale e volontariato qualificato operano in modo integrato. È proprio questo equilibrio, costruito negli anni, a consentire una presenza culturale diffusa e continua.

Preservare e sostenere questo modello significa andare oltre il successo dei singoli corsi. Vuol dire riconoscere il valore di un'infrastruttura culturale che rende possibile la formazione permanente di moltissime persone e contribuisce concretamente alla vita sociale e intellettuale del Cantone. Un patrimonio che merita di essere conosciuto, valorizzato e accompagnato anche nelle sfide future.

Un premio alla carriera a Fabio Pusterla

Nel mese di giugno 2026, nell'ambito del festival UniVersi promosso dal Centro di Poesia Contemporanea dell'Università di Bologna, a Fabio Pusterla è stato conferito il Premio alla Carriera Alma Mater – Violani Landi.

Il riconoscimento si inserisce in un contesto culturale di alto profilo, che negli anni ha visto premiate alcune tra le voci più significative della poesia contemporanea italiana e internazionale, e conferma la continuità di un'attenzione critica ormai ampiamente consolidata nei confronti della sua opera.

Nel corso del tempo, la produzione poetica e saggistica di Pusterla è stata accompagnata da numerosi riconoscimenti in ambito svizzero e italiano – tra cui il Premio Montale, il Premio Schiller, il Premio Gottfried Keller, il Premio svizzero di letteratura, il Premio Napoli e il Premio Carducci – che ne delineano la collocazione stabile nel panorama letterario contemporaneo. Più che una sequenza di premi, essi rimandano alla coerenza di un percorso in cui la scrittura ha saputo mantenere continuità, rigore e una rara fedeltà a sé stessa.

Per l'UNI3, la notizia assume un significato particolare. Fabio Pusterla è infatti, oltre che docente e interlocutore culturale, una presenza che da anni accompagna con generosità e discrezione il lavoro dell'istituzione, nonostante una fitta trama di impegni accademici e letterari. La sua partecipazione ai percorsi formativi si è sempre distinta per misura, ascolto e qualità del pensiero, contribuendo in modo silenzioso ma sostanziale alla co-



Fabio Pusterla, poeta e traduttore, insignito a Bologna del Premio alla Carriera Alma Mater – Violani Landi

struzione di uno spazio di riflessione condivisa. In questo quadro si collocano anche due iniziative editoriali e culturali promosse dall'ATTE/UNI3: la raccolta poetica *Figurine d'antenati* (2020), pubblicata in occasione del 40° anniversario dell'Associazione, e il volume *Il Ticino tra le Alpi e la frontiera: un'essenza culturale italo-fona* (2025), nel quale figura anche un suo contributo.

È in questa continuità di relazioni, tra lavoro individuale e trasmissione pubblica, che si può leggere anche il senso più ampio del riconoscimento attribuito a Bologna: non tanto un punto d'arrivo, quanto una conferma ulteriore della persistenza di una voce che continua a interrogare il mondo con una poesia di misura e precisione, in cui lo sguardo etico si traduce in una rara coerenza di scrittura.

Viaggi sereni

Che si tratti di una gita di un giorno o di un viaggio più lungo, sapere di essere coperti in caso di imprevisti fa la differenza. Da oggi i soci ATTE possono sottoscrivere l'assicurazione viaggi del TCS – Libretto ETI – proposta alle condizioni migliori di mercato, con sconti variabili dal 25% fino al 50%, secondo il servizio o il prodotto disponibile al momento.

Inoltre, le socie e i soci ATTE che stipuleranno l'assicurazione riceveranno anche un buono del valore di 10 CHF, da utilizzare presso il centro TCS di Rivera per acquisti nello shop oppure da dedurre dal costo di un controllo tecnico o altre prestazioni offerte.

Gli interessati possono annunciarsi via mail a: sezioneti@tcs.ch. Maggiori informazioni si possono trovare sul nostro sito, www.atte.ch, cliccando su "vantaggi per i soci" nella barra in alto della pagina iniziale.

Vette golose

Anche in autunno raggiungere la vetta del San Salvatore o del Monte Generoso costerà meno e sarà più goloso, grazie a due pacchetti che uniscono la risalita a qualcosa di sfizioso da mangiare. Tutti i dettagli sempre alla voce "vantaggi per i soci" sul nostro sito. Approfittatene!

Teatro Chiasso

Come ormai consuetudine da qualche anno a questa parte il Teatro di Chiasso propone a tutti i soci ATTE del Cantone un pacchetto di spettacoli a prezzo vantaggioso: uno spettacolo di danza, uno di teatro a tema regionale, uno di cabaret ticinese, uno spettacolo dedicato a una storia di Chiasso e un concerto sinfonico a 120 CHF.

25.10 - 17:00 - "Il diario di Irene Bernasconi", di e con Laura Nardi

7.11 - 20:30 - "Monteforno", di Sara Rossi

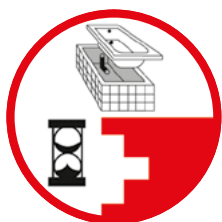
14.11 - 20:30 - "Dance of the Sun", della Geneva Camerata

28.2 - 20:30 - "Eroica!", di L.V. Beethoven

24.4 - 20:30 - "Gabaré", della Compagnia di Flavio Sala

Per maggiori dettagli sugli spettacoli: www.centroculturale-chiasso.ch

La cedola di iscrizione deve essere stampata, compilata, firmata e spedita alla biglietteria del Teatro di Chiasso entro il 20 ottobre 2026. (Indirizzo: Via Dante Alighieri 3b, 6830 Chiasso; Email: cassa.teatro@chiasso.ch). Per scaricarla cliccate su "vantaggi per i soci" sul nostro sito, www.atte.ch



SOVABAD®

Sovabad SA | Via Serrai 12 | 6592 S. Antonino | **091 858 36 91** | info@sovabad.ch | www.sovabad.ch

**TRASFORMAZIONE
VASCA DA BAGNO
IN PIATTO DOCCIA**

- SOSTITUZIONE DELLA VASCA DA BAGNO O PIATTO DOCCIA ROVINATI
- TRASFORMAZIONE DELLA VASCA DA BAGNO IN PIATTO DOCCIA
- VASCA DA BAGNO CON ACCESSO FACILITATO DA SPORTELLO
- SOPRALLUOGO GRATUITO

Proponiamo diverse soluzioni per rendere comodo e agevole il vostro bagno, con l'installazione di un nuovo piatto doccia. Il lavoro viene eseguito senza creare alcun cantiere.



VECCHIA VASCA DA BAGNO



NUOVO PIATTO DOCCIA
CON PIASTRELLATURA E BOX



VECCHIA VASCA DA BAGNO



NUOVO PIATTO DOCCIA
CON PANNELLATURA COMPLETA

IN UNA GIORNATA

Centenari a Bellinzona, oltre lo stereotipo

di Laura Mella

La Svizzera è una delle nazioni con la più alta percentuale di centenari al mondo in rapporto alla popolazione. Fino a poco tempo fa si sapeva molto poco su come vivessero realmente e su quali fossero i loro bisogni e le loro risorse. Grazie a SWISS100 – il primo studio di portata nazionale mai condotto in Svizzera su questa fascia d'età – non è più così e i dati emersi sorprendono. La vita dei centenari non corrisponde agli stereotipi che abbiamo sulla vecchiaia. Lo racconta bene "Welcome to your future: Centenarians of Switzerland", la mostra itinerante legata a questa ricerca che arriverà a Bellinzona in autunno.

Quando si pensa a una persona di cent'anni è facile immaginarsela su una sedia a dondolo, la coperta sulle gambe, lo sguardo perso lontano. La realtà raccontata dai dati raccolti da SWISS100 è però diversa. Fra i risultati emersi, uno colpisce in modo particolare: il 92% dei centenari intervistati si dichiara soddisfatto della propria vita e questo pur convivendo, in media, con sei problemi di salute cronici. Gli autori dello studio parlano in questo caso di "paradosso del benessere", un fenomeno psicologico per cui la soddisfazione di vita resta sorprendentemente stabile anche quando il corpo comincia a fare i conti con acciacchi e perdite. Una centenaria intervistata lo spiega a modo suo: «*Perché lamentarsi? La maggior parte delle persone della mia generazione è già morta!*» Non solo, più della metà dei centenari coinvolti non presenta alcun disturbo cognitivo significativo e la maggioranza continua ad avere obiettivi molto concreti: rivedere i nipoti, godersi la primavera, finire un lavoro a maglia, restare in salute abbastanza da poter ancora camminare in giardino. Piccoli traguardi che, secondo i ricercatori, possono fare una grande differenza, perché guardare avanti con desideri e aspettative da realizzare è ciò che tiene alto il benessere psicologico, anche a cent'anni.

Una mostra per riflettere sull'invecchiamento

Per scardinare gli stereotipi, i dati e le percentuali però non bastano, occorre sensibilizzare la popolazione, intervenire là dove il luogo comune attecchisce. È quello che fa la mostra itinerante "Welcome to your future: Centenarians of Switzerland", dando un volto ai centenari e una voce alle loro vite.



Sviluppata dalla professoressa Daniela Jopp (UNIL) insieme all'art director Anna-Rita Stoffel e al fotografo Jos Schmid, l'esposizione restituisce infatti a queste persone il ruolo di testimoni di un'esperienza, non solo di destinatari di cure.

Dopo le tappe di Basilea, Zurigo, Ginevra e Losanna, tocca ora al Ticino. A Bellinzona, il prossimo autunno, la mostra accompagnerà i visitatori in un percorso che intreccia dati scientifici, ritratti fotografici e storie di vita dei centenari con diversi elementi interattivi pensati per stimolare una riflessione sull'invecchiamento e sul proprio futuro. Tra questi, una linea del tempo che ripercorre un secolo di storia attraverso gli occhi dei centenari e una "lavagna dei desideri", dove ciascuno potrà scrivere cosa si augura per la propria vecchiaia.

Rivolta a un pubblico trasversale, la mostra è un invito a riflettere sul nostro stesso futuro e sull'invecchiamento della società, superando gli stereotipi legati alla grande età per scoprire, attraverso il dialogo tra scienza e ritratti di vita, lo straordinario patrimonio di resilienza, risorse e soddisfazione che caratterizza l'esperienza dei centenari.

Informazioni più precise su date, orari e programma delle attività collaterali seguiranno nelle prossime settimane, tramite newsletter e sito.

LO STUDIO SWISS100

SWISS100 è il primo studio nazionale sui centenari realizzato in Svizzera da un consorzio di università e ospedali universitari – tra cui l'Università di Losanna, la SUPSI, l'Università di Ginevra e gli ospedali universitari di Ginevra e Losanna – sotto la responsabilità scientifica della professoressa Daniela Jopp (UNIL). In Ticino, lo studio è stato condotto dal Centro competenze anziani della SUPSI.

L'approccio interdisciplinare, che ha combinato psicologia, sociologia, medicina e biologia, ha permesso di analizzare le condizioni e le risorse degli ultracentenari e capirne meglio

la resilienza. Tra il 2022 e il 2024 sono stati coinvolti 277 centenari in tutta la Svizzera, di cui 80 in Ticino, intervistati sempre insieme a un familiare o a una persona di riferimento. Il Ticino non ha il numero assoluto più alto di centenari del Paese, ma la proporzione più elevata rispetto alla popolazione residente.

Finanziata dal Fondo Nazionale Svizzero, la ricerca ha dimostrato che la longevità eccezionale non dipende solo dalla biologia, ma anche da un intreccio di risorse psicologiche, legami sociali e fattori fisici.

“Chiunque può cadere in una truffa”

Redazione

“Truffe informatiche: quando il nemico è invisibile”, questo il tema della conferenza organizzata lo scorso 23 giugno dall’ATTE in collaborazione con l’ACSI all’USI di Lugano. Per chi non c’era, proponiamo un riassunto di quanto emerso durante il pomeriggio

“**N**ei venti minuti trascorsi dall’inizio del convegno, nel mondo si stima siano già avvenuti circa duecento tentativi di truffa online. Uno ogni sei secondi”. Con queste parole il Procuratore pubblico Andrea Gianini ha dato sin da subito una misura in tempo reale del fenomeno. Sono numeri sconcertanti dietro ai quali, ricorda l’esperto, spesso si cela una miseria organizzata fatta di giovani reclutati con l’inganno in call center criminali, costretti a truffare come un tempo si era costretti a lavorare nelle fabbriche.

Il ruolo delle tecnologie

L’evoluzione del fenomeno ha seguito di pari passo quella della tecnologia. Con l’ascesa di internet, nel decennio 2000 hanno dominato le truffe via mail che promettevano vincite milionarie. Poi sono arrivati gli smartphone e il fenomeno è esploso: “*chiunque, in qualunque momento può essere raggiunto e può cadere in trappola. La situazione è peggiorata ulteriormente con il Covid: la gente era a casa attaccata al computer, comprava e vendeva online. Negli ultimi anni, infine, ha iniziato a diffondersi l’illusione dell’arricchimento facile tramite le criptovalute...*”

Gianini ha passato in rassegna le truffe più diffuse – dai finti operatori bancari ai messaggi shock («*sua figlia ha avuto un incidente*»), dalle relazioni sentimentali online ai pacchi bloccati, dallo spoofing al classico «*ciao mamma, ho cambiato numero*» – dando consigli pratici su come riconoscerle: l’urgenza artificiale, la richiesta di segretezza, i link con estensioni insolite, gli errori grammaticali nei testi. «*Diffidate di chi chiede soldi mettendovi pressione*», è l’avvertimento e per chi fosse già caduto nella trappola il consiglio rimane sempre lo

stesso: bloccare subito le carte, cambiare le password, contattare la banca e denunciare.

L’importanza della prevenzione

Perché tutti ci possono cascare, ha ricordato Giorgio Galusero, ex ufficiale della Polizia cantonale. “*Giovani e anziani, uomini e donne, persone istruite e no; chiunque può cadere in una truffa, ma pochissimi lo ammettono. La vergogna, l’imbarazzo di dover confessare la propria ingenuità tengono lontani dalla denuncia. I dati ufficiali – ha detto Galusero – sono solo la punta dell’iceberg. Per questo la prevenzione conta più della repressione*”.

L’eldorado delle criptovalute

Nel caso delle crypto a giocare un ruolo preponderante è l’ignoranza delle persone. A sottolinearlo è stato Andrea Terzi, dell’Università Cattolica di Milano che ha affrontato il tema da un punto di vista economico: “*Ciò che ci rende vulnerabili è proprio l’ignoranza del prodotto. Molti ci entrano perché non vogliono perdere un’occasione, senza capire davvero cosa stanno comprando. E il mercato è costruito per alimentare questa sensazione*”. Il messaggio è chiaro: prima di investire in qualsiasi strumento finanziario, bisogna capire davvero cosa si ha in mano.

La disparità di mezzi

In chiusura l’avvocato Paolo Bernasconi, già Procuratore pubblico, ha spostato l’attenzione su un concetto spesso trascurato: la disparità di mezzi. Le vittime delle truffe, infatti, non sono necessariamente ingenui o sprovvedute. Sono persone messe strutturalmente in una posizione di inferiorità rispetto a chi le inganna. La truffa funziona perché chi la costruisce sa esattamente dove colpire e perché chi dovrebbe proteggerci, a partire dai consulenti finanziari, non sempre sta dalla parte giusta, a volte non sono nemmeno chi dicono di essere. Scegliamo quindi sempre con attenzione in chi riporre la nostra fiducia.

Il pomeriggio si è chiuso con un dibattito molto partecipato che ha toccato anche il tema della criminalità organizzata in Ticino.

Le truffe online: un grattacapo costante per i consumatori

L’ACSI è regolarmente confrontata con il problema delle truffe informatiche, e si adopera sia nella prevenzione, che nella consulenza quando il danno è già fatto. Per quanto riguarda la prevenzione, l’ACSI utilizza i suoi canali per informare e sensibilizzare le consumatrici e i consumatori. Sulla rivista La borsa della spesa, sono state pubblicate diverse “mini-guide”: recentemente, ad esempio, una “Guida per difendersi dalle truffe online” che approfondiva alcune problematiche comuni come il phishing e lo spoofing, e anche un’altra guida intitolata “Come faccio a capire se un sito di e-commerce è affidabile?”.

Il servizio InfoConsumi offre consulenza alle socie e ai soci dell’ACSI. In materia di truffe informatiche, oltre a casistiche come quelle discusse nel Convegno, il servizio si trova ad affrontare casi di fatture illegittime. Sono numerose le persone che ricevono fatture per servizi che non hanno mai accettato di sottoscrivere. Malgrado non vi sia un contratto valido, i malcapitati vengono perseguitati dalle ditte d’incasso. Un esempio sono le richieste di pagamento per presunti abbonamenti a siti pornografici, che la persona avrebbe sottoscritto a causa di un SMS in tedesco o in inglese sul proprio telefono. Tristemente ricorrente è anche il

nome della ditta di fatturazione Obligo AG, che invia fatture senza verificare che alla base della richiesta di pagamento vi sia un contratto valido o che la richiesta provenga da una ditta seria. Proprio contro Obligo i nostri colleghi della Fédération Romande des Consommateurs hanno recentemente avviato una procedura penale. L’azienda basata nel canton Svitto si è tuttavia dimostrata in passato molto abile nell’eludere i controlli legali, riuscendo anche a difendersi con successo da un procedimento penale della SECO. Il servizio InfoConsumi offre una piccola procedura giuridica per difendersi dalle fatture illegittime di Obligo.

Anziani over 80 cercansi

Siete di lingua madre italiana, avete più di 80 anni e non soffrite di patologie neurologiche? Allora potreste contribuire alla normalizzazione della versione italiana del "Detection Test for Language Disorders in Adults" (DTLA), uno strumento di screening rapido che permette di valutare il linguaggio negli adulti e di individuare precocemente eventuali difficoltà linguistiche, che possono essere presenti in diverse patologie neurologiche, come alcune forme di demenza o in seguito a un ictus.

Come? Partecipando a un test condotto da Lara Togni, studentessa del Master in logopedia all'Università di Neuchâtel, la quale nell'ambito della propria tesi sta appunto lavorando a questo progetto. La partecipazione dura circa 20 minuti e comprende alcuni semplici esercizi di linguaggio (ad esempio ripetizione di parole, denominazione di immagini e comprensione uditiva) e brevi compiti relativi alle capacità cognitive generali. Non si

tratta di un esame, ma di una raccolta di dati indispensabile per la costruzione dei valori di riferimento del test: ai partecipanti viene semplicemente chiesto di rispondere in modo spontaneo e naturale. L'incontro può svolgersi in un luogo tranquillo scelto dal partecipante, ad esempio al proprio domicilio.

La partecipazione è completamente volontaria, anonima e i dati raccolti saranno trattati in modo strettamente confidenziale. È inoltre possibile ritirare il proprio consenso in qualsiasi momento, anche dopo aver iniziato il test, senza dover fornire alcuna giustificazione.

Il vostro contributo va oltre la singola tesi di Master: servirà a rendere disponibile anche in lingua italiana uno strumento utile all'identificazione precoce dei disturbi del linguaggio.

Per informazioni: lara.togni@unine.ch; +41 75 428 15 98

Riflettere sulla guida... a colpi di sterzo

Dopo il successo de "L'ultima sciances", che aveva affrontato con delicatezza l'affettività e la sessualità nella terza età, torna la collaborazione tra ATTE, AILA-OIL, Generazioni Sinergie, Generazione Più e Opera Prima, questa volta insieme alla Sezione Ticino del TCS. La nuova iniziativa di sensibilizzazione si intitola "Un colpo di sterzo" e affronta un tema che, prima o poi, riguarda tutti: il rapporto con la guida quando gli anni passano e le condizioni cambiano.

Sul palco, tra ironia e verità

A dare voce al progetto, sul palco, tornano Rosy Nervi e Flavio Sala, protagonisti di "Un colpo di sterzo", con la partecipazione di Roberto Fridel e la scrittura firmata dalla stessa Rosy Nervi. I due danno vita a Vittoria ed Ernesto, una coppia che, tra battute e piccoli imbarazzi, si ritrova a fare i conti con abitudini di guida cambiate quasi senza accorgersene: le uscite serali evitate perché i fari abbagliano, l'autostrada che ormai mette solo ansia, le rotonde affrontate con un giro di troppo nelle ore di punta. Con leggerezza, senza mai puntare il dito, lo spettacolo apre una riflessione che riguarda un po' tutti, senza che questo debba tradursi nella rinuncia alla patente.

Grazie al sostegno del Fondo di sicurezza stradale, le rappresentazioni in cartellone saranno gratuite e proposte in diverse località del Cantone:

- **Ascona, Teatro del Gatto:** 14 ottobre, ore 15:00
- **Arbedo, Sala Multiuso:** 11 novembre, ore 15:00
- **Balerna, Oratorio:** 18 novembre, ore 15:00
- **Manno, Sala Aragonite:** 25 novembre, ore 15:00
- **Faido, Palestra:** 13 dicembre, ore 15:00

Sono previste rappresentazioni anche la sera. La prenotazione è obbligatoria. Scrivere a: attivita@generazionepiu.ch (tel. 079 446 15 65). I posti sono limitati.

Dalla sensibilizzazione alla pratica

Lo spettacolo è solo il primo passo. Ad affiancarlo, tra ottobre e dicembre, saranno proposte dieci giornate di pratica gratuite,



organizzate dal TCS nella sede di Rivera e rivolte a chi ha più di 70 anni. I dieci appuntamenti impegneranno gli iscritti per un'intera giornata (pranzo compreso). Per partecipare occorre essere in possesso della licenza di condurre, essere automuniti e portare con sé il proprio veicolo, che verrà utilizzato direttamente per le attività pratiche. Non si tratta di un esame, ma di un'occasione per aggiornarsi sulle regole della circolazione e la reattività al volante. Un modo efficace di capire con serenità quanto ci si sente ancora sicuri alla guida. Nessun rischio di ritiro della patente.

Interessati? Per iscriversi è sufficiente contattare il Segretariato cantonale ATTE chiamando lo 091 850 05 50. Posti limitati.

L'atomo che forse non vogliamo più spegnere

di Loris Fedele

Chiuso dal voto popolare nel 2017, il nucleare torna al centro del dibattito svizzero. Tra crisi energetiche internazionali, consumi in crescita e un referendum alle porte, il Paese è chiamato a fare i conti con una fonte che continua a dividere, tra storia, paure e prospettive future.

In tutto il territorio europeo, e non solo, il tema dell'approvvigionamento energetico è ritornato di grande attualità. Non che fosse sparito negli ultimi due anni, in particolare dopo lo scoppio della guerra in Ucraina. È indubitabile che i blocchi della fornitura di gas russo, le sanzioni, le ritorsioni, le ripicche varie e l'ulteriore aggravarsi della situazione per la crisi iraniana con la chiusura dello Stretto di Hormuz, abbiano aperto nuove sfide che coinvolgono tutti. In Svizzera la situazione ha portato a nuovi scenari e ripensamenti nei riguardi di una fonte energetica che sembrava essere stata definitivamente accantonata: l'energia elettrica fornitaci dalle centrali nucleari. L'uscita graduale dal nucleare fu approvata dal popolo svizzero nel 2017, con il 58,2% dei voti, sull'onda delle preoccupazioni scaturite dopo il disastro di Fukushima. Fu allora che venne promulgata la "Strategia 2050". Ma ora, alla luce del sempre crescente consumo di energia e dell'apporto ancora insufficiente delle cosiddette energie rinnovabili, Governo e Parlamento intendono rendere nuovamente possibile il rilascio di autorizzazioni di massima per nuovi impianti nucleari. Da noi sono in funzione tre impianti nucleari, con quattro reattori. I primi sono Beznau 1 e Beznau 2 (nel Canton Argovia) che vantano il lusinghiero – per alcuni – oppure l'inquietante – per altri – titolo di reattori in attività più vecchi del mondo. Sono in funzione dal 1969. Poi c'è Gösgen (Canton Soletta) del 1979, infine Leibstadt (di nuovo nel Canton Argovia) centrale entrata in esercizio nel 1984. Adesso i ripensamenti del nostro Governo centrale: contro la modifica della Legge federale sull'energia nucleare, che fungeva da controprogetto a una iniziativa popolare, è stato lanciato un referendum che ci porterà di nuovo alle urne probabilmente nel febbraio 2027. Il dibattito resta aperto ed è destinato ad assumere toni molto accesi, soprattutto perché riguardo al nucleare dominano le contrapposizioni ideologiche.

Il peccato originale

Ricordo che il "peccato originale", se vogliamo definirlo così, dell'energia nucleare è indissolubilmente legato alla scoperta dell'uso bellico che fece scoprire al mondo la sua dirompente energia. Come è noto fu con le due bombe atomiche lanciate dagli americani su Hiroshima e Nagasaki per far finire la seconda guerra mondiale. Come ancora sapete fu il segretissimo progetto Manhattan degli Stati Uniti d'America che riuscì a costruire quelle bombe sfruttando l'energia liberata

da nuclei dell'uranio. Quell'energia che il fisico italiano Enrico Fermi, che allora lavorava e faceva ricerca a Chicago, nel 1942 sperimentò con successo. Si tentava allora di dimostrare di poter innescare dapprima, e controllare poi, un processo di reazioni nucleari che avviene in natura ma che l'uomo "forza" per ottenere livelli di produzione sfruttabili industrialmente. La messa a punto di quella promettente fonte energetica avrebbe poi visto in prima linea gli Stati Uniti, l'Unione Sovietica, l'Inghilterra (dove nel 1956 si inaugurò il primo reattore commerciale di grande potenza), il Canada e la Francia. Tutti si rendevano conto del valore di quel sistema di produrre energia, ma anche della sua pericolosità: le radiazioni emesse che dovevano essere controllate, le scorie radioattive prodotte che andavano smaltite in luoghi sicuri, per cui tecnicamente ci si mosse con grande accortezza. Tuttavia restava scolpita nella mente l'idea che arricchendo l'uranio a un certo livello, con quelle centrali si riusciva a fare le bombe.

Nucleare sì, nucleare no

Nacquero così le posizioni pro e contro il nucleare, a seconda degli interessi economici o dell'ideologia, ben pilotata dalle strumentalizzazioni politiche. Il nucleare fa paura, punto e basta. L'opposizione è viscerale. La razionalità deve confrontarsi con la paura, che è umana, e può esser anch'essa razionale. Ogni posizione è legittima e se ne può discutere. Ma se da tutto ciò dipende il nostro modo di vivere, bisogna anche rendersi conto che è necessario, anzi indispensabile, trovare delle soluzioni. Tra gli anni settanta e novanta appaiono i reattori nucleari di seconda generazione e poi arrivano altri miglioramenti, con quelli di terza. Oggi c'è la generazione terza plus, per esempio in Francia e in Finlandia: sono impianti con standard di sicurezza elevati, che hanno richiesto molti anni per la progettazione e la messa in servizio, per non parlare dei costi. Ma a dispetto del miglioramento tecnico le posizioni pro e contro il nucleare sono rimaste inalterate: a me sembra che l'ideologia predomini, che la gente non abbia né la voglia né gli strumenti per approfondire le conoscenze in proposito, che le implicazioni economico-politiche dettino legge.

Il nodo delle rinnovabili

A tutto ciò va aggiunto un fatto importante: la coscienza ecologica è cresciuta. Il disastroso impatto sull'aria dovuto all'industrializzazione, con

Abbiamo capito che le migliori fonti energetiche sono quelle rinnovabili, ma esiste anche un grande problema: i consumi dell'energia elettrica in tutta la Terra stanno crescendo enormemente, e cresceranno sempre di più con lo sviluppo di grandi centri per alimentare l'Intelligenza Artificiale e le criptovalute.



l'uso in primis del petrolio come abbondante ed economica fonte energetica, sta rinforzando l'effetto serra naturale e di conseguenza sta alimentando un cambiamento climatico che dovremmo contrastare. Ormai abbiamo capito che le migliori fonti energetiche sono quelle rinnovabili, quelle che sfruttano il sole e il vento, oltre all'acqua che ci viene dal cielo, quella dei fiumi e dei grandi bacini nei quali la possiamo conservare. Ma esiste anche un grande problema: i consumi dell'energia elettrica in tutta la Terra stanno crescendo enormemente, e cresceranno sempre di più con lo sviluppo di grandi centri per alimentare l'Intelligenza Artificiale e le criptovalute. Parallelamente quelle fonti alternative di produzione, con alla testa il fotovoltaico e l'eolico, non riescono a fare sì che si possa rinunciare, a medio-lungo termine, almeno qui da noi, all'importante apporto della fonte nucleare. Per questo stanno facendosi largo i ripensamenti, come è capitato al Consiglio Federale.

Spegnere o tenere acceso?

La strategia energetica 2050 poggia essenzialmente su due pilastri: la rinuncia ai combustibili fossili per azzerare le emissioni del CO₂ e l'abbandono delle centrali nucleari. Per raggiungere questo obiettivo nei prossimi 25 anni la Svizzera dovrà sostituire petrolio e nucleare con energie rinnovabili d'origine idroelettrica (le dighe con i loro bacini pieni d'acqua), fotovoltaica (i cosiddetti pannelli solari), eolica (le turbine dalle grandi pale mosse dal vento). Il tutto deve assolutamente essere accompagnato da un migliora-

mento dell'efficienza di tutti gli impianti e da un forte risparmio di energia, che si può ottenere con una drastica diminuzione dei consumi. Facile a dirsi, parecchio difficile a farsi. L'impresa non è impossibile ma – a un onesto esame di realtà e alla luce di ciò che sta succedendo nel mondo, oltre alle spaventose cifre dei consumi attuali – la cosa appare davvero molto problematica. Quanto all'energia nucleare, si guarda alle nuove generazioni di centrali, più sicure ed efficienti. Ma la quarta generazione comporta tecnologie ancora in fase di sviluppo e di dimostrazione, che presenterebbero vantaggi evidenti ma sono ben lungi da una utilizzazione industriale su larga scala. Costruire nuove centrali in Svizzera, secondo gli esperti che operano nel settore, comporterebbe troppi anni e non sarebbe economicamente redditizio. Senza contare che necessiterebbero fortissime sovvenzioni e garanzie statali che per ora non esistono. Allora? Allora, le nostre centrali nucleari, sarebbe cosa saggia lasciarle funzionare finché possono. Sono infrastrutture progettate per durare dei decenni, fino a 60 e addirittura 80 anni, secondo le più recenti valutazioni tecniche. Possono quindi aiutarci nella prevista transizione energetica. Le possiamo controllare e sfruttare come fatto finora. Se le chiudiamo dovremo comperare l'elettricità che ci serve, dalla Francia, per esempio, che la produce con centrali sulle quali non abbiamo nessun controllo. Centrali nucleari che in linea d'aria sono molto vicine a noi, e che gli altri non smantellano. In caso di guasto grave le loro radiazioni non si fermerebbero di certo alla frontiera.

Nella foto, la più moderna Centrale nucleare di Leibstadt, nel Canton Argovia. Quella di Beznau si trova invece nel comune di Döttingen, su di un'isola artificiale nel fiume Aar. È formata da due reattori identici ad acqua pressurizzata chiamati Beznau 1 e 2. Oltre all'elettricità, la centrale rifornisce undici comuni limitrofi con circa 150 GWh di calore attraverso un sistema di teleriscaldamento. Beznau 1 è stato il primo reattore puramente commerciale installato in Svizzera (1969).



Il potere silenzioso dell'economia digitale

di Silvano Marioni

Industria, petrolio, telecomunicazioni: in questi settori operavano le aziende più ricche del mondo fino a pochi decenni fa. Oggi il podio è occupato solo da colossi dell'informatica e dell'intelligenza artificiale, con una capitalizzazione complessiva cresciuta di circa 20 volte. Come ci si è arrivati? C'entrano l'enormità di dati che generiamo con la nostra attività online e il modo in cui l'IA li ha trasformati nel nuovo carburante dell'economia digitale.

Se un singolo dato demografico grezzo vale frazioni di centesimo, quando viene arricchito attraverso la correlazione di messaggi, immagini, modelli di reti sociali, vale molto di più: un profilo individuale può arrivare a valere qualche centinaio di franchi per le aziende di marketing.

Quarant'anni fa la classifica delle più grandi aziende mondiali presentava un volto assai diverso da quello odierno. Le aziende più importanti quotate in borsa erano i colossi dell'industria, del petrolio e delle telecomunicazioni: General Motors, Exxon, General Electric, AT&T, con IBM come unica rappresentante del nascente mondo dell'informatica. Cinque aziende che, considerate nel loro insieme, avevano una capitalizzazione, cioè un valore complessivo delle loro azioni, di circa 220 miliardi di dollari: poco meno di 880 miliardi ai valori attuali.

Oggi lo scenario è cambiato completamente e nelle prime posizioni troviamo solo imprese del settore informatico e dell'intelligenza artificiale. Le prime cinque aziende quotate in borsa, NVIDIA, Alphabet (Google), Apple, Microsoft e Amazon, hanno una capitalizzazione complessiva che supera i 18'000 miliardi di dollari. Siamo di fronte a una crescita di circa 20 volte in quarant'anni. Viene naturale porsi una domanda: come è stato possibile che queste Big Tech abbiano accumulato così tanta ricchezza e in così poco tempo?

Click e like: il valore delle nostre azioni

Tutto ha inizio alla fine degli anni '80 con la diffusione del personal computer a cui fa seguito la rivoluzione di internet che ha creato un nuovo tipo di comunicazione. Nei primi anni 2000 l'avvento della messaggistica e dei social media ha

trasformato il nostro modo di relazionarci. In seguito la diffusione degli smartphone ci ha permesso la connessione digitale in ogni luogo e ogni momento. La diffusione di questi nuovi dispositivi in ogni aspetto della nostra vita è stata accompagnata da numerosi servizi digitali offerti gratuitamente e tutto questo ha contribuito a cambiare profondamente i nostri comportamenti quotidiani.

Tra i servizi gratuiti offerti da alcune aziende informatiche c'erano messaggistica, motori di ricerca, spazi di archiviazione, piattaforme video, social network e molto altro. Con il loro utilizzo i nostri dati personali venivano memorizzati e, senza che ce ne rendessimo conto, si trasformavano in una risorsa preziosa. Ogni messaggio, ogni ricerca, ogni "like", ogni file caricato o video guardato alimentava, e continua ad alimentare, un'industria silenziosa che trasformava le nostre azioni in database dal valore milionario. Oggi sappiamo che un singolo dato demografico grezzo vale frazioni di centesimo, ma quando viene arricchito attraverso la correlazione di messaggi, immagini, modelli di reti sociali, un profilo individuale può arrivare a valere qualche centinaio di franchi per le aziende di marketing.

Alcune grandi aziende del settore digitale hanno costruito la loro fortuna proprio aggregando questi piccoli frammenti della nostra vita in enormi dataset a livello globale, venduti con ricavi milionari. L'uso sociale che ormai facciamo

dell'informatica fa sì che, in questo modello di business, il prodotto siamo noi, e la nostra partecipazione attiva ha contribuito in modo importante ai loro guadagni.

Le logiche redditizie dei servizi gratuiti

Ma cosa è cambiato con l'avvento dell'intelligenza artificiale? Il fatto che i sistemi di IA come ChatGPT apprendano tanto meglio quante più informazioni hanno a disposizione, ha attribuito a questi dati un valore del tutto nuovo. Oltre alle informazioni indispensabili per l'addestramento di base, anche l'immensa mole di dati e informazioni accumulati su internet nel corso degli anni si è trasformata in un carburante prezioso per alimentare il loro apprendimento.

Se nella fase precedente queste aziende costruivano la propria fortuna catturando la nostra attenzione per venderla agli inserzionisti pubblicitari, oggi le stesse infrastrutture, gli stessi dati e gli stessi capitali vengono impiegati per sviluppare i grandi modelli linguistici (LLM) che sono alla base dei sistemi di IA generativa. E naturalmente queste aziende ci permettono di usare gratuitamente anche i loro prodotti di IA perché ogni nostra interazione contribuisce a migliorarli a costo zero. Si ripete così, in forma rinnovata, lo schema dei primi anni 2000 in cui venivano offerti servizi gratuiti in cambio del nostro lavoro invisibile e dei nostri dati.

Quello che non vediamo, però, è l'infrastruttura fisica necessaria per far girare l'IA. Le stesse grandi aziende che avevano costruito la loro fortuna sui dati degli utenti si sono mosse per controllare la produzione dei chip specializzati per l'IA (GPU) e i grandi data center, trasformandosi in veri e propri giganti della finanza infrastrutturale. È nato così un sistema in cui il capitale non esce più dal settore: i profitti generati dai servizi digitali finanziano lo sviluppo dell'IA, che attira nuovi investimenti nelle infrastrutture e genera a sua volta nuovi profitti.

Un impero in mano a pochi

È quella che oggi viene definita economia circolare dell'IA: un ecosistema chiuso in cui poche grandi aziende controllano contemporaneamente dati, algoritmi, hardware e capitali, consolidando una posizione dominante difficile da scalfire.

A sviluppare concretamente i modelli di intelligenza artificiale sono sia le stesse Big Tech, attraverso i loro reparti interni (come Google DeepMind o Microsoft AI), sia aziende specializzate nate negli ultimi anni, come OpenAI o Anthropic. Ma queste realtà più giovani non sono indipendenti, perché per addestrare i loro modelli hanno bisogno di enormi quantità di dati, di chip costosissimi e di data center dalle dimensioni colossali. Per questo dipendono dai finanziamenti e dall'infrastruttura delle Big Tech, che in cambio acquisiscono quote esclusive di utilizzo o partnership strategiche. Microsoft ha investito decine di miliardi in OpenAI, Amazon e Google in Anthropic: i confini tra chi crea l'IA e chi la finanzia, rendendone possibile il funzionamento, sono sempre più sfumati.

I nomi riportati nel riquadro, NVIDIA, Apple, Alphabet, Microsoft e Amazon, non sono solo le cinque aziende più capitalizzate al mondo: sono anche i pilastri di questo ecosistema chiuso. NVIDIA produce i chip indispensabili per il funzionamento dell'IA; Alphabet, Microsoft e Amazon forniscono i data center e finanziano i principali laboratori di IA; Apple integra l'intelligenza artificiale nei dispositivi che già abbiamo in tasca. Direttamente o indirettamente, non gestiscono solo il futuro dell'intelligenza artificiale, ma una parte significativa dell'economia globale. Una concentrazione che molti analisti iniziano a guardare con preoccupazione, anche per i timori dello scoppio di una bolla speculativa.

Le più importanti aziende al mondo per capitalizzazione sono relativamente giovani, ma hanno un valore economico estremamente elevato. Per dare un'idea della scala, NVIDIA, Apple e Alphabet valgono ognuna più dell'intera borsa svizzera, che ha un valore complessivo di circa 3'100 miliardi di dollari.

NVIDIA: valore 4'804 miliardi di USD

Leader mondiale nella progettazione e produzione di unità di elaborazione grafica (GPU). Fondata nel 1993 da Jensen Huang, è stata per decenni un'azienda di nicchia che produceva schede grafiche per videogiochi. Con l'esplosione dell'intelligenza artificiale, le sue GPU sono diventate il "motore" fondamentale per l'addestramento dei modelli di IA e per il funzionamento dei sistemi come ChatGPT. Nel 2024 è diventata l'azienda con il maggior valore di borsa al mondo, spodestando Alphabet e Apple.

Apple: valore 4'415 miliardi di USD

Multinazionale tecnologica fondata nel 1976 da Steve Jobs, Steve Wozniak e Ronald Wayne. L'azienda ha rivoluzionato il settore con prodotti innovativi come l'Apple II (1977), uno dei primi personal computer, e l'iPhone (2007), che ha dato vita al concetto di smartphone. La sua gamma di prodotti comprende iPhone, Mac, iPad, Apple Watch e AirPods, oltre a servizi come App Store, Apple Music, Apple TV+, Apple Pay e iCloud.

Alphabet (Google): valore 4'316 miliardi di USD

Società fondata nel 1998 da Larry Page e Sergey Brin con il nome di Google. Nel 2015, per gestire meglio le diverse attività e favorire l'innovazione, fu creata Alphabet, che oggi controlla, oltre al motore di ricerca Google, anche il sistema operativo per smartphone Android, servizi come YouTube, Gmail, Google Drive, Google Maps, Google Photos e il browser Chrome. Inoltre, supervisiona progetti in ambiti come l'intelligenza artificiale (DeepMind), la guida autonoma (Waymo) e le biotecnologie (Calico).

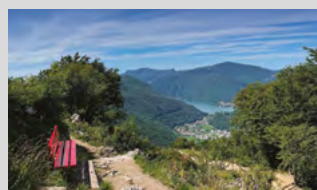
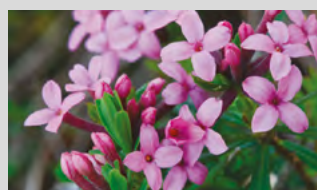
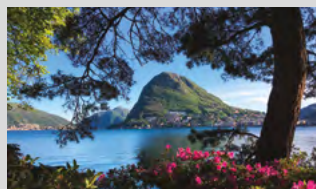
Microsoft: valore 3'431 miliardi di USD

Multinazionale tecnologica fondata da Bill Gates e Paul Allen nel 1975. Nel 1980 acquista per 50'000 dollari un sistema operativo che rivende a IBM, ma ne mantiene i diritti di licenza. Ribattezzato MS-DOS, questo sistema ha contribuito in modo decisivo alla diffusione del personal computer. Oggi i suoi prodotti principali includono i sistemi operativi Windows, la suite Office (Word, Excel, PowerPoint), il servizio di cloud computing Azure, la console Xbox e la piattaforma professionale LinkedIn. È il principale investitore di OpenAI, l'azienda che ha creato ChatGPT.

Amazon: valore 2'915 miliardi di USD

Multinazionale fondata nel 1994 da Jeff Bezos. Oggi l'azienda è leader globale nell'e-commerce attraverso Amazon.com e opera in settori come il cloud computing, lo streaming digitale e l'intelligenza artificiale. Il suo servizio di cloud computing, Amazon Web Services (AWS), è leader mondiale nel settore e genera più della metà dei profitti dell'azienda, ospitando infrastrutture per clienti di rilievo come ad esempio Netflix, la NASA e Airbnb.

Valori finanziari al 31.07.2026, fonte: companiesmarketcap.com



Offerta speciale per i soci dell'ATTE

Funicolare + Caffè & Torta Fr. 28.-

Valida fino all'8 novembre 2026 • www.montesansalvatore.ch

La mente sotto assedio

di Laura Mella

Nell'ambito della promozione del suo ultimo libro "La mente sotto assedio", lo scorso 20 maggio il giornalista e scrittore Bruno Giussani ha fatto tappa al Centro ATTE di Locarno. Di fronte a una sala gremita, l'esperto ha messo in luce le problematiche legate all'utilizzo dell'intelligenza artificiale. Rifiutare la tecnologia non ha senso, occorre però imparare a utilizzarla con spirito critico. L'evento è stato un'occasione di collaborazione fra ACSI e ATTE.

Quando Gutenberg mise a punto la stampa a caratteri mobili, nel 1450, l'Europa fu travolta da una valanga di informazioni che nessuno sapeva ancora come gestire. Ci vollero quasi 150 anni per ritrovare un equilibrio; e quell'equilibrio prese la forma di istituzioni che ancora oggi strutturano la nostra vita: la scuola, il sistema giudiziario, l'amministrazione pubblica. Bruno Giussani, giornalista ticinese e per vent'anni direttore europeo di TED*, usa questo parallelo per invitare a guardare al presente con meno ansia e più metodo. Il suo ultimo libro, *La mente sotto assedio*, non è un atto d'accusa contro la tecnologia, bensì un invito a capire cosa diventiamo quando la usiamo ed è proprio per questo che la riflessione si fa più scomoda.

La mancanza di neutralità

C'è un aspetto che, secondo Giussani, tende purtroppo a essere molto sottovalutato. I chatbot – ChatGPT, Gemini, Claude e gli altri – non sono strumenti neutrali. Sono programmati da persone, che lavorano per aziende, che hanno interessi che non sono necessariamente gli interessi comuni. «*Chiedete a un chatbot americano qual è il miglior sistema economico per garantire il benessere della popolazione: descriverà il capitalismo. Chiedete la stessa cosa a uno cinese: descriverà il socialismo. Il meccanismo è di solito molto più sottile – un aggettivo al posto di un altro, una voce messa in evidenza piuttosto che un'altra – la direzione però è quella.*» E il problema è che i testi che le macchine producono sono fluidi, ben costruiti, ortograficamente impeccabili, ma, come sottolinea Giussani: «*La bellezza e la fluidità di un testo non corrispondono necessariamente alla sua veridicità.*»

Il debito cognitivo

Un'altra questione, che agisce in modo silenzioso ed è per questo altrettanto sottovalutata, è legata a ciò che Giussani chiama debito cognitivo, una sorta di disapprendimento progressivo che si accumula ogni volta che deleghiamo alla macchina un compito. «*Più faccio scrivere alla macchina, meno sarò capace di scrivere. Più le faccio prendere decisioni, meno sarò capace di decidere. Più le faccio riassumere un libro, meno sarò capace di leggerlo e capirlo.*» Il cervello è un muscolo: smette di allenarsi se non lo utilizziamo. Non a caso, osserva l'autore, «*molte scuole che*

hanno vietato l'utilizzo degli schermi digitali sono quelle che i dirigenti delle grandi aziende tecnologiche scelgono per i propri figli.»

Questioni di dipendenza

Senza contare che tutto questo avviene in un contesto economico ben preciso: l'Europa dipende dalle tecnologie americane per una quota che si aggira tra il 75 e l'80 per cento. Basta guardare la classifica delle società più capitalizzate al mondo per rendersi conto che le prime cinque posizioni sono tutte occupate dalle Big Tech americane. Non è solo una questione di mercato. È una questione di chi decide cosa vediamo, cosa ci viene risposto, come viene filtrata la realtà che raggiunge i nostri schermi. E le decisioni vengono prese a Washington o a Pechino, a seconda delle piattaforme usate.

La conquista di un mercato

A rendere il quadro ancora più fosco c'è un ulteriore meccanismo che Giussani paragona alla strategia di Amazon nei suoi anni di espansione: perdere miliardi per conquistare il mercato, abbassare i prezzi finché i concorrenti non spariscono, poi alzarli. Oggi i chatbot sono gratuiti o quasi. Ma chi comincia a integrarli nel proprio modo di lavorare – un'azienda che affida la logistica a un sistema di IA americana, per esempio – scoprirà presto che estrarlo è quasi impossibile. La dipendenza è il prodotto, non un effetto collaterale.

Non rifiutare ma resistere

Nonostante questo panorama, rifiutare la tecnologia non è la soluzione. «*Una volta inventata, una tecnologia non si può disinventare e l'intelligenza artificiale sarà con noi per sempre, che ci piaccia o no.*» La domanda giusta non è se usarla, ma come. È una lezione vecchia di 2'500 anni: Platone, nei suoi dialoghi socratici, si scagliava contro la scrittura perché avrebbe indebolito la memoria e reso gli uomini intellettualmente pigri. Il paradosso è che tutta questa critica ci è arrivata scritta. Platone usava lo strumento che contestava, ma con consapevolezza. È esattamente questo che Giussani consiglia di fare: usare l'intelligenza artificiale con quella che chiama «*distanza critica, di vigilanza e di attenzione*»; consapevoli di come funziona e, soprattutto, di cosa diventiamo quando la usiamo.



* TED (Technology, Entertainment, Design): organizzazione no-profit globale nata nel 1984 e nota per le sue conferenze dedicate alla diffusione di idee innovative.



Di picapietra e lizzatori: le cave e oltre

di Francesca Pusek

Riapre dal 5 settembre la mostra fotografica di Giovanni Luisoni dedicata alle Cave di Arzo. L'occasione per noi di ripercorrere la storia di un'attività un tempo fiorente – l'estrazione del marmo rosso, le cui sfumature erano rinomate in tutta Europa – e di raccontare come le cave abbiano oggi cambiato pelle, diventando un luogo di arte e cultura.

Nelle foto storiche in bianco e nero i cavatori di pietra si fanno ritrarre fieri sulla roccia. Seduti, le gambe penzoloni, in manica di camicia oppure in piedi, in giacca e cravatta, il berretto calato sulla fronte, dominano il marmo che stanno per tagliare. Il "rosso" di Arzo. Nelle foto a colori di Luisoni la tonalità, che nelle striature vira dal rosso al rosa, dal ruggine all'arancione, vibra ed emerge in tutta la sua poetica bellezza. E fragilità. Dopo una storia millenaria, scolpita e modellata da innumerevoli mani nodose e callose, sempre più esperte nel rendersi amica una pietra dura e frastagliata, oggi l'estrazione del marmo è "solo" un'attività di nicchia e le cave, assunta una nuova identità culturale, vivono e rivivono attraverso spettacoli, concerti e mostre.

Il marmo rosso di Arzo

La fiorente attività dell'estrazione della roccia dal Poncione di Arzo nella regione del Monte San Giorgio ha avuto numerosi committenti. Il "macchiavvecchia" o "broccatello" come viene chiamato il marmo rosso di Arzo è il protagonista

assoluto di questa storia. Ma se il fasto di questa roccia sedimentaria policroma che ha abbellito il Duomo di Milano, la Basilica di San Pietro in Vaticano e numerosi palazzi di Varsavia e San Pietroburgo ha smesso di essere ricercato, il suo fascino rimane intatto nei manufatti barocchi che si ammirano in tutta Europa: balaustre, colonne, acquasantiere ma anche scale e pavimenti di palazzi e chiese.

La grande varietà di colori, dal rosato al rosso, dal violaceo all'ocra è il risultato dei millenari movimenti geologici che hanno frammentato la pietra che si è poi ricristallizzata con altri minerali dando vita al "rosso" di Arzo.

Il declino

La crisi globale della lavorazione della pietra e una mutata sensibilità ambientale – in Italia, per esempio, sono attivi comitati "No cav" che combattono contro l'estrazione intensiva del marmo di Carrara – hanno finito per strozzare il settore. Ad inizio Novecento nella zona di Arzo erano attive 72 cave che davano lavoro a duecento persone.

Storie di spazzacamini

Ad Intragna, la mostra permanente del Museo regionale delle Centovalli e del Pedemonte si è arricchita di un nuovo filmato dedicato alla commovente storia degli spazzacamini bambini ticinesi. Il racconto, intessuto di immagini e testimonianze, restituisce tutto il peso di un'infanzia segnata dal distacco da casa e dal duro lavoro nei camini: un invito a riscoprire da vicino un capitolo di storia locale che continua a interrogare ed emozionare.

Situato nel cuore di Intragna, il Museo custodisce la memoria storica e la cultura del territorio attraverso una ricca collezione di oggetti d'uso quotidiano, arredi originali e strumenti agricoli della civiltà contadina. Il percorso espositivo illustra i mestieri tradizionali della zona e le vicende dell'emigrazione locale, accanto a testimonianze dell'artigianato tipico – come la lavorazione della stoffa per i tradizionali *pedùn* – e a un'importante raccolta di arte sacra e devozione popolare.

Il Museo è aperto da aprile a ottobre. Per maggiori informazioni: www.museocentovallipedemonte.ch

Agli spazzacamini e a questa pagina di storia dedicheremo un articolo su terzaetà di dicembre.

Ivo Soldini a Castel Grande

Fino all'8 novembre sarà possibile visitare la mostra di Ivo Soldini allestita nella corte interna di Castel Grande. Sculture monumentali – figure verticali, inclinate, gruppi in tensione compositiva – si confrontano con le torri medievali e il panorama della città, abitando questo luogo come presenze silenziose e potenti. Negli spazi espositivi interni della Sala Arsenale, oltre sessanta dipinti inediti completano il percorso, rivelando l'universo espressivo di un artista radicato nella grande tradizione scultorea. Un incontro imperdibile tra arte, storia e natura nel cuore di Bellinzona.

Nato a Lugano nel 1951, Ivo Soldini si è formato al liceo cantonale della città, per poi frequentare per un anno l'Accademia di Belle Arti di Brera a Milano e, negli anni successivi, l'Università Statale milanese, tra Scienze Politiche e Storia dell'Arte. Dal 1975 si è dedicato principalmente alla scultura – bronzo, alluminio, gesso – affiancandola a un'intensa attività pittorica e grafica, sperimentata con tecniche diverse nel corso degli anni. La sua ricerca pone da sempre la figura umana al centro, esplorandone l'interiorità attraverso cicli divenuti riconoscibili nel tempo: i Verticali, gli Inclinati, i Gruppi diventati quasi blocchi erranti, le Teste monumentali solcate da profonde scanalature. Il suo linguaggio dialoga con maestri come Alberto Giacometti, Marino Marini e Fritz Wotruba, pur restando profondamente personale. Le sue opere, esposte in Svizzera e all'estero, animano anche diversi spazi pubblici ticinesi, da Bellinzona a Lugano a Paradiso. Soldini vive e lavora a Ligornetto, nella casa paterna.

Il biglietto della mostra è incluso in quello d'entrata a Castel Grande. Per informazioni scrivere a: info@fortezzabellinzona.ch.



Un secolo dopo, l'ultima ditta di cava, quella della famiglia Rossi, cessa un'attività tramandata per ben sei generazioni che a turno hanno reso efficace e produttiva l'attività della cava.

Il progresso non perdona: chi si ferma o si aggrappa al passato, pur glorioso che sia, rimane indietro, soccombe. Per fortuna non è successo ad Arzo e il confronto fra le fotografie dell'epoca e quelle di oggi lo dimostra. La foto del 1925 in cui un folto gruppo di "mangiasass" carica un blocco di marmo sul carro per essere trasportato dai buoi fa il paio con quella a colori dove un gruppetto di giovani escursionisti si diverte e, grazie ai pannelli didattici, impara la storia delle famose cave. È un altro modo di farle vivere, di renderle ancora partecipi della vita di oggi. Lo ha reso possibile l'intuizione vincente del patriato di Arzo che ha riqualificato l'intera area creando in particolare un anfiteatro naturale là dove c'era l'ultima cava attiva, la più grande.

Le fotografie di Luisoni non hanno solo una loro bellezza evocativa ma anche la credibilità del documento storico. E il "rosso" di Arzo, che nelle immagini del fotografo fa di volta in volta capolino dalla neve o spunta fuori dall'erba, "respira" oggi come allora.

L'ESPOSIZIONE

Le Cave di Arzo sono parte di un progetto di riqualificazione che comprende sentieri, spazi didattici e funzioni museografiche promosso dal Patriato di Arzo. L'esposizione è strettamente legata al volume "Arzo - la cava del «rosso»" (Salvioni Edizioni), presentato a fine maggio. Curato dallo stesso Giovanni Luisoni, il libro raccoglie oltre cento fotografie a colori e in bianco e nero, frutto di un progetto di ricerca visiva sulle cave durato più di vent'anni.

La mostra resterà aperta dal 5 settembre al 25 ottobre 2026 allo Spazio espositivo laboratorio Cava Arzo (Via Cave di Marmo 7). Maggiori info: aldo.allio@gmail.com.

Piscicoltura di Pura: una storia d'acqua, lavoro e memoria

a cura del Museo della Memoria

Nel cuore del Malcantone, lungo le rive della Magliasina, per decenni ha operato una realtà che ha lasciato un segno profondo nella vita economica e sociale della regione: la Piscicoltura di Pura. Fondata nel 1931 e rilevata negli anni Quaranta dalla famiglia Jäger, la piscicoltura divenne nel tempo un importante punto di riferimento per l'allevamento delle trote e per il ripopolamento dei corsi d'acqua ticinesi. Una sfida iniziata quasi per caso, quando Rodolfo e Margherita Jäger, giunti dalla Svizzera interna senza alcuna esperienza nel settore, decisero di intraprendere questa nuova attività. Con determinazione, spirito di sacrificio e grande capacità organizzativa riuscirono a trasformare l'azienda in una realtà conosciuta ben oltre i confini del Malcantone.

Attraverso le testimonianze di Cristina Spinelli, figlia dei fondatori, e di Giovanni Foletti, storico collaboratore della piscicoltura, il Museo della Memoria ricostruisce un mondo fatto di lavoro quotidiano, conoscenze tramandate con l'esperienza e profondo legame con la natura. Le immagini d'epoca mostrano le vasche di allevamento, il trasporto delle trote, gli operai al lavoro e la vita attorno a un'attività che dava occupazione e contribuiva all'economia locale.

I racconti riportano anche le difficoltà affrontate nel corso degli anni: le piene della Magliasina, i temporali improvvisi, i cambiamenti nelle normative e l'evoluzione delle tecniche di allevamento. Emergono così non solo gli aspetti produttivi, ma anche

Il Museo della Memoria ATTE raccoglie, conserva e valorizza testimonianze, immagini e racconti della nostra storia locale. Ogni contributo è un invito a riscoprire le nostre radici e a custodire la memoria per le generazioni future.

il coraggio, l'ingegno e la passione necessari per portare avanti un'attività così strettamente legata all'acqua e ai suoi capricci. Questo contributo è molto più della storia di un'azienda. È il racconto di una famiglia, di un paese e di un mestiere che ha accompagnato la vita di generazioni di ticinesi. Una testimonianza preziosa che permette di riscoprire una pagina significativa della memoria collettiva del nostro territorio.

Storia, fotografie e videointerviste a Cristina Spinelli e Giovanni Foletti sono disponibili sul sito lanostrastoria.ch a questo link: mdm.atte.ch/pescicoltura



Accedi direttamente ai contenuti di questo articolo sulla storia della piscicoltura in Ticino inquadrando il QR Code





Meletta al Museo Onsernonese

di Claudio Guarda

Dopo gli splendori della Venezia settecentesca, documentati con le suggestive pitture di Canaletto, Guardi e Bellotto, nomi di indubbia rinomanza internazionale, ci caliamo questa volta nell'angusta realtà dell'Ottocento ticinese, colta per di più nelle pieghe di una valle tutta curve e niente prati com'è l'Onsernone: un'unica grande fitta macchia di boschi che scendono per ripidi pendii e dirupi fin sul greto dell'Isorno. Una valle suggestiva e selvaggia, per questo amata da scrittori e poeti, da artisti e intellettuali del Novecento che a più riprese soggiornarono nei dintorni di Berzona o a 'La Barca' di Comologno; ma viverci e mantenere famiglia nel primo Ottocento – tra tensioni politiche e sociali, anche violente che non di rado finivano a randellate – facendo il mestiere di pittore com'era il caso di Carlo Agostino Meletta (1800-1875) era ben altra cosa, e lo era certo ancor più per il popolo che abitava e viveva in quella valle.

A 225 anni dalla nascita e a 150 anni dalla sua morte, il Museo Onsernonese di Loco ha voluto commemorare il suo più noto "pittore di valle" allestendo una breve rassegna di sue opere in

due sale, ma soprattutto pubblicando una pregevole monografia (Edizioni Museo Onsernonese) che non solo allarga il campo delle conoscenze e delle opere a lui attribuite fin nella Valtellina, ma documenta anche fotograficamente gran parte della sua produzione religiosa dispersa in chiese e cappelle o affrescata su facciate e muri in valle e fuori valle. Vi si aggiungano le preziose informazioni biografiche dei personaggi da lui ritratti, frutto di una prolungata e minuziosa ricerca.

Sulle tracce del pittore

Ma chi era Carlo Agostino Meletta? Devo dire che ho sempre avuto una naturale simpatia per lui e la sua arte a me nota solo per via di alcuni suoi ritratti, da considerarsi, ancor oggi, non solo la parte più conosciuta dell'intera sua produzione, ma pure il terreno più suo. Era nato a Loco nel 1800 ed è morto nel 1875, a seguito di un infarto, mentre affrescava una chiesa di Valfurva (Valtellina). Come molti suoi conterranei per sopravvivere dovette pure lui, più di una volta, battere la via dell'emigrazione, anche se la sua vita di uomo e di pittore (evito per ora l'uso del termine artista) si consumò praticamente

La mostra temporanea dedicata a Meletta rimarrà allestita al Museo Onsernonese di Loco fino al 26 ottobre. Orari e info su: museonsernonese.ch

In alto, *Assunzione della Vergine*, 1853

tutta nel breve giro della valle Onsernone e della Valmaggia, territorio di Giovanni Antonio Vanoni quest'ultima.

Ma dove aveva imparato l'arte della pittura? Non aveva infatti avuto un padre pittore che gli insegnasse il mestiere, come capiterà a suo figlio Giovanni Samuele (le cui opere si confondono talora con quelle del padre) e com'era tutto sommato ancora normale in quei tempi (quando però già operavano le accademie), soprattutto per chi viveva in zone discoste e non aveva grandi risorse. Quanto a lui "è da escludere un'educazione accademica", è invece probabile – ipotizza Giulio Foletti – che si sia formato frequentando la bottega di qualche pittore come quelli della vicina Val Vigizzo, i quali proseguivano la tradizione degli artisti migranti adottando un loro linguaggio rispondente alle esigenze di una clientela locale assolutamente digiuna di aggiornate conoscenze artistiche. Stando a quel che sappiamo, non solo la formazione ma anche la cultura artistica di Meletta si concretizza quindi nel breve giro che dalla sua regione arriva fino alla Valtellina, dove si reca fin da giovane e più tardi tornerà a dipingere, sempre passando lungo la sponda del lago di Como dove visita chiese e cappelle copiando anche qualche immagine sacra in vista di un possibile utilizzo futuro. Aveva una buona mano nel copiare opere altrui come testimoniano i suoi foglietti giovanili dove riporta con mano ferma e sicura note incisioni dello scultore neoclassico Bertel Thorvaldsen.

I pittori da villaggio

Come tutti i pittori del suo rango, strada facendo aveva comunque acquisito una buona pratica del mestiere, conosceva bene le diverse tecniche, sapeva come realizzare gli affreschi o preparare tele e colori per le pale d'altare. Disponeva inoltre di repertori, allora assai diffusi, con scene sacre o mitologiche: un patrimonio iconografico da cui attingeva e poi combinava secondo necessità. Quanto all'arte sacra Meletta era dunque un "pedissequo copista?", si chiede Foletti. Per la verità lo facevano un po' tutti, anche nelle accademie, ma un conto è apprendere il mestiere e 'diventare' un bravo pittore – qualcuno non era neppure questo – altro è 'essere' un artista. Cherubino Patà, da Sonogno, era un discreto pittore quando imitava lo stile di Courbet, ma l'artista non era certo lui. Inevitabile domandarsi dove finisca l'uno e cominci l'altro.

Se lo sono chiesto anche altri illustri personaggi a cominciare da Pietro Chiesa, in occasione della mostra sull'arte ticinese



tenutasi al Castello di Trevano nel 1937 dove, per la prima volta, accanto ai sommi nostri dell'800, in primis il Vela e il Ciseri, figuravano anche alcuni "pittori da villaggio" tra cui lo sconosciuto Meletta con alcuni suoi ritratti. "Questi umili autori di ex voto e di immagini religiose – scriveva –, ritrattisti ingenui ma talora acutissimi [...] portarono all'arte una sincerità di accento e una freschezza popolare che in una rassegna come questa non sarebbe giusto ignorare". Non la pensavano così né Ugo Donati per il quale alcuni di loro "sono un poco più giù dell'ultimo gradino dell'arte", né Virgilio Gilardoni che, nel 1954, tuonava "contro quegli artisti e letterati che si sono illusi di trasferire [quelle opere] dal terreno etnografico e folkloristico a quello artistico". Quel che oggi riconosciamo come una realtà culturale e artistica storicamente documentabile, è la coesistenza allora, nel Cantone, di due filoni espressivi paralleli che per lo più si ignoravano: da una parte quello di matrice popolare-rustica, dall'altro quello di matrice accademica e colta. E non si può giudicare l'uno con il metro degli altri.

Le opere di Meletta

Se torniamo ora ai tre generi di pittura praticati dal Meletta – le pitture religiose, i ritratti e gli ex voto, gli ultimi due ben documentati nelle due sale del Museo Onsernonese – a me pare che non solo non li si possa giudicare sulla base di criteri artistici conformi ai valori accademici o agli stili del momento, ma che neppure li si possa prendere tutti in blocco come se si conformassero tutti a un unico criterio estetico che guiderebbe sempre la mano del Meletta e che, al più, evolve nel tempo. Stando a quanto visto, ritengo invece che egli differenziasse procedimenti formali e finalità esecutive dei tre diversi generi applicando per ciascuno modalità e configurazioni loro proprie. Come è possibile pensare che, nel 1863, Meletta operi con gli stessi intenti quando, ritrae l'imponente tenente Antonio Lucchini ma dipinge pure l'ex voto con la donna inginocchiata ai piedi del Crocefisso, sotto una finestra cui non arriva, con le scarpette più piccole di una mano e il letto che si inerpica sulle pareti di fondo? È sempre lui? E dov'è "la raffi-



nata impostazione prospettica”? Domande che si ripresentano di continuo quando, per esempio, ci si sofferma sull'ex-voto del 1866, con marito e moglie inginocchiati davanti al Crocefisso, o quello del 1865, con la bambina in posa da orante sul sagrato della chiesa di Loco e lì si accosta ai ritratti di Elena Meletta o di Maria Giovanna Schira, rispettivamente del 1855 e del 1860 ca. Supposto che sia sempre lui il pittore, dobbiamo forzatamente ritenere che, superata l'incerta fase iniziale, il Meletta cambi volutamente 'registro' a seconda dei committenti, dei generi e forse anche dei diretti destinatari cui la sua opera si rivolge. Per cui quando dipinge una pala d'altare – dove si parla di cose altissime, di Dio e di Santi – adotta uno stile solenne e aulico, mentre quando dipinge un ex-voto adotta un linguaggio più semplice e diretto, anche sgrammaticato, perché parla di fatti quotidiani capitati a gente del popolo che si deve riconoscere in quelle immagini: come l'avessero dipinte con le loro stesse mani. Ne è prova il fatto che mentre gli ex-voto e i quadretti devozionali non conoscono

evoluzione, i suoi ritratti – all'inizio anch'essi da rimanerne in più di un caso increduli e stupefatti – a partire dagli anni '40 registrano invece continui progressi, per quanto sopravviva ancora, qua e là, qualche impaccio prospettico, qualche durezza chiaroscurale o distorsione anatomica, specie nella resa delle mani. Come non cogliere, per esempio, l'enorme distacco che separa volto, mani e proporzioni di Maria Giacomina Schira del 1843 (più indizi inducono a credere che non sia suo) rispetto alla Pavolina Schira del 1842 o al San Rocco del 1844, con sullo sfondo l'unico suo paesaggio a me noto? Per non parlare della “donna onsernonese” del 1855: il volto più sereno tra i tanti che ha dipinto.

Le peculiarità di uno stile

Proprio per questa sua progressiva crescita che vi si legge dentro e ne alza il livello, i suoi ritratti della media borghesia locale costituiscono l'ambito in cui più si colgono i tratti distintivi e peculiari del Meletta. Non lo fa solo per rubare il mestiere ai grandi pittori e mettersi al loro

livello, come qualcuno ha creduto, e non si tratta neppure di voler mostrare che sa ben cogliere i loro tratti somatici: quel che si avverte in lui, mettendo in fila i suoi ritratti, è l'intenzione di dare un'immagine 'nobile e fiera' della sua gente e della sua valle. A cominciare dalle donne, che molto spazio hanno nei suoi ritratti: dignitose e riservate nella posa, molto accurate e ben vestite nella varietà degli abiti tradizionali meticolosamente descritti, alcune con un fiore, la maggior parte con un libricino di preghiere tra le mani: istruite, quindi, timorate di Dio ma anche buone amministrate della casa; non diversamente dagli uomini – dai ricchi commercianti dei prodotti di paglia agli emigranti che hanno fatto fortuna, dal medico condotto al giudice di pace o al colonnello e deputato in Gran Consiglio – che tengono tra le mani lettere, dispacci, documenti ufficiali, in un caso anche il giornale. Che è anche rivalutazione del ruolo femminile, in anticipo sui tempi, e attestazione del valore indiscutibile dell'istruzione, del saper leggere e far conto come forze necessarie e trainanti di una regione.

L'omaggio alla sua terra

È per questo suo nobile intento, oltre che per la sua inalienabile fedeltà alla propria terra, che mi è sempre stato caro il Meletta: al di là dei suoi impacci e delle sue sgrammaticature che non ha senso voler tramutare in pregi, ma che attestano per un verso la sua storia, dall'altro la sua profonda identificazione sia con la realtà sociale che con i valori morali e religiosi della sua gente e della sua valle. Della quale non racconta fatti politici né descrive il paesaggio, ma di cui ci restituisce un'immagine complessa, in particolare quella diretta di una media borghesia che sostiene la vita economica e sociale della valle, e quella indiretta di un popolo che vive tra le tribolazioni quotidiane della vita di ogni giorno documentate negli ex-voto. In definitiva, la sua opera restituisce il sapore dell'Ottocento in Onsernone. Anche se la sua storia socioeconomica (la lavorazione della paglia, la migrazione, le tensioni politiche ecc.) rimane sempre sottotraccia, dentro la sua pittura si percepiscono attese e speranze, gioie e dolori, ma anche croci e tragedie che hanno segnato la vita di quella popolazione.

In alto, La Donna della famiglia Schira, 1847; a p. 22, partendo da sinistra, Crocefisso, 1863; Tenente Meletta, 1824; San Rocco, 1844; Crocefisso, 1865.

Attenzione alle cadute!

Un rischio da riconoscere e prevenire

di Mauro Lancini, reumatologo

In Svizzera, 8 casi su 10 degli infortuni in persone con età superiore a 65 anni sono riconducibili a delle cadute, delle quali il 50% avviene all'interno della propria abitazione. In ambito reumatologico questo tema assume un'importanza rilevante. La stabilità durante la deambulazione è il risultato dell'integrazione tra sistema muscolare, articolare e scheletrico, che lavorano in modo coordinato per garantire le funzioni di equilibrio, il mantenimento posturale e la sicurezza nei movimenti. Quando dolore, rigidità articolare, debolezza muscolare o alterazioni della struttura ossea compromettono questo delicato equilibrio funzionale, il rischio di instabilità e di caduta aumenta significativamente.

Con il passare degli anni, il nostro apparato muscolo-scheletrico va incontro a un naturale cambiamento: i muscoli perdono progressivamente forza, le ossa riducono la loro capacità rigenerativa diventando più fragili e i riflessi tendono a rallentare. A queste variazioni fisiologiche si aggiunge il calo della vista e dell'udito. A risentirne maggiormente sono l'equilibrio e la sicurezza nei movimenti di tutti i giorni. Anche alcuni farmaci possono contribuire ad aumentare il rischio di caduta, poiché provocano sonnolenza o capogiri. Vi sono poi delle barriere architettoniche che creano degli ostacoli fisici al movimento.

Cadute e fratture: un legame stretto

Dal punto di vista reumatologico, una caduta non rappresenta soltanto un incidente, ma un evento che richiede sempre una valutazione clinica delle sue cause e una presa a carico delle conseguenze. In particolare, quando una caduta "banale" o un trauma di lieve entità provoca una frattura, è importante interrogarsi sulla salute dell'osso e sull'eventuale presenza di osteoporosi. In condizioni di fragilità scheletrica infatti, anche eventi apparentemente non preoccupanti come una perdita di equilibrio a casa o durante il cammino possono causare fratture ad esempio del femore, del polso o delle vertebre. Le ripercussioni di una caduta possono comprendere l'ospedalizzazione e l'eventuale necessità di interventi chirurgici. Il rischio è la perdita dell'autonomia personale, così come il ricorso ad un'assistenza continuativa.

Per questo motivo è fondamentale comprendere l'importanza della prevenzione delle cadute.

Ogni persona può valutare quali sono i propri fattori di rischio che non vanno trascurati ponendosi queste domande: mi sento instabile durante il cammino? Ho difficoltà ad alzarmi da una sedia? Utilizzo frequentemente i mobili come sostegno? Mi capita spesso di inciampare? Ho paura di fare certi movimenti?

Come si valuta il rischio di caduta

Identificare le persone a rischio di cadere è un aspetto molto importante in ambito preventivo. Il medico attraverso l'anamnesi raccoglie informazioni cliniche sul rischio di caduta ed indaga la percezione della sicurezza nei movimenti del paziente. Analizza inoltre parametri clinici quali la forza muscolare, la stabilità posturale, lo svolgimento del cammino, la funzionalità articolare, l'eventuale assunzione di farmaci predisponenti e naturalmente lo stato di salute generale della persona. Attraverso dei test funzionali può misurare in maniera oggettiva la coordinazione, la mobilità articolare e la tolleranza al carico. L'obiettivo è intercettare tempestivamente i soggetti a rischio prima che si verifichino delle complicanze fratturative.

Si identificano tre livelli di rischio, ai quali corrispondono le relative misure terapeutiche:

Rischio basso: il paziente conserva una buona autonomia nelle attività quotidiane, non riferisce episodi recenti di caduta e mostra una deambulazione stabile. In questo caso l'obiettivo è mantenere le capacità funzionali a lungo termine, attraverso un'attività fisica regolare e adeguata e controlli periodici dell'apparato locomotore.

Rischio moderato: si evidenzia un'instabilità della deambulazione e la presenza di paura di cadere o di muoversi (kinesofobia), magari causata da una precedente caduta. L'approccio prevede un programma fisioterapico adattato con lo scopo di rinforzare la muscolatura, rieducare la propriocezione (ovvero la capacità di percepire la posizione e il movimento del nostro corpo nello spazio, senza l'uso della vista), migliorare l'equilibrio e la sicurezza nei movimenti.

Rischio elevato: presenza di cadute ricorrenti con conseguenti limitazioni della mobilità e funzionalità articolare. L'approccio terapeutico prevede cicli di riabilitazione motoria personalizzata ed eventuale prescrizione di mezzi ausiliari per favorire la deambulazione.

Indipendentemente dal livello di rischio, è anche da prevedere una revisione e un'eventuale ottimizzazione della terapia farmacologica, in particolare nei soggetti che assumono farmaci che provocano sonnolenza o rallentamento dei riflessi. È inoltre raccomandata un'attenta verifica dell'ambiente domestico, finalizzata a individuare e correggere eventuali situazioni di pericolo che possano favorire il verificarsi di cadute in casa.

Il movimento come prima strategia di prevenzione

L'attività fisica rappresenta uno degli interventi più efficaci nella prevenzione delle cadute. Programmi di esercizio personalizzati e adeguati alle



In Svizzera, dopo i 50 anni, il rischio di frattura da osteoporosi riguarda 1 donna su 2 e 1 uomo su 5. Un motivo in più per non sottovalutare la salute delle ossa quando si parla di cadute.

La dignità non va in pensione

In Svizzera più di 300mila persone over 60 sono ogni anno vittime di violenza, una cifra che secondo il Consiglio federale potrebbe arrivare fino a 500mila casi. Per vergogna, paura o timore delle conseguenze, la maggior parte di questi abusi non viene mai denunciata. È proprio per abbassare queste barriere che esiste ora, per la prima volta, un numero unico nazionale: il 142, gratuito, confidenziale e anonimo, pensato per chi fatica a fare il primo passo.

La violenza sugli anziani non è solo fisica. Spesso si tratta di trascuratezza verso chi non è più autosufficiente, di sfruttamento economico – controllo o uso non autorizzato dei risparmi – oppure di maltrattamenti psicologici che si consumano tra le mura di casa o nelle strutture per anziani. Riguarda in particolare chi dipende, fisicamente o emotivamente, da chi lo cura: questa dipendenza genera uno squilibrio di potere che rende più difficile chiedere aiuto o anche solo riconoscersi come vittima.

Un recente studio dell'Istituto La Source (HES-SO) ha indagato le ragioni di questo silenzio: non è la mancanza di servizi a fermare le vittime, ma sentimenti radicati come la vergogna e il timore di perdere l'unico sostegno rimasto, o di essere allontanati da casa. A questo si aggiunge un fattore generazionale: la tendenza a considerare i problemi domestici come questioni private da risolvere tra le mura di casa. Una testimonianza raccolta durante lo studio lo racconta bene: «*Come uomo, sono stato capofamiglia e titolare di un'azienda. Dire 'ora ho bisogno di aiuto' è un passo molto grande da fare.*»

Il tema si inserisce anche nella campagna nazionale "L'uguaglianza previene la violenza": è nel contesto della non autosufficienza che si consumano i drammi più silenziosi, lontano dagli sguardi esterni.

Il numero 142 è attivo 24 ore su 24, 7 giorni su 7, e si rivolge sia alle vittime sia a chi sospetta un abuso nel proprio entourage. Professioniste e professionisti formati ascoltano, sostengono e indirizzano ai servizi competenti. In caso di pericolo immediato restano validi polizia (117) e ambulanza (144).

Chiedere aiuto non significa perdere il controllo sulla propria vita, ma riprenderselo: è un atto di coraggio, non una resa.



QUANTO È SICURO IL VOSTRO EQUILIBRIO?

Scopritelo inquadrando il QR Code: con pochi minuti di autovalutazione potete ottenere un primo quadro del vostro rischio di caduta e del vostro livello di forma fisica.

condizioni cliniche del singolo paziente consentono di migliorare la forza muscolare, l'equilibrio, la coordinazione e la stabilità durante il cammino. Il movimento fisico contrasta la perdita di massa muscolare e preserva la mobilità articolare, riducendo al contempo il rischio di fragilità ossea. Non è mai troppo tardi per iniziare! Evidenze scientifiche dimostrano che anche in età avanzata l'apparato muscolo-scheletrico reagisce e si rinforza se sottoposto ad un'appropriata stimolazione motoria e i benefici possono essere sorprendenti. Altresì importante è il monitoraggio periodico della vista e dell'udito ed il monitoraggio delle terapie in corso.

Anche la messa in sicurezza dell'ambiente domestico è fondamentale: semplici interventi quali la rimozione di tappeti privi di sistemi antiscivolo, un'adeguata illuminazione nei punti di passaggio, l'installazione di corrimano o maniglie di sostegno nei sanitari e l'adozione di calzature stabili riducono drasticamente l'incidenza di incidenti domestici.

Un contributo è infine dato anche dall'alimentazione, con un adeguato apporto di proteine utili a contrastare la sarcopenia (ovvero la progressiva perdita di massa e forza muscolare) ed una corretta assunzione di calcio e vitamina D a supporto del metabolismo osseo.

Prevenire una caduta significa molto più che evitare una frattura. L'obiettivo è preservare l'indipendenza, mantenere la possibilità di svolgere le attività quotidiane e continuare a partecipare alla vita sociale con sicurezza e fiducia.

Guidare in sicurezza nella terza età

Il TCS dedica particolare attenzione agli automobilisti di ogni età, proponendo corsi di formazione e aggiornamento pensati anche per chi desidera continuare a guidare in sicurezza nel tempo. Solo nel primo semestre del 2025, il numero di incidenti sulle strade nazionali ha raggiunto quota 8'329 (fonte USTRA), un dato che evidenzia quanto l'aggiornamento delle proprie competenze alla guida resti fondamentale per continuare a muoversi in autonomia e sicurezza sulle infrastrutture stradali.

Attraverso il "Corso Terza Età" e il "Corso Generazione 70+", il TCS mira a rinfrescare le conoscenze teoriche e pratiche dopo il pensionamento, valorizzando l'esperienza maturata alla guida ma anche riconoscendo come, nel tempo, si possano instaurare abitudini potenzialmente pericolose. Questi incontri, della durata di poche ore, sono focalizzati sul ripasso di norme stradali e tecniche di guida che possono essersi affievolite nel tempo, nonché sull'aggiornamento rispetto alle nuove leggi e tecnologie di assistenza alla guida come l'ABS. L'obiettivo è duplice: ridurre i rischi derivanti da informazioni mancanti o obsolescenze e aumentare la fiducia in situazioni di traffico complesse, contribuendo così alla sicurezza di tutti gli utenti della strada.

Corso Terza Età (06.10.2026)

Una giornata sulla pista TCS di Rivera durante la quale si affrontano aspetti di natura teorica e pratica: come ridurre i rischi alla guida, come reagire quando si presenta un ostacolo improvviso in mezzo alla strada, come comportarsi se il manto stradale è scivoloso o bagnato, come gestire la propria auto in situazioni di pericolo. I nostri istruttori guidano i partecipanti in una serie di esercizi pratici volti a perfezionare la guida, oltre a dare un aggiornamento completo sulle norme della circolazione.

Tariffe:

Soci TCS: CHF 100 (già dedotto il contributo di CHF 100 elargito dal Fondo nazionale per la sicurezza stradale).

Non Soci: CHF 200

Il pranzo è offerto.



Teoria e pratica in pista al Centro TCS di Rivera durante il Corso Terza Età dello scorso 12 maggio.

Corso Generazione 70+ (date in base agli iscritti)

Una giornata di corso al Centro TCS di Rivera, suddivisa in 3 parti: la prima parte si concentra sull'aggiornamento della teoria della circolazione stradale con un maestro conducente TCS, la seconda concerne le norme amministrative e il mantenimento della licenza di condurre con un avvocato dell'Assista TCS e la terza ed ultima parte, con un medico geriatra, il quale approfondisce i temi legati all'età, alle malattie e all'uso di medicinali alla guida. Incluso nel corso, un buono per un'uscita con un maestro conducente TCS con consulenza imparziale di quest'ultimo, nel rispetto della completa discrezione e riservatezza. I partecipanti non devono dunque temere alcuna segnalazione presso gli enti cantonali.

Tariffe:

Soci TCS: CHF 150 - Non Soci: CHF 250

Inclusi nel prezzo: il pranzo e 1 buono per un'uscita pratica di un'ora con un Maestro conducente TCS.

Maggiori informazioni sui corsi si possono ottenere chiamando lo 091 935 91 21.

CORSI TCS - TAGLIANDO DI ISCRIZIONE

Nome e cognome: _____

Indirizzo: _____

Telefono: _____

Data di nascita: _____

Sono socio TCS ☐ Non sono socio TCS ☐

Sono interessato al **Corso Terza Età del 06.10.26** ☐ **Corso Generazione 70+: desidero essere contattato/a** ☐

N° Patente: _____

N° Targa: _____

Data e firma: _____

IL TAGLIANDO È DA INVIARE A: TCS Sezione Ticino - Via alla Chiesa 10 - 6802 Rivera.



Udito e relazioni: una distanza evitabile

di Maria Grazia Buletti

Per anni Dario ha faticato a seguire le conversazioni in famiglia, tra frasi non comprese e frequenti malintesi. I familiari cercavano di colmare le difficoltà comunicative, ma alla lunga ciò risultava faticoso per tutti. Da due settimane ha iniziato un percorso con gli apparecchi acustici, che sta vivendo con soddisfazione. Non si tratta soltanto di sentire meglio, ma di recuperare una parte importante della vita relazionale. Perché la perdita uditiva non riguarda esclusivamente l'orecchio: coinvolge la comunicazione, le emozioni e i rapporti con le persone più vicine.

Questo tema è stato approfondito nell'ultimo numero di infoAtiDU, dedicato all'impatto della problematica uditiva sulle relazioni familiari e di coppia. L'articolo evidenzia che quando una perdita uditiva compare in età adulta, la comunicazione cambia profondamente. Conversazioni spontanee, commenti veloci e scambi quotidiani diventano più complessi; i malintesi si accumulano e possono generare tensioni che non dipendono dalla qualità della relazione, bensì dalle difficoltà di ascolto.

Un aspetto spesso sottovalutato riguarda l'ironia e l'umorismo. Se una battuta non viene colta immediatamente, perde la sua forza. Se deve essere ripetuta o spiegata, svanisce la spontaneità che la rende divertente. Di conseguenza, diminuiscono quei piccoli momenti di complicità che alimentano la vicinanza tra le persone. In generale, a lungo andare, la relazione rischia di impoverirsi proprio nelle sue componenti più leggere e naturali, generando frustrazione da entrambe le parti. Chi sente bene può percepire di non essere ascoltato; chi ha una perdita uditiva può sentirsi escluso, sotto pressione o in imbarazzo. Inoltre, il calo dell'udito è spesso graduale e non sempre viene riconosciuto immediatamente da chi ne è coinvolto. Entrano così in gioco negazione, vergogna o timore di essere giudicati.

Per ridurre questa distanza esistono strategie efficaci: parlare guardandosi in volto, limitare i rumori di fondo, usare un linguaggio chiaro e affrontare apertamente le difficoltà permette di preservare la qualità della comunicazione. Anche informarsi insieme e valutare un controllo dell'udito può rappresentare un passo importante.

La storia di Dario mostra che chiedere aiuto non significa arrendersi a una limitazione, ma investire nelle proprie relazioni. Ritrovare le parole, le sfumature e perfino una battuta raccontata al momento giusto può fare una differenza molto più grande di quanto si immagini.

INFO: www.atidu.ch

Comunicazione più efficace

di Francesca de Giorgio

Ero una giovane ragazza quando ho iniziato a utilizzare gli apparecchi acustici, e oggi che sono una donna adulta posso testimoniare quanto questi dispositivi mi abbiano aiutato, arrivando molto spesso a consigliare un test dell'udito a coloro che sospettano un calo dello stesso.



È necessario però capire che, per quanto potenti, essi non sempre assicurano una piena comprensione, che può variare in base alle situazioni in cui ci si trova.

Negli scambi interpersonali tra udenti e deboli d'udito, per esempio, possono verificarsi malintesi dovuti a una comunicazione inadeguata, la quale può creare un certo disagio a questi ultimi, portandoli talvolta a rinunciare.

Ed è importante sapere che andare incontro a chi sente meno, adeguarsi alla sua difficoltà, è oggi possibile grazie ad alcuni accorgimenti e strategie facili da imparare.

Si tratta di una tematica che mi tocca personalmente, sia come debole d'udito che in qualità di formatrice nelle sensibilizzazioni che ATiDU porta in scuole, strutture sociali e sanitarie, con l'obiettivo di metterle a disposizione del mondo udente.

Trovo che questa metodologia sia altamente educativa ed efficace nel portare consapevolezza, auspicandone in futuro la diffusione in ogni ambito della società.

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!**





Tra parole e silenzio

Torna a Bellinzona, dall'8 all'11 ottobre 2026, Sconfinare Festival, giunto alla settima edizione. Dopo il successo delle scorse rassegne, la manifestazione culturale della Città di Bellinzona si prepara ad animare ancora una volta Piazza del Sole, questa volta attorno a un tema tanto semplice quanto radicale: il rapporto tra parola e silenzio. Due dimensioni solo apparentemente opposte, che intrecciano la vita quotidiana e quella collettiva: il modo in cui comunichiamo, le relazioni che costruiamo, le storie che scegliamo di raccontare e quelle che, invece, restano fuori campo. Perché se la parola può avvicinare e dare voce, può anche escludere e ferire; e il silenzio, allo stesso modo, può essere ascolto oppure cancellazione.

Quattro serate, quattro sguardi

Il festival propone quest'anno quattro appuntamenti serali con protagonisti di primo piano della scena culturale italiana. Si comincia **giovedì 8 ottobre** (ore 18:30) con **Fabrizio Gifuni**, tra i più importanti attori del cinema e teatro italiano, in dialogo con il semiologo Stefano Bartezzaghi sul rapporto tra parola, cinema e interpretazione.

Venerdì 9 ottobre (ore 20:45) è la volta di **Domenico Iannaccone**, giornalista d'inchiesta e volto Rai, che porta in scena lo spettacolo *Che ci faccio qui...* in scena, racconto teatrale delle storie ai margini d'Italia.

Sabato 10 ottobre (ore 20:45) il palco si apre al giornalismo internazionale con **Cecilia Sala**, reporter e voce del podcast *Stories*, che nell'incontro *Raccontare ciò che brucia* condivide la sua esperienza di testimone da Iran, Ucraina, Afghanistan, Israele e Palestina.

Chiude il festival, **domenica 11 ottobre** (ore 18:30), il rapper **Murubutu** – Alessio Mariani, docente di filosofia oltre che artista – che con la sua "letteraturap" unisce rap, poesia e narrazione in un incontro tra riflessione ed esecuzioni dal vivo.

Il programma completo a settembre

Le quattro serate anticipano un cartellone più ampio, in uscita a settembre, che includerà conferenze, proiezioni, proposte per le scuole e collaborazioni con realtà culturali del territorio.

I biglietti per gli eventi serali e l'abbonamento Sconfinare Club sono già acquistabili su www.sconfinarefestival.ch, dove verrà pubblicato anche il programma completo. Posti limitati.

fra le pagine



a cura di
Elena Cereghetti

PARLIAMO DI...

libri soprattutto del loro destino, riprendendo un'immagine significativa di Thomas Sparr (editor at large della Suhrkamp Verlag): *"I libri hanno un destino, proprio come gli esseri umani. Possono riuscire, possono fallire, possono essere percepiti in ritardo o conoscere una grande diffusione, ma possono essere anche trascurati, restare non letti"*. A determinarne il corso non sono soltanto elementi intrinseci all'opera (qualità del contenuto e dello stile), ma anche fattori extra-letterari che nel tempo assumono forme diverse. Basterebbe alludere alla messa all'Indice dei libri nel passato, oppure a episodi analoghi dei nostri giorni (negli stati conservatori d'America, nel 2023 sono stati eliminati dagli scaffali pubblici più di 4'200 volumi) per intuire la forza dei libri e del pensiero che diffondono.

Non stupisce allora che autori e opere diventino talvolta oggetto di attacchi o tentativi di censura. Del resto, come afferma Annie Ernaux (Premio Nobel per la Letteratura 2022), *"scrivere è, a mio avviso, un'attività politica, ossia qualcosa che può contribuire al disvelamento o al cambiamento del mondo, oppure, al contrario, rafforzare l'ordine sociale e morale vigente"*.

La protesta dello scorso aprile di 115 scrittori – che hanno abbandonato la casa editrice francese Grasset in opposizione alla politica del proprietario miliardario Bolloré – esprime una volontà precisa, affidata a una lettera aperta: *"Non vogliamo che le nostre idee, il nostro lavoro, siano di sua proprietà"*. Si riafferma così il legame fra libro e libertà, ovviamente non in senso etimologico, bensì storico *"tra questa straordinaria invenzione e quella che è forse la più profonda aspirazione dell'umanità"* (Treccani).





Erica Cassano

Duramadre

Garzanti, Milano, 2026



Maggie O'Farrell

Nel nome del figlio. Hamnet

Guanda, Milano, 2021



Mattia Insolia

La vita giovane

Mondadori, Milano, 2026

Dopo il breve prologo, il romanzo **Duramadre** di **Erica Cassano** (esordiente nel 2022 con *La Grande Sete*) rivela sin dall'*incipit* chi è la protagonista della storia e offre subito una prima chiave interpretativa: *"Celeste arriva al Paese Nuovo in un'aria azzurrina, appiccicosa di moscerini."* Si è subito dentro la storia (*in medias res*) e accanto a lei, che cammina *"dietro a Tonio e a sua madre che la anticipano di due passi, una distanza che parrebbe facile da colmare ma che è, in realtà, irrecuperabile"*. È già tutta manifesta la complessa dinamica familiare che la giovane napoletana — appena giunta in questo paesino sperduto della Calabria dove ha ottenuto un incarico come insegnante — scoprirà poco alla volta, insieme alla maledizione che sembra gravare su tutti loro e che colpirà anche lei. Il primo giorno di lavoro, Celeste si ritrova in un'aula vuota, eccezione fatta per Agnese, che si presenta alle lezioni di una scuola media diventata da poco obbligatoria per tutti. Si apre così un nuovo capitolo della sua vita, segnato da inquietudini e contraddizioni; rari invece i momenti di *"normale felicità"* con Tonio, sempre soffocati dal controllo costante della famiglia e soprattutto della madre *"dall'occhio spinoso"* e dalla *"voce aspra"*. Anche l'intera comunità esercita su ogni individuo una sorveglianza asfissiante, a cui è difficile sottrarsi. Al di là della peculiarità di questa storia, l'autrice sembra invitarci a riflettere su questioni più generali, quali il peso delle origini, il conflitto fra libertà individuale e appartenenza, l'alternanza di fragilità e forza nelle forme individuali di resilienza.

Nel nome del figlio. Hamnet, della nord irlandese **Maggie O'Farrell**, ci riporta indietro nel tempo, all'epoca di Shakespeare (1564-1616). È di lui e della sua famiglia che si narra, in particolare del lutto che lo colpì profondamente: quello del figlio undicenne Hamnet, morto probabilmente di peste bubbonica nel 1596. Secondo l'autrice, *"il legame con la vicenda personale di Shakespeare nella stesura della tragedia Amleto è evidente. Credo che nessuno scrittore darebbe casualmente il nome del proprio figlio morto a un suo lavoro. Nessuno potrebbe scrivere più volte quel nome nel manoscritto senza che abbia una risonanza emotiva per lui"*. Da questa convinzione è nato il desiderio di indagare la vita familiare del drammaturgo inglese, che costituisce la trama di questo romanzo. Prendono così forma le figure della moglie Agnes Hathaway, dei figli (Susanne e i gemelli inseparabili Hamnet e Judith), oltre al mondo contemporaneo del villaggio natale Stratford-upon-Avon. Paesaggi, vita e gesti quotidiani, sentimenti collettivi ed emozioni domestiche sono resi vividi e pulsanti, grazie a una notevole capacità di dare corpo e voce a persone, luoghi e atmosfere; si va ben al di là di una semplice ricostruzione storica. Parlandoci di una perdita con sensibilità empatica ma senza compiacimento tragico, la scrittrice attraversa un dolore profondo e universale, per interrogarsi (e interrogarci) su ciò che rende fragile e al contempo preziosa ogni esperienza umana.

Cominciamo dai ringraziamenti, perché è inusuale trovare nella lista il nome del protagonista di un romanzo; invece è ciò che fa **Mattia Insolia** in **La vita giovane**: *"Infine, grazie a Teo: ti è toccato caricarti di cose pesanti, e mi hai salvato"*. La ragione è subito chiarita dall'autore stesso: a Milano, in una città sconosciuta, alla soglia dei trent'anni, *"Teo mi ha costretto a guardare in faccia la confusione che avevo in testa e a capire dove volessi andare"*. Affiora qui una delle matrici profonde del testo: la scrittura come tentativo di fare ordine nella propria esistenza.

Voce narrante della storia, Teo nel 2013 torna a Foro, da cui per nove anni si è tenuto lontano *"come fosse radioattivo"*. Nel corso della narrazione cercherà di spiegare le ragioni di questo ritorno, che hanno a che vedere non solo con il matrimonio degli amici Giorgio e Matilde (gli unici rimasti in quel paesino del sud), ma piuttosto con i suoi demoni. Il viaggio sarà dunque insieme fisico e interiore, un attraversamento delle proprie ossessioni e delle ferite che continua a portarsi dentro.

Dal costante alternarsi di presente (ritorno a Foro) e passato (vissuto lì con sei amici fino alla conclusione del liceo) emerge la parabola di vite giovani: nel volgere di un decennio — che segna il passaggio dall'adolescenza all'età adulta — si delinea con chiarezza impietosa lo svanire dei loro sogni. Un malessere esistenziale corre lungo le pagine, riflettendosi anche nella scelta di un linguaggio spontaneo ed essenziale, senza orpelli.

La mobilità elettrica del futuro!



Fabio
Consulente Your Charge

YourCharge  **ail**

Riduci i costi e ottimizzi il tuo tempo.

Ti offriamo una soluzione completa: consulenza personalizzata, sopralluogo tecnico, installazione chiavi in mano e un servizio di fatturazione semplice e trasparente, con assistenza sempre disponibile.

Che tu viva in una casa monofamiliare o plurifamiliare, o che tu gestisca un'azienda, AIL è il partner affidabile per chi sceglie la mobilità elettrica, contribuendo alla transizione energetica verso un futuro più sostenibile.



Pensiamo a tutto noi

- Analizziamo le tue necessità
- Realizziamo la stazione di ricarica
- Provvediamo alla gestione e alla manutenzione

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



Impronte di Festival

Si è tenuto dal 5 al 15 agosto il Festival del Film di Locarno. Per tempistiche legate alla stampa della rivista, abbiamo potuto coglierne solo i primi momenti.



Accanto ai film, ventagli e ombrelli parasole sono stati i protagonisti di questa edizione. Il caldo non ha però impedito alla piazza di riempirsi ogni sera. Isabella Rossellini ha aperto la 79esima edizione del Festival ricevendo l'Excellence Award, mentre al ginevrino Jean-Luc Bideau, simbolo del nouveau cinéma suisse, è stato consegnato un premio alla carriera l'8 agosto. Non sono mancati vip d'oltreoceano come Olivia Wilde. Nelle immagini anche il direttore artistico Giona Nazzaro accanto alla presidente Maja Hoffmann e uno scatto di un incontro con il pubblico, appuntamento sempre molto apprezzato dai cinefili.. (Foto © Locarno Film Festival / Ti-Press)

terzaetà



Proposte brevi 2026

ESCURSIONE CAMMINARTE

Chiggiona e Rossura con visita guidata delle chiese di Santa Maria Assunta e Santi

1° settembre 2026

Soci ATTE CHF 20.00

Non soci CHF 30.00

Con Mirto Genini e Christian Bordoli

SANTA MARIA MAGGIORE: RADUNO DELLO SPAZZACAMINO

Pranzo incluso

6 settembre 2026

Soci ATTE CHF 90.00

Non soci CHF 110.00

PAVIA LA CERTOSA

Visita guidata di Pavia e della Certosa.

17 settembre 2026

Soci ATTE CHF 110.00

Non soci CHF 130.00

ESCURSIONE: IL MOESANO TRA SOAZZA E MESOCCO E DINTORNI

22 settembre 2026

Soci ATTE CHF 40.00

Non soci CHF 60.00

Con Antonella Borsari

MILANO: DUOMO

Visita guidata del Duomo con salite in ascensore alle terrazze

23 settembre 2026

Soci ATTE CHF 120.00

Non soci CHF 140.00

MILANO: ALDA MERINI

La poetessa dei Navigli. Gita sulla vita e le opere di Alda Merini con performance teatrale

29 settembre 2026

Soci ATTE CHF 90.00

Non soci CHF 110.00

MILANO: PIRELLI HANGAR BICOCCA

Visita guidata alle mostre del Pirelli HangarBicocca di Milano e alla "Chinatown milanese"

3 ottobre 2026

Soci ATTE CHF 90.00

Non soci CHF 110.00

Con la prof.ssa Roberta Lenzi

MILANO: MUSEO DEL TEATRO ALLA SCALA

Visita guidata del Museo del Teatro alla Scala

9 ottobre 2026

Soci ATTE CHF 90.00

Non soci CHF 110.00



IL TRENO DEL FOLIAGE VIAGGIO PANORAMICO ATTRAVERSO LE CENTOVALLI E LA VALLE VIGEZZO

**(Locarno-Domodossola) - In collaborazione con FART - pranzo
incluso!**

9 ottobre 2026

Soci ATTE CHF 110.00

Non soci CHF 130.00

MILANO: TOUR IN TRAM STORICO

Visita guidata di Milano in tram storico degli anni Venti

14 ottobre 2026

Soci ATTE CHF 110.00

Non soci CHF 130.00

I FASTI DI CASA FARNESE A PIACENZA

17 ottobre 2026

Soci ATTE CHF 130.00

Non soci CHF 150.00

Con la prof.ssa R. Lenzi

TORINO: OPERA CAVALLERIA RUSTICANA E I PAGLIACCI

Teatro Regio ore 15:00

18 ottobre 2026

Soci ATTE CHF 240.00

Non soci CHF 260.00

MILANO: VILLA REALE (GAM) E I SUOI GIARDINI

20 ottobre 2026

Soci ATTE CHF 80.00

Non soci CHF 100.00

MILANO: MUSICAL SISTER ACT

Teatro Nazionale ore 15:30

24 ottobre 2026

Soci ATTE CHF 120.00

Non soci CHF 140.00

MILANO: PALAZZO REALE

Mostra Brueghel

17 novembre 2026

In preparazione

Con la prof.ssa Susanna Gualazzini

MILANO: PALAZZO REALE

Mostra Dalì e la moda

24 novembre 2026

Soci ATTE CHF 100

Non soci CHF 120

Con la prof.ssa Susanna Gualazzini

MILANO MUDEC: MOSTRA MATISSE

1° dicembre 2026

Soci ATTE CHF 105.00

Non soci CHF 125.00

Con la prof.ssa Susanna Gualazzini

SANTA MARIA MAGGIORE: MERCATINI DI NATALE

Con pranzo incluso!

7 dicembre 2026

Soci ATTE CHF 78.00

Non soci CHF 98.00

A Milano Marittima l'entusiasmo non ha età

Parto con l'ATTE. Inizia il soggiorno al mare. È il giorno della partenza. Salgo sul bus e sento che andrà tutto bene. Saluti cordiali, sguardi sorridenti. Ottimo, posso smollarmi un po' anch'io. Sorrido al pensiero delle domande che tutti si fanno. Conoscerò qualcuno? Siamo tutti vecchi? Io ho 70 anni e non so bene se sono vecchia. Non mi sembra poi tanto! Dopo un comodo viaggio si avverte il profumo di salsedine. Siamo arrivati. Ci vuole qualche giorno per conoscerci un po', ma poi è fatta. Ci chiamiamo per nome, ci riconosciamo, ci salutiamo con un bel buongiorno al mattino. Poi ognuno riempie la sua giornata come meglio gli aggrada. C'è chi percorre chilometri a piedi e chi si muove lentamente. C'è chi allena la mente con l'enigmistica e chi sonnecchia. C'è chi è più solitario e c'è chi ama la battuta. Si avverte una predisposizione positiva a voler star bene. Una specie di energia ci connette.

I tavoli al ristorante sono tutti vicini. Mentre si gustano le prelibatezze della cucina mediterranea, è facile comunicare tra di noi. Il personale è molto cortese e simpatico.

Giovedì c'è il mercato: qualcuno è interessato? Ben 15 persone alzano la mano, allora chiamiamo un taxi van, anzi ce ne vogliono due.

Martedì si va in collina a gustare prodotti nostrani. Siamo serviti con cura su uno stupendo pianoro immerso nel verde. Tutt'attorno gli albicocchi sono carichi di frutti maturi. Siamo avvolti dal calore e dai colori intensi dell'estate.

E se domani, con un po' di spirito di avventura, ci facciamo un giro in motoscafo? Grande entusiasmo, giù fino al porto e su fino alla pineta, al largo verso le piattaforme del gas. Con le spiegazioni da parte dello skipper, per più di un'ora, ci godiamo il blu intenso del mare e condividiamo un momento di vacanza spensierato. Che spasso!

I giorni volano e mi sento sempre più serena e ricca di momenti autentici. La vacanza termina, ma non finisce il calore dell'energia che ho nel cuore e nei ricordi. Non aveva proprio senso preoccuparmi dell'età. Ci sono entusiasmi che non invecchiano mai, così come i sorrisi e gli sguardi autentici. Grazie a tutti!

Laura



MERCATINO DI NATALE A RICETTO DI CANDELO

con pranzo incluso!

dicembre 2026

In preparazione

LOCARNO: GOSPEL

20 dicembre 2026

In preparazione

Proposte brevi 2027

MILANO: FRIDA OPERA MUSICAL

Teatro Nazionale ore 15:30

23 gennaio 2027

Soci ATTE CHF 120.00

Non soci CHF 140.00

MILANO: I LEGNANESI: INTELLIGENZA ARTIGIANALE

Teatro Manzoni ore 15:30

13 febbraio 2027

Soci ATTE CHF 120.00

Non soci CHF 140.00

MILANO: RAFFAELLA CARRÀ

"Raffaella il Musical" Teatro Nazionale ore 15:30

3 aprile 2027

Soci ATTE CHF 125.00

Non soci CHF 145.00

MILANO: RONDÒ VENEZIANO

Teatro Nazionale ore 20:30

12 maggio 2027

Soci ATTE CHF 130.00

Non soci CHF 160.00

Viaggi 2026

TOUR IN BASILICATA

Tra Castelli, borghi antichi, laghi vulcanici e sassi millenari

14 - 21 settembre 2026 (iscrizione lista d'attesa)

Con Mirto Genini

ABRUZZO E LE ISOLE TREMITI

Tra Gran Sasso, Maiella, L'Aquila e le Isole Tremiti

24 - 28 settembre 2026

LE ISOLE DEL GOLFO

Ischia, Procida e Capri

27 settembre - 4 ottobre 2026 (iscrizione lista d'attesa)

PIEMONTE E IL FOLIAGE CON TORINO

Tra le colline delle Langhe, Roero e Monferrato, Castelli e sacre dimore Sabaude

07 - 11 ottobre 2026

VERONA - ROSSO VALPOLICELLA

Tra vini e storia nel cuore del Veneto

08 - 10 ottobre 2026

SICILIA BAROCCA - TERZA DATA

Tra pietra, luce e meraviglia

13 - 19 ottobre 2026 (iscrizione lista d'attesa)

BRUXELLES E LE FIANDRE

Tra storia, arte e il fascino dei canali

16 - 19 ottobre 2026 (iscrizione lista d'attesa)

BIENNALE DI VENEZIA

Biennale Arte 2026 - L'evento internazionale che trasforma

Venezia in un museo a cielo aperto

17 - 20 novembre 2026

ROMA - BELLEZZA ETERNA

Un viaggio tra storia, arte e meraviglie senza tempo

21 - 24 novembre 2026

LA MAGIA DEL NATALE NEL MONTE FELTRO CON LE CANDELE DI CANDELORA

27 - 29 novembre 2026

UMBRIA: ITINERARIO NEL CENTENARIO FRANCESCANO

Tra storia arte e fede

09 - 13 dicembre 2026

Con la prof.ssa R. Lenzi

Trekking, mare e montagna

MOENA - VAL DI FASSA - ESTATE

13 - 20 settembre 2026

IL CAMMINO DI SANTIAGO

Trekking sul cammino francese - Da O Cebreiro a Santiago de Compostela

03 - 13 ottobre 2026 (iscrizione lista d'attesa)

Mare

SENIGALLIA - HOTEL RIVIERA****

06 - 13 settembre 2026 (iscrizioni solo in lista d'attesa)

MILANO MARITTIMA - HOTEL LUXOR****

06 - 13 settembre 2026

SARDEGNA - BUDONI - HOTEL BAIA DEL PORTO****

10 - 20 settembre 2026 (iscrizioni solo in lista d'attesa)

Terme Autunno

ABANO TERME - HOTEL VENEZIA TERME****

24 settembre - 4 ottobre 2026

MONTEGROTTO TERME - HOTEL CONTINENTAL****

24 settembre - 4 ottobre 2026

ABANO TERME - HOTEL VENEZIA TERME****

4 - 11 ottobre 2026

2027: NUOVE METE, NUOVE EMOZIONI

Il 2027 si apre a nuovi viaggi, tra mete che uniscono storia, natura e sapori: dalla **Sicilia Nord Occidentale**, tra tradizioni e mare, a **Lisbona**, con le sue atmosfere romantiche e i panorami mozzafiato. Non mancano proposte culturali come **Bologna e Modena** con la Prof.ssa Lenzi, e paesaggi senza tempo come le **Crete Senesi** e il **Tour della Puglia**, tra borghi e scorci sul mare.

Per chi cerca atmosfere più esotiche, il **Marocco** promette colori e culture affascinanti, mentre il **Tour dell'Isola d'Elba** e il **Veneto** delle città d'acqua regalano mare cristallino e tesori d'arte.

Con Mirto Genini si parte invece alla scoperta della **Strada del Barocco** in **Germania**, della **Corona d'Aragona** tra castelli e monasteri, e della **Cornovaglia**.

E non è finita: tante altre proposte sono in fase di programmazione e arricchiranno ulteriormente il calendario dei viaggi 2027!

MONTEGROTTO TERME - HOTEL CONTINENTAL****

4 - 11 ottobre 2026

ABANO TERME - HOTEL VENEZIA TERME****

11 - 18 ottobre 2026

MONTEGROTTO TERME - HOTEL CONTINENTAL****

11 - 18 ottobre 2026

Capodanno

CAPODANNO A ABANO TERME - HOTEL VENEZIA TERME****

26 dicembre 2026 - 6 gennaio 2027

CAPODANNO A MONTEGROTTO TERME - HOTEL CONTINENTAL****

26 dicembre 2026 - 6 gennaio 2027

CAPODANNO IN ROMAGNA

30 dicembre 2026 - 3 gennaio 2027

Viaggi 2027

NORVEGIA: CON POSTALE DEI FIORDI

Postale dei Fiordi, Isole Lofoten - Bergen e aurora boreale
22 - 28 febbraio 2027 (iscrizione lista d'attesa)

MOENA - VAL DI FASSA

27 febbraio - 6 marzo 2027

COSTIERA AMALFITANA

22 - 26 marzo 2027

CASTELLI TRENTINO

Marzo (in preparazione)

Per informazioni, programmi dettagliati e iscrizioni:

Segretariato ATTE, Servizio viaggi, CP 1041, Piazza Nosetto 4, 6501 Bellinzona. Tel. 091 850 05 51/59, viaggi@atte.ch

Comunione ereditaria e precetti esecutivi

di Emanuela Epiney Colombo

La Comunione ereditaria del defunto X ha promosso esecuzione nei confronti di Y per ottenere il versamento di fr. 221'050.10 oltre interessi con un precetto esecutivo del 1° ottobre 2025. L'Ufficio di esecuzione (UE) competente ha emanato l'avviso di pignoramento per il 27 novembre 2025. La Comunione ereditaria ha chiesto l'anticipo del pignoramento. Il 10 novembre 2025 la Camera di esecuzione e fallimenti del Tribunale d'appello ha dichiarato nulla l'esecuzione perché non erano stati indicati i nomi dei singoli eredi componenti la Comunione ereditaria. La "Comunione ereditaria fu X, composta di A e B" ha contestato la decisione rivolgendosi al Tribunale federale, senza esito.

Il Tribunale federale (sentenza dell'8 gennaio 2026 5 A_1050/2025) ha confermato che la nullità dell'esecuzione consisteva nella mancanza del nome dei creditori (art. 67 cpv. 1 n. 1 LEF). La Comunione ereditaria non ha come tale la personalità giuridica e non può essere parte in una procedura amministrativa e giudiziaria. Deve quindi avviare una procedura esecutiva in nome di tutti i suoi componenti, indicati individualmente con nome, cognome e domicilio, pena la nullità dell'esecuzione.

L'avvio di una procedura esecutiva richiede il consenso di tutti i componenti di una Comunione ereditaria. In caso di urgenza un singolo coerede può avviare da solo una procedura esecutiva come rappresentante della comunione ereditaria (sentenza del Tribunale federale pubblicata in DTF 144 III 277). In questi casi il coerede ha un potere legale di rappresentanza e non ha bisogno di chiedere la ratifica degli altri coeredi. L'urgenza esiste quando non è possibile raccogliere in tempo utile il consenso di tutti i componenti della Comunione ereditaria o ottenere la designazione ufficiale di un suo rappresentante. È il caso quando un credito della successione rischia di cadere in prescrizione. I poteri di rappresentanza del singolo coerede decadono non appena è terminata l'urgenza. In ogni caso il coerede deve indicare i nomi di tutti i coeredi, per non incorrere nella nullità della procedura esecutiva. L'indicazione corretta è per esempio la seguente "Comunione ereditaria fu XY, composta di AB, CD, EF".

Chi agisce nell'urgenza è comunque responsabile nei confronti dei coeredi se provoca un danno.



La Rondine che "attacca"

di Roberto Lardelli



Ogni primavera Ficedula, l'Associazione per lo studio e la conservazione degli uccelli della Svizzera italiana, riceve segnalazioni di "rondini impazziti". Una quindicina d'anni fa i gerenti di un negozio in Riviera avevano persino segnalato un caso all'Ufficio della caccia e della pesca con indicazioni su presunte ferite inferte al cuoio capelluto di un cliente. La notizia era stata ripresa anche da un quotidiano e messa in relazione con il cambiamento climatico e alla crisi della biodiversità.

Non si trattava in effetti della notissima Rondine, *Hirundo rustica*, bensì di una Rondine montana, *Ptyonoprogne rupestris*. Ricordo di essere stato personalmente sul posto e il comportamento dell'individuo era impressionante quanto efficace. Ma nessun rischio. Certo, il vedere questa rondine che ti punta dritto al volto è una sensazione forte. Arrivata però a meno di un metro ti scavalca (sempre) emettendo il suo versetto "kreck", che sembra più un richiamo che una minaccia.

La Rondine montana è una rondine di piccola taglia, solo leggermente più grande del Balestruccio *Delichon urbicum*. Di color marroncino con inconfondibili macchie bianche nella parte centrale interna delle timoniere (le penne della coda).

È una specie con un'evoluzione positiva in Svizzera con effettivi in aumento. Negli anni '50 del secolo scorso era effettivamente quasi esclusivamente "montana". Oggi ha colonizzato tutte le regioni di pianura anche se con densità ancora modeste, specialmente se confrontate con quelle del Balestruccio. La vera espansione si è registrata a partire dal 2000 probabilmente da mettere relazione con il cambiamento climatico che trova conferma nella presenza invernale in Ticino, divenuta regolare.

Il nido è simile nella forma a quello della Rondine, a coppa aperta, ma a quello del Balestruccio per il materiale con il quale è costruito, palline di fango senza erba e paglia. Il comportamento aggressivo si manifesta solo in primavera e estate e in vicinanza di un nido contenente piccoli. La necessità di proteggere in modo energico la covata dai potenziali predatori, uomo compreso, dipende probabilmente dall'habitat primario ricco di predatori e senza troppi ripari.

Indimenticabile autunno sul Monte Generoso!

Tra colori che emozionano, momenti da condividere e storie che restano

La magia del foliage tra cielo e montagne

Sul Monte Generoso ogni stagione regala emozioni diverse, ma l'autunno ha un fascino tutto particolare. Quando i boschi si tingono di rosso, oro e arancio e l'aria diventa più limpida, il panorama si apre in tutta la sua straordinaria bellezza sul lago, sulle vette alpine e sulla pianura. È il momento ideale, grazie alle varie promozioni, per concedersi una giornata di relax, lasciandosi cullare dal viaggio in cremagliera e riscoprendo il piacere delle cose autentiche: una passeggiata nella natura, un pranzo in buona compagnia e l'incanto di un paesaggio che cambia colore giorno dopo giorno.

Eventi da vivere tra tradizione e gusto

Anche quest'anno il Monte Generoso propone appuntamenti pensati per chi ama stare insieme e vivere esperienze uniche. Tra gli eventi da non perdere spicca l'ultima corsa annuale del suggestivo treno a vapore, in programma il 19 settembre, un viaggio dal sapore d'altri tempi che continua a emozionare tutti. Gli amanti della buona tavola potranno lasciarsi coinvolgere dalla divertente Cena con delitto del 5 settembre e partecipare alla serata dedicata alla selvaggina al Buffet Bellavista nel mese di ottobre. Completa il calendario il Workshop sui formaggi del 17 ottobre e l'elegante appuntamento Wine & Dine con la Cantina Sociale di Mendrisio del 24 ottobre. Queste, insieme a tante altre, le occasioni ideali per scoprire e gustare le eccellenze del nostro territorio e da condividere con familiari e amici.

Una stagione che si allunga

L'autunno porta con sé una piacevole novità: il Monte Generoso resterà infatti aperto anche durante le vacanze autunnali, offrendo ancora più occasioni per raggiungere la vetta e godere delle bellezze della montagna in uno dei periodi più suggestivi dell'anno. La stagione si concluderà poi con la tradizionale Festa di chiusura dell'alta stagione, in programma il 7 e 8 novembre. Sarà l'occasione perfetta per salutare insieme un'altra splendida annata, approfittando di una proposta particolarmente vantaggiosa: biglietti scontati al 50% e attività d'intrattenimento come il Circo Tonino da godersi in compagnia dei nipotini.



Un viaggio nella storia della Ferrovia Monte Generoso

Tra le novità da scoprire vi è anche la Mostra storica, allestita al pianterreno del Fiore di pietra. Un percorso coinvolgente che racconta la storia della Ferrovia Monte Generoso attraverso le persone che l'hanno sognata quando ancora non esisteva, che l'hanno costruita, salvata e fatta crescere nel tempo. Un omaggio a coloro che, generazione dopo generazione, hanno contribuito a mantenere vivo il profondo legame tra la montagna, il territorio e i suoi visitatori.

Una montagna accessibile a tutti

Il Monte Generoso continua inoltre a distinguersi per la sua attenzione all'accessibilità. Grazie a uno speciale vagone attrezzato per persone in sedia a rotelle, il viaggio in cremagliera è confortevole e accessibile a tutti. Il convoglio può accogliere fino a 8 sedie a rotelle manuali oppure 6 elettriche, oltre a 4 accompagnatori, permettendo a un numero sempre maggiore di ospiti di raggiungere la vetta e il Fiore di pietra totalmente accessibile anch'esso e poter ammirare finalmente uno dei panorami più belli della Svizzera.

Un invito a tornare

Che sia per partecipare a uno degli eventi in programma, per assaporare le specialità autunnali o semplicemente per ritrovare un luogo caro al cuore, il Monte Generoso vi aspetta per regalare ancora una volta emozioni vere, paesaggi indimenticabili e momenti da condividere con le persone che amate.

FERROVIA

Un panorama da vivere,
con tutta la comodità che desideri

OFFERTA SPECIALE
Treno+Pranzo solo per i
soci ATTE fino al 25.10.26

montegeneroso.ch

FIORE DI PIETRA

Torneo di bocce

Una splendida giornata di sole e sana competizione ha fatto da cornice, il 19 maggio, al Torneo cantonale di bocce dell'ATTE presso il Ristorante Tenza di Arbedo-Castione. Una cinquantina di soci, suddivisi in agguerrite coppie, si sono sfidati con entusiasmo lungo l'intero arco della giornata, intervallata da un gradito pranzo in compagnia. Momenti come questo non sono solo occasioni sportive, ma rappresentano appuntamenti fondamentali per incentivare la socializzazione, la convivialità e il piacere di stare insieme, valori da sempre al centro della nostra associazione. Tra il suono deciso delle bocciate, sguardi concentratissimi e punti decisivi strappati al millimetro con il misuratore in mano, le sfide si sono rivelate accese e sentite. Alla fine – confermando una tradizione che sembra ormai difficile da scalzare – la classifica ha visto trionfare nuovamente il Mendrisiotto. Tuttavia, a differenza dello scorso anno, quando il distretto più a sud del Cantone aveva letteralmente monopolizzato il podio, questa edizione ha regalato un equilibrio decisamente maggiore e una bella alternanza regionale nelle posizioni che contano. Se la medaglia d'oro è rimasta saldamente in mano ai momò, i gradini immediatamente inferiori hanno infatti visto sventolare bandiere diverse.

La classifica finale ha visto salire sul podio:

1° posto: Eros Bifaretti e Claudio Mapelli (Mendrisiotto)

2° posto: Fernando e Romano Giovanettina (Locarnese)

3° posto: Renzo Albertini e Roberto Pellegrini (Bellinzonese)

4° posto: Gabriele Giacomo e Carlo Polloni (Bellinzonese)



Claudio ed Eros con i fratelli Giovanettina

Un caloroso ringraziamento va a tutti i partecipanti per lo spirito dimostrato sul campo, agli organizzatori per l'impegno profuso nella gestione della giornata e al Ristorante Tenza per aver ospitato l'evento. Arrivederci al prossimo anno!

Tutto per la vostra salute uditiva

amplifon
Il vostro udito.
La vostra vita.

Da Amplifon – il vostro specialista dell'udito in Ticino.

Il vostro udito è in buone mani da Amplifon.

Siamo a vostra disposizione per la salute uditiva: con consulenze personali, esami dell'udito professionali, soluzioni acustiche innovative, accessori pratici, protezioni acustiche e un servizio affidabile.

Amplifon Biasca

Via Parallela 6 – Ottica Forni, 6710 Biasca
091 862 16 36, biasca@amplifon.com

Amplifon Locarno

Piazza Stazione 8, 6600 Locarno-Muralto
091 743 93 00, locarno@amplifon.com

Amplifon Bellinzona

Via Teatro 2, 6500 Bellinzona
091 826 15 91, bellinzona@amplifon.com

Amplifon Lugano

Via Pretorio 14, 6900 Lugano
091 923 14 09, lugano@amplifon.com

Amplifon Mendrisio

Corso Bello 13, 6850 Mendrisio
091 646 94 56, mendrisio@amplifon.com

**Concordate
ora un
appuntamento
per un test
dell'udito
gratuito**

NUMERO GRATUITO
0800 800 881

SCANSIONATE IL CODICE CON LO SMARTPHONE
E FISSATE UN APPUNTAMENTO ONLINE:
amplifon.ch/prenotare-online



BIASCA E VALLI

Grazie Daisy

Salutiamo con profondo affetto Daisy Andreetta, per anni presidente del Gruppo ATTE Blenio-Riviera. Con entusiasmo e dedizione ha saputo organizzare eventi capaci di riunire e coinvolgere le persone, mettendole sempre al centro del suo impegno. Ricordiamo in particolare l'ultimo appuntamento, tenutosi lo scorso 28 maggio all'agriturismo agriDaMe a Lodrino, che aveva riunito oltre 70 partecipanti: un risultato di cui era orgogliosa, frutto del suo lavoro e della sua dedizione.

Chi ha avuto modo di collaborare con lei ricorda il suo spirito propositivo e la capacità di trasmettere energia anche nei momenti più difficili. Da tutta la Sezione Biasca e Valli, un pensiero riconoscente per quanto ci ha donato in questi anni. Continueremo a promuovere momenti di socialità portando con noi il suo esempio, la sua passione e il suo sorriso.

Cantém inséma

Tre cori, due Sezioni, un'unica serata di canto: è successo lo scorso 6 giugno nella chiesa di San Michele a Pollegio, dove il coro Cantém Inséma della sezione ATTE di Lugano ha raggiunto i due cori di casa, il Leventinella e Ra Froda, della sezione ATTE Biasca e Valli per dare vita a un evento che, da solo, dice più di tante dichiarazioni su cosa possa nascere quando si sceglie la strada della collaborazione. Non è la prima volta e non sarà certo l'ultima: la volontà, ripresa dallo stesso presidente di Biasca e Valli Eros De Boni nel suo saluto di apertura è quella di intensificare le sinergie sul territorio non solo fra le Sezioni ma anche fra enti e associazioni per creare appuntamenti capaci di abbattere i confini delle realtà locali.



A fare da cornice alla manifestazione, la suggestiva chiesa di san Michele Arcangelo, attestata nel 1210, ma sicuramente edificata attorno all'anno mille. Un bell'esempio di stile romanico come pure quello delle altre chiese vicine, quella di San Nicolao e di Santa Maria del Castello che sorgono nelle vicinanze, sui poggi che degradano verso il fondovalle, sui cui pendii sorgono le case del bel villaggio leventinese.

Il concerto si è snodato tra brani che, attraverso il canto, hanno narrato il lavoro dei campi, la vendemmia, le vicende della vita quotidiana di una

TUCSON Black Line.

Power your world.

CHF 39'750.-



Design deciso, dotazione completa. Scoprite TUCSON Black Line – con esclusivi dettagli neri, una verniciatura speciale e numerosi equipaggiamenti aggiuntivi. Drive with a smile.

SOCI ATTE
Sconti speciali
Hyundai
da Della Santa
Automobili



Hyundai TUCSON 1.6 T-GDi HEV 176 kW/239 CV 6 AT, 4WD Black Line, consumo (durante la guida): 6.6 l/100km, emissioni di CO₂ (durante la guida): 150 g/km, emissioni di CO₂ derivanti dalla fornitura di carburante e/o energia elettrica: 30 g/km, categoria d'efficienza energetica: F. Prezzo di acquisto in contanti: CHF 39'750.-, prezzo di listino: CHF 44'400.- * Black Line Bonus: CHF 4'650.-. Promozione valida per contratti stipulati dal 1.6.2026 al 30.9.2026 e solo fino ad esaurimento scorte. Le offerte indicate sono valide solo per i clienti privati e solo presso i concessionari aderenti. Tutti gli importi IVA inclusa. Prezzi di vendita consigliati, con riserva di modifiche.

Della Santa Automobili SA - Viale C. Olgiati 25 - 6512 Giubiasco

Garage Della Santa SA - Via F. Zorzi 43 - 6500 Bellinzona

dellasanta.hyundai.ch

società contadina povera di mezzi ma ricca di valori: la gioia, il dolore, la speranza che sa dare sollievo nei momenti più difficili.

I cori si sono fatti interpreti di quello che il canto popolare sa narrare, toccando le corde più profonde dei cuori.

Non sono mancati i canti dell'emigrazione, che raccontano città un tempo lontane e oggi vicine, mete di chi un tempo partiva in cerca di fortuna. E poi la gioventù, l'allegria, il volo della rondine, simbolo di rinascita dopo l'inverno.

Spazio anche al ricordo: quello di Vittorio Castelnuovo, il cui canto resta vivo nelle valli, e quello dei coristi che non ci sono più, a cui un coro ha dedicato il brano "Per te".

"Amare, riconoscere l'altro come parte di se stessi": così è stato presentato "Le Parole", un canto che dice bene il senso stesso del cantare assieme.

Un posto speciale l'ha avuto la "Ninna nanna del contrabbandiere", scritta dal poeta Davide Van De Sfroos: la storia di un padre contrabbandiere e del figlio che dorme nel sacco, immagine di un'infanzia vissuta "de sfroos" — proprio come, ancora oggi, tanti bambini nel mondo, per colpa della guerra, della violenza, dell'ingiustizia.

A chiudere, "La montanara" cantata dai tre cori insieme al pubblico e, prima di lasciarsi, una cantata spontanea, tutti insieme.

Gruppo Leventina

Proposte che fanno centro

Un incontro sul bosco e i cambiamenti climatici, un pomeriggio tra gli animali dell'Alta Leventina, una gita a Castelgrande e il tradizionale pranzo estivo con oltre 70 persone: il Gruppo Leventina archivia una stagione di appuntamenti che ha convinto soci e simpatizzanti.

A fine novembre a Faido ha avuto luogo l'incontro con l'ing. Roland David, già Capo della Sezione forestale cantonale, che ha parlato dell'importanza del bosco in funzione della protezione del territorio, della tutela dell'ambiente e della salvaguardia dei vari ecosistemi, sia di carattere naturalistico, paesaggistico, svago, ecc. Ha pure evidenziato che gli attuali cambiamenti climatici hanno già comportato delle significative mutazioni e se la situazione, come sembra, dovesse perdurare anche nei prossimi anni, le autorità saranno di fronte a sfide non di poco conto.

A inizio maggio, sempre a Faido, si è svolto un "pomeriggio nella natura" con il veterinario Marco Viglezio. Il titolo scelto dal relatore indica già di per sé l'attenzione riservata agli aspetti legati al territorio. Egli ha infatti presentato delle splendide fotografie con gli animali che vivono nella nostra regione. Le riprese sono prevalentemente state fatte in Alta Leventina e, tenuto conto che i selvatici circolano quando e dove vogliono...

l'impegno in termini di tempo per avere una tale documentazione è stato notevole.

Il 22 aprile una ventina di persone si sono recate a Bellinzona in visita a Castelgrande e al centro storico. È stato un bel ed interessante pomeriggio, dovuto anche alla guida signora Maspoli che ha fornito in modo chiaro e comprensibile le origini, gli aspetti storici e strategici inerenti a Castelgrande. Apprezzato dai presenti anche il filmato che spiega gli avvenimenti legati al Castello e non solo. Pure la visita della Collegiata di Bellinzona è stata molto gradita, essendo state illustrate e commentate le caratteristiche e peculiarità dell'edificio religioso in stile rinascimen-

tale risalente all'inizio del 1500.

Ed infine il 9 luglio al Centro ATTE di Ambri si è tenuto l'ormai tradizionale pranzo estivo e/o dell'amicizia con la partecipazione di oltre 70 persone. Considerato il buon esito degli ultimi anni, è stata mantenuta la stessa formula. Un ottimo pranzo preparato e servito dall'equipe che gestisce il Centro, una lotteria con interessanti premi e nel pomeriggio l'intrattenimento musicale con alcuni coristi del Coro Leventinella a cui si sono aggiunti altri presenti.

Nella foto il gruppo di partecipanti alla gita a Castelgrande a Bellinzona



Centro diurno Monte Pettine

Un nuovo valore per tempo e oggetti

Ci sono luoghi che non hanno fretta. Luoghi dove il tempo sembra rallentare quel tanto che basta per permettere alle persone di guardarsi negli occhi, raccontarsi una storia, ridere davanti a una partita a carte o semplicemente condividere un caffè. Il Centro Diurno Monte Pettine di Piotta è uno di questi.

Aperto dal lunedì al sabato, dalle 15.00 alle 19.30, accoglie ogni pomeriggio chi desidera trascorrere qualche ora in compagnia. Ad attendere i visitatori ci sono le volontarie, impegnate a mescere da bere ai clienti, e due figure che, con la loro presenza quotidiana, contribuiscono a creare quell'atmosfera familiare che si respira appena si varca la porta: Edda Guscio e sua figlia Barbara. Se passate di lì, è molto probabile trovare Edda impegnata in una partita a scopa, uno dei giochi

che più facilmente riescono a riunire attorno a un tavolo persone di età e storie diverse. Barbara, invece, si divide tra il mercatino dell'usato, l'organizzazione degli spazi e il prezioso lavoro che rende possibili le tante attività del centro.

Accanto al bar trova spazio un piccolo tesoro che merita una visita: il mercatino dell'usato.

Ma ridurlo a un semplice mercatino sarebbe limitante. È un luogo dove gli oggetti iniziano una seconda vita. Abiti per uomo, donna e bambino, libri, giocattoli, articoli per la casa e il giardinaggio, piccoli accessori, presidi sanitari e tanti altri oggetti aspettano soltanto qualcuno che sappia riconoscerne ancora il valore.

E c'è un aspetto che rende questo mercatino ancora più speciale: ogni acquisto contribuisce a sostenere le attività del Centro Diurno. Il ricavato viene infatti reinvestito per organizzare iniziative, momenti di incontro e occasioni di socialità. Un

modo intelligente e concreto di autofinanziarsi, trasformando ogni oggetto acquistato in un piccolo gesto a favore della comunità. Perché non tutto ciò che ha terminato un percorso ha davvero esaurito il proprio potenziale. Un oggetto che non serve più a qualcuno può diventare utile a qualcun altro. È un gesto concreto di sostenibilità, ma anche un modo diverso di guardare le cose: meno spreco, più rispetto per ciò che esiste già. Lo stesso spirito si respira anche nel Centro Diurno. Qui il tempo non si riempie semplicemente: si condivide. Durante l'anno vengono organizzati pranzi aperti alla popolazione, momenti di incontro, tombole e iniziative in collaborazione con il Gruppo Leventina e con il Centro Diurno di Faido. Occasioni semplici, ma preziose, che continuano a creare legami e a far sentire ogni persona parte di una comunità. Perché, a volte, il valore più grande non è quello del nuovo, ma quello che continua a vivere grazie alle relazioni, al tempo condiviso e alle persone che ogni giorno scelgono di esserci.

Gruppo Blenio-Riviera

Pranzo in agriturismo

Un appuntamento nuovo da offrire agli anziani delle tre valli, ma aperto a tutti, un incontro amichevole e socializzante. Una risposta inaspettata, più di 70 presenti, un ambiente di gioia e piacere. Un ottimo pranzo cordialmente servito dalla famiglia Barelli. Un accompagnamento gioioso e coinvolgente da parte degli animatori Chico e Brill che si sono alternati con musica e racconti in dialetto di Biasca. Chico soprattutto ha saputo



coinvolgere anche i più restii, creando un ambiente scherzoso e gioviale. Ringrazio tutti i presenti, la famiglia Barelli, e gli animatori così come il comitato del Gruppo ATTE Blenio-Riviera che ha organizzato la giornata. Prossimo appuntamento da non mancare è il 17 settembre per la gita al museo della Lindt a Kilchberg.

LUGANESE

Gruppo Melide

Gita di Pentecoste

In occasione del Lunedì di Pentecoste, il gruppo ATTE di Melide, in collaborazione con la Parrocchia locale, ha visitato lo storico Monastero di

Disentis. Al rientro, i partecipanti hanno effettuato una sosta presso il Caseificio del Gottardo ad Airolo.

La gita, che ha visto la partecipazione di numerose persone, ha riscosso un grande successo ed è stata molto apprezzata da tutti i presenti.



LOCARNESE

A cuore aperto

Cara socia, caro socio ATTE del Locarnese, dalla scorsa primavera ho assunto la presidenza della nostra sezione regionale e mi rivolgo ad ognuno di voi per diverse questioni.

Mi farebbe piacere che il nostro centro diurno diventasse sempre di più luogo di ritrovo e di attività e vi chiedo di formulare proposte, esprimere desideri di cose che potremmo fare che possono suscitare interesse. Chi avesse attività da proporre e fosse disposto a coordinarle si faccia avanti!

Vorremmo anche aprire ulteriormente il nostro centro, ma non abbiamo abbastanza volontari. Chi fosse interessato e disponibile a tenere aperto il centro magari una mattina alla settimana si annunci!

Se ci sono abbastanza soci possiamo tenere aperto il centro tutti i giorni sia la mattina che il pomeriggio.

Il Cantone in seguito alle ristrettezze finanziarie con buona probabilità non sussidierà più il nostro affitto dal 2028 e se non troviamo chi ci sostiene finanziariamente dobbiamo chiudere. Dunque chi avesse sedi alternative, magari gratuite, da proporre o chi avesse la disponibilità a sostenerci finanziariamente si faccia avanti.

Scriveteci a:

locarnese@atte.ch o fpelossi@atte.ch

Fiamma Pelossi, presidente ATTE Locarnese

Continuità e novità al centro diurno

Il centro diurno di Locarno è un luogo in continuo movimento, tra appuntamenti ormai consolidati e proposte che si rinnovano.

Da parecchi mesi, il primo giovedì del mese, il centro diurno ospita la presentazione di libri. Quello che era partito come un semplice appuntamento di lettura si è trasformato in un momento di confronto sempre più seguito: sono sempre più spesso gli stessi autori locali a presentare le proprie opere e a discuterne con un pubblico numeroso e attento. Chi desidera proporre un libro scritto personalmente, o semplicemente parlare di un titolo che ritiene interessante, è cordialmente invitato a partecipare, dalle 14:30 alle 16:00, in sede ATTE a Locarno.

Un'altra novità è il Caffè Medical, un'esperienza tutta locarnese frutto della collaborazione tra medici pensionati, Comune di Muralto, Alvald e ATTE Locarnese. L'incontro mensile, che raccoglie una trentina di persone, alterna un tema medico di interesse generale alle domande dei presenti, poste in pubblico o in seduta privata. I medici pensionati partecipano gratuitamente a questi pomeriggi, le consulenze di gruppo o individuali sono pure completamente gratuite (non si rilasciano ricette!). Le date sono comunicate via

newsletter sul sito dell'ATTE e su terzaetà.

Visto il successo del Caffè Medical, da settembre partirà una proposta analoga dedicata alla Giustizia. Si tratta di "La giustizia in lingua facile", dove magistrati e giuristi in pensione, sempre a titolo gratuito, parleranno di un tema a carattere generale e lasceranno spazio alle domande del pubblico. A differenza dei medici – che dopo ormai un anno di questa interessante esperienza sono ora più di dieci con specializzazioni che spaziano dalla medicina generale a quella specialistica –, i giuristi disponibili al momento sono cinque: l'ex giudice del tribunale d'appello Giovanna Roggero Will, gli ex Consiglieri di Stato Luigi Pedrazzini e Manuele Bertoli, l'ex procuratore Bruno Balestra e l'ex giudice dell'istruzione e dell'arresto Edy Meli. Se qualche giurista leggesse questo articolo e fosse interessato a parte-

cipare, è cortesemente invitato ad annunciarsi a fpelossi@atte.ch o alla sezione ATTE Locarnese (locarnese@atte.ch).

Sempre a settembre partirà anche un nuovo progetto dedicato ai dispositivi digitali: ogni due settimane, il mercoledì mattina, i giovani informatici Andrea Eggelmann e Pascal Zanchi terranno corsi gratuiti sull'utilizzo di pc, tablet e cellulare. Si parte il 9 settembre con un corso essenziale di Android: come rispondere a una chiamata, aggiungere contatti, attivare il silenzioso o usare la torcia; mentre il 23 settembre si parlerà di come acquistare un biglietto con l'app delle FFS.

Un grazie a chi, con il proprio tempo e la propria competenza, rende possibili queste iniziative.

Per restare aggiornati su tutte le proposte consultate il sito: www.atte.ch/locarnese e/o iscriveteve alla newsletter dell'ATTE entrando sul sito.

MENDRISIOTTO E BASSO CERESIO

Gruppo Mendrisio

Gita in Vallemaggia

Con una trentina di soci abbiamo trascorso una bellissima giornata di inizio luglio in Vallemaggia. Magda e Luvigi, del Gruppo ATTE di Mendrisio hanno organizzato una serie di visite, a cominciare da quella alla Centrale idroelettrica di Caveragno. Le domande e gli interventi dei partecipanti hanno dato spunto ad approfondimenti e discussioni sui temi proposti dalla guida, che ha saputo soddisfare ogni curiosità.

Dopo un gustoso pranzo al Grotto Baloi, siamo scesi a Cevio per visitare una mostra sul tema dell'acqua e dell'energia e, a seguire, la mostra permanente dedicata alla storia e alla cultura della Vallemaggia. La giornata si è conclusa con una passeggiata per le vie della vecchia Cevio, fino alla meravigliosa Chiesa della Beata Vergine

del Ponte. La scelta di Caveragno e Cevio ci ha permesso, ancora una volta, di conoscere una regione ricca di storia, di bellezze naturali e di ambienti di lavoro del nostro Cantone.

Combinando le conoscenze delle nostre guide con il sapere dei curatori locali, abbiamo favorito uno scambio tra i partecipanti: discussioni che hanno riportato a galla storie personali, di famiglia o dei luoghi della vita quotidiana. Riconoscere il significato storico di foto, documenti e oggetti antichi, ripercorrere il passato di donne e uomini che hanno vissuto in quegli spazi naturali imponenti, selvaggi e talvolta fatali, così come addentrarsi nelle viscere di una centrale idroelettrica per comprenderne il funzionamento: sono tutti elementi che trasformano un semplice viaggio in un'esperienza culturale e relazionale profonda. L'ATTE è anche questo.





Gruppo Maroggia

Visita all'Abbazia di Chiaravalle

Sabato 18 aprile una nutrita schiera di soci del Gruppo ATTE di Maroggia ha partecipato alla gita-pellegrinaggio all'Abbazia di Chiaravalle, situata a sud di Milano, organizzata dalle Parrocchie di Melano, Maroggia e Bissone. Di buon mattino, dopo un viaggio durato un'oretta, il pullman della Ditta Rosy Viaggi ci ha portato a destinazione. Sui tetti in coppi dell'Abbazia e del Monastero dell'Ordine dei Cistercensi, fondato nel 1135 da San Bernardo di Clairvaux,

svevava la famosa torre della prima metà del 1300 chiamata Ciribiciaccola, un'opera che ha subito catturato la nostra attenzione e suscitato la nostra meraviglia con i suoi archi ed i giochi di traforo. Divisi in due gruppi, accompagnati da giovani guide che ci hanno raccontato molti particolari della millenaria storia di quel luogo, abbiamo visitato la chiesa dalle linee di ispirazione francese con motivi di tradizione romanica lombarda e ammirato le decorazioni interne realizzate tra il '500 ed il '700 da Bernardino Luini

e dai fratelli Fiammenghini, sostato nella sala capitolare e nel chiostro. Dopo la Messa celebrata dal Parroco Don Dario ci siamo fermati in chiesa ad ascoltare la recita delle preghiere dei monaci seduti nei loro scranni in noce scolpiti in maniera magistrale. Consumato il pranzo dal ricco buffet servito nel ristorante dell'Abbazia si è svolta la visita al Mulino, recuperato in anni recenti, e prima della partenza abbiamo acquistato dei prodotti locali nel negozio dell'Abbazia, tra i quali il formaggio Grana Padano creato proprio dai monaci attorno all'anno Mille. Sotto le carezze di un Sole che dardeggiava nel cielo della pianura lombarda siamo giunti a Zivido per vedere il Monumento Commemorativo della Battaglia dei Giganti combattuta a Marignano il 13 e 14 settembre del 1515 dalle truppe francesi di Re Francesco I, appoggiate dalla cavalleria dei veneziani, contro quelle dei confederati elvetici, un epico scontro che si concluse con la sconfitta ed il massacro di migliaia di svizzeri. Da Zivido ci siamo recati a Mezzano, una frazione di San Giuliano Milanese, per sostare davanti all'Ossario che custodisce i resti delle vittime svizzere di quella che è considerata una delle battaglie più sanguinose del Rinascimento e rendere così un silenzioso e commosso omaggio a quei caduti dal cui sacrificio è scaturito il principio della neutralità svizzera sintetizzata nel motto "Dalla sconfitta la salvezza".

Gruppo Valle di Muggio in visita al Mulino di Maroggia

La visita al Mulino di Maroggia, organizzata dal Gruppo ATTE Valle di Muggio in collaborazione con il Gruppo ATTE di Maroggia, ha preso avvio nel primo pomeriggio di venerdì 15 maggio. Il cielo imbronciato si è aperto un istante allo scopo di consentire al sole di far brillare il suo sorriso e salutare così la trentina di soci accolti con grande cordialità da Alessandro Fontana, Direttore e proprietario del Mulino più grande e moderno del Ticino.

Radunati nella sala multiuso, ricavata in un vasto locale di un vecchio edificio restaurato nel 2017, i soci ATTE hanno ascoltato da questo ancor giovane e dinamico imprenditore la secolare storia di un'azienda di successo fondata nel 1888 dalla famiglia Stadlin di cui lui rappresenta la quarta generazione. Con l'ausilio di immagini e di grafici ha spiegato molto bene le attività di un Mulino che macina più di 50 tonnellate di grano al giorno e ha dato moltissime informazioni in merito ai processi produttivi a partire dallo stoccaggio nei silos fino al ciclo conclusivo di tutte le fasi di lavorazione delle diverse tipologie di farine. In particolare le fotografie del devastante incendio scoppiato il 23 novembre del 2020, con le fiamme simili a mostri voraci che in poco tempo divor-



rono il nucleo centrale del Mulino e il silos in legno, una torre adagiata come un'anziana signora onusta di anni e di ricordi contro quella in cemento che si è salvata, hanno suscitato emozioni profonde.

Conclusa la parte informativa è iniziata la visita al nuovo Mulino risorto dalle ceneri in tempi record, un solido e imponente parallelepipedo al fianco del quale scorre la linea ferroviaria. Alessandro Fontana e una sua collaboratrice hanno fatto da guide ai partecipanti divisi in

due gruppi consentendo loro di vedere da vicino e in funzione tutta una serie di macchinari modernissimi e sofisticati, fabbricati dalla Ditta svizzera Bühler ed esportati in tutti i continenti, controllati da un sistema informatico che pare quello di una centrale di comando per lanci di missili spaziali. Dopo aver lasciato il Mulino la bella comitiva si è trasferita presso il Centro ATTE per una gustosa merenda offerta dal Gruppo di Maroggia contento d'ospitare le amiche e gli amici Momo.

SEZIONE BELLINZONESE

Centro diurno socio ricreativo, via Raggi 8, 6500 Bellinzona, tel. 091 826 19 20 www.atte.ch/bellinzone, bellinzone@atte.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.

Vi aspettiamo con gioia a partire dal 14 settembre!

Ritrovo settimanale

Il lunedì e il giovedì a partire dal 14 settembre, dalle 14:30 alle 17:00. Il centro diurno è un punto d'incontro per creare amicizie e occupare il tempo libero con attività stimolanti. Presentarsi senza preavviso.

Gioco delle bocce

Ogni martedì dal 1° settembre, dalle 14:00, Ristorante Tenza, Castione. Informazioni: Fiorenzo Guggiari, 079 345 78 30.

Gioco del bridge

Ogni giovedì dal 17 settembre, dalle 14:00 alle 16:00, con László Tölgyes. Informazioni: László Tölgyes, 076 396 97 28.

Gioco degli scacchi per giovani in età scolastica

Ogni venerdì dal 18 settembre, dalle 17:00 alle 18:30, secondo il calendario scolastico. Informazioni: scacchi.bellinzona@gmail.com.

Gruppo di canto spontaneo

Ogni martedì da inizio ottobre, dalle 14:00, diretto da Pietro Bianchi, musicologo. Canzoni della tradizione popolare. Presentarsi il giorno dell'incontro.

Pranzo in compagnia

Domenica 27 settembre, 25 ottobre, 22 novembre, 13 dicembre (pranzo di Natale). Ritrovo dalle 11:30; bibite e caffè inclusi. CHF 20.00 a persona. Iscrizioni: bellinzone@atte.ch.

Sportello digitale

Lunedì 14 e 28 settembre, 12 e 26 ottobre, 9 e 23 novembre, 14 dicembre, dalle 14:00 alle 16:00. Servizio gratuito e personalizzato per l'uso di smartphone e tablet, con due volontari a disposizione. Presentarsi senza preavviso.

Yoga da seduti Lu Jong

Lunedì 21 e 28 settembre, 5, 12, 19 e 26 ottobre, 9, 16, 23 e 30 novembre, 7, 14 e 21 dicembre; dalle 10:00 alle 11:00, CHF 156.00/corso, 13 lezioni. Mercoledì 23 e 30 settembre, 7, 14, 21 e 28 ottobre, 11, 18 e 25 novembre, 2, 9 e 16 dicembre; dalle 17:00 alle 18:00; CHF 144.00/corso, 12 lezioni. Yoga tibetano, movimenti lenti e respirazione consapevole. Iscrizioni: bellinzone@atte.ch.

Corso di base di disegno e acquerello

Martedì 29 settembre, 6, 13, 20 e 27 ottobre, 10 novembre, dalle 09:30 alle 11:30. A cura di Adriano Berta (GAT), aperto anche ai principianti. CHF 180.00/corso (6 lezioni). Iscrizioni: bellinzone@atte.ch.

Danze etniche e popolari internazionali

Martedì dalle 09:30 alle 11:00: Corso A - 6, 13, 20 e 27 ottobre; Corso B - 3, 10, 17 e 24 novembre; Corso C - 6, 13, 20 e 27 aprile 2027; Corso D 4, 11, 18 e 25 maggio 2027. CHF 60.00/corso (4 lezioni). Iscrizioni: Paola Bonetti, 078 831 64 65.

Tai-Chi

Mercoledì 16, 23 e 30 settembre, 7, 14, 21 e 28 ottobre, 4, 11 e 18 novembre. Corso A dalle 09:15 alle 10:15, Corso B dalle 10:30 alle 11:30. Adatto anche a persone con malattia di Parkinson, in collaborazione con Parkinson Svizzera. CHF 120.00/corso (10 lezioni). Iscrizioni: bellinzone@atte.ch.

Ginnastica in acqua

Giubiasco piscina SM. Il mercoledì dal 14 ottobre 2026 al 2 giugno 2027 (30 incontri). Corso A dalle 14:30 alle 15:15, Corso B dalle 15:15 alle 16:00, con Claudia Tagliabue-Pedrinis. Attenzione: la piscina è in manutenzione fino a fine settembre 2026, avvio confermato al 14 ottobre. Costi: CHF 130.-/29 lezioni (singola), CHF 110.-/29 lezioni (in coppia, a persona). Iscrizioni: bellinzone@atte.ch.

Ginnastica dolce

Giovedì 24 settembre, 1, 8, 15, 22 e 29 ottobre, 12, 19 e 26 novembre, 3 dicembre, dalle 10:15 alle 11:15. Attività fisica leggera per mobilità e postura. CHF 120.00/corso (10 lezioni). Iscrizioni: bellinzone@atte.ch.

Allena...mente

Venerdì, con Giovanna D'Onofrio, Brain Gym® teacher. Esercizi per riattivare memoria e attenzione. Corso A: 18 e 25 settembre, 2 ottobre. Corso B: 13, 20 e 27 novembre. Tre fasce orarie per entrambe i corsi: 09:00-10:00 / 10:15-11:15 / 14:00-15:00. Costo: CHF 40.00/corso (3 lezioni). Iscrizioni: bellinzone@atte.ch.

Ritrovare calma ed equilibrio

Venerdì 25 settembre, 2, 9 e 16 ottobre, dalle 15:00 alle 16:30, con Maria Avitabile (infermiera specializzata in salute mentale). Percorso pratico di gestione dello stress. CHF 85.00/corso (4 lezioni). Iscrizioni: bellinzone@atte.ch.

Workshop di Incisione e Stampa d'Arte - Tecnica della Puntasecca

Venerdì 16, 23 e 30 ottobre, 6 novembre 2026, dalle 09:30 alle 11:30. Percorso creativo aperto anche ai principianti. CHF 115.00/corso di 4 lezioni, materiale incluso. Iscrizioni: bellinzone@atte.ch.

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/bellinzona
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

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)

Ripresa delle attività

Martedì 22 settembre, ore 14:00, ritrovo al Centro tombola e apero-cena di benvenuto.

Controllo pressione e sportello digitale

Martedì 29 settembre, ore 14:00, ritrovo al Centro: controllo della pressione, sportello digitale e festa dei compleanni di luglio, agosto e settembre.

Pranzo e pomeriggio in musica

Martedì 6 ottobre e 17 novembre, ore 12:00, ritrovo al Centro

Tombola

Martedì 13 ottobre e 10 novembre ore 14:00, ritrovo al Centro per 4 giri di tombola.

Gita sociale

Martedì 20 ottobre, gita sociale (il programma sarà comunicato in seguito).

Controllo pressione, sportello digitale e castagnata

Martedì 27 ottobre, ore 14:00, ritrovo al Centro: controllo della pressione, sportello digitale, festa dei compleanni di ottobre e castagnata.

Pranzo al ristorante e festa dei compleanni

Martedì 24 novembre, ore 12:00, pranzo al ristorante "70/80/90/...", poi alle 14:00 ritrovo al Centro con controllo della pressione, sportello digitale e festa dei compleanni di novembre.

Arrivo di San Nicolao

Martedì 1 dicembre, ore 14:00, ritrovo al Centro per l'arrivo di San Nicolao.

Pranzo degli auguri

Martedì 15 dicembre, ore 12:00, ritrovo al Centro per il pranzo degli auguri, musica e festa dei compleanni di dicembre.

Gruppo Visagno-Claro

Presidente Daniela Spelgatti, tel. 079 488 65 42, dspegatti@atte.ch, gruppo.visagnoclaro@atte.ch.

Conferenze

- "Invecchiare bene: come prevenire la demenza", lunedì 12 ottobre, ore 20:00, Centro scolastico Claro. Entrata libera.
- "Sicurezza e truffe: consigli utili per evitarle", mercoledì 30 settembre, ore 14:00. Entrata libera, segue merenda.
- Conferenza Banca Raiffeisen Bellinzonese Claro Visagno. Giovedì 12 novembre. Programma in allestimento, dettagli seguiranno.

Castagnata

Lunedì 23 novembre. Programma in allestimento, dettagli seguiranno.

Visita al Panificio Coop di Castione

Martedì 24 novembre. Programma in allestimento, dettagli seguiranno.

Incontro informativo "Telesoccorso e sicurezza in casa"

Mercoledì 21 ottobre, ore 14:00. Entrata libera, segue merenda.

Sportello digitale

Giovedì 17 settembre, 1, 15 e 29 ottobre, 12 e 26 novembre, 10 dicembre. Con Luigi dalle 14:00 alle 16:00. Servizio gratuito e personalizzato per l'uso di smartphone e tablet, con due volontari a disposizione.

Gita in Valtellina

Giovedì 24 settembre. Iscrizioni entro il 10 settembre a Daniela, 079 488 65 42.

Teatro "Tiraccontounastoria"

Venerdì 18 settembre, ore 18:30, spettacolo con Moira Della Torre, Centro scolastico Claro. Entrata libera.

SEZIONE BIASCA E VALLI

Via Giovannini 18/20, 6710 Biasca, tel. 091 862 43 60, 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. Attività sportive e gite: Centro diurno Biasca, tel. 091 862 43 60, coordinatore Centro: 079 588 73 47.

CineATTE

In autunno riprenderanno le proiezioni al Cinema Blenio con CineATTE; le date verranno pubblicizzate tramite il sito ATTE.ch e l'agenda del territorio.

Presentazione libro

Giovedì 1° ottobre, a cura di ATTE Biasca e Valli, nella Sala Patriziale di Biasca: presentazione dell'ultimo libro di Franco Lurà, "Il pane di casa", a cura di Guido Pedrojetta. Maggiori informazioni sulla locandina, tramite il sito ATTE.ch e l'agenda del territorio.

ATTE Biasca e Valli sui social

Sono attivi i nuovi profili della sezione su Facebook e Instagram. Cercate "ATTE Biasca e Valli" per rimanere informati sulle attività proposte sul territorio.

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.

Centro diurno Faido

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

Pranzi e festa dei compleanni

Mercoledì 9 settembre (iscrizioni entro il 7 settembre), 14 ottobre (iscrizioni entro il 12 ottobre), 11 novembre (iscrizioni entro il 9 novembre), 16 dicembre (iscrizioni entro il 14 dicembre). Le iscrizioni sono obbligatorie e vanno fatte a Silva (079 442 86 62). Il ritrovo è alle 12.00. Informazioni più dettagliate e la locandina con il menu saranno pubblicate nell'agenda del territorio e sul sito atte.ch.

Tombola

Mercoledì 16 settembre, inizio ore 14:00. Tombola, seguirà la merenda.

Centro diurno Monte Pettine, Ambri

Via San Gottardo 137, 6775 Ambri.

Responsabile Edda Guscio.

Aperto da lunedì a sabato dalle 15:00 alle 19:30.

Nei giorni di apertura è sempre presente un mercatino dell'usato con ottime occasioni: vestiti uomo-donna-bambino, calzature, accessori per la casa e per il tempo libero, mezzi ausiliari d'occasione (carrozzine, deambulatori, ecc.). E dopo aver fatto un po' di affari, si trova sempre qualcuno per due chiacchiere, un brindisi o una partitina a carte!

Castagnata

Mercoledì 25 novembre dalle ore 15:00, castagnata con 5 giri di tombola, in collaborazione con Gruppo Leventina e Centro diurno Faido.

Per eventuali iscrizioni alle attività proposte, chiamare direttamente il Centro durante gli orari d'apertura (domenica escluso) dalle 15:00 alle 19:00 allo 091 868 13 45. Informazioni e dettagli riguardanti altre attività organizzate dal centro saranno comunicati sulle locandine pubblicate sul sito atte.ch.

Centro diurno Olivone

c/o Casa Patriziale, coordinatrice Sonja Fusaro-DeLuigi

Merenda con tombola

Mercoledì 16 settembre, ore 14:30.

Pranzi mensili

Mercoledì 7 ottobre, 18 novembre e 16 dicembre: con tombole oppure conferenze da stabilire. 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 2026/2027 inizieranno a ottobre. Data e convocazioni verranno comunicate ai partecipanti durante il mese di settembre.

Eventuali cambiamenti di date verranno comunicati tempestivamente ai partecipanti e ai soci.

Gruppo Blenio-Riviera

Per informazioni o adesioni Sonja Fusaro: sonjaief@bluewin.ch

Coro Ra Froda

A partire da martedì 15 settembre e di seguito tutti i martedì successivi (secondo il calendario scolastico), dalle 14:00 alle 15:30, prove al Centro ATTE di Biasca.

Passeggiata

Giovedì 17 settembre, in collaborazione con il Gruppo Leventina: passeggiata con visita al Museo del cioccolato Lindt a Kilchberg/ZH. Costo fr. 80.- a persona. Iscrizione obbligatoria entro il 3 settembre a Gabriella, tel. 091 858 21 62 - 079 264 23 97, oppure a Elena, tel. 091 868 15 61.

Ballo liscio

Giovedì 8 ottobre, 12 novembre e 10 dicembre, inizio ore 14:30, al Bocciodromo Rodoni a Biasca con la musica di Angelo De Luca.

Pranzo d'autunno

Mercoledì 21 ottobre (iscrizioni entro il 14), inizio ore 12:00, al Bocciodromo Rodoni a Biasca. Iscrizione obbligatoria entro il 14 ottobre a Gabriella, tel. 091 858 21 62 - 079 264 23 97.

Panettonata

Martedì 15 dicembre, inizio ore 14:00, con la partecipazione del Coro "Ra Froda", al Bocciodromo Rodoni a Biasca.

Gruppo della Leventina

Presidente: Elena Celio, tel. 079 673 14 54, elena.celio@bluewin.ch.

Gita

Giovedì 17 settembre: visita alla fabbrica di cioccolato Lindt di Zurigo, in collaborazione con il Gruppo Blenio e Riviera. Ulteriori informazioni saranno pubblicate nell'agenda del territorio e sul sito atte.ch.

Conferenza

Giovedì 24 settembre dalle 15:00, "Parco San Gottardo: un nuovo paesaggio del fondovalle e un ritorno alla natura con un parco produttivo multifunzionale", con Fabio Pedrina, all'Infocentro di Airolo. Ulteriori informazioni saranno pubblicate nell'agenda del territorio e sul sito atte.ch.

Castagnata

Mercoledì 25 novembre dalle ore 15:00, al Centro Monte Pettine, con 5 giri di tombola.

Ballo liscio

Giovedì 1° ottobre, 5 novembre e dicembre, dalle ore 14:30, presso il Bocciodromo Rodoni a Biasca.

Coro Leventinella

Riprendono le prove da lunedì 31 agosto presso il Centro ATTE di Faido; in seguito, tutti i lunedì, dalle 14:00.

SEZIONE LOCARNESE E VALLI

Centro diurno, Via dott. G. Varesi 42B (al piano terra della Residenza PerSempre), 6600 Locarno, tel. 091 751 28 27, centroatte@bluewin.ch. Presidente. Fiamma Pelossi. 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

Periodi di chiusura: come a calendario scolastico (con piccole variazioni)

Informazioni aggiornate sulla programmazione: atte.ch/locarnese Informazioni aggiornate: www.atte.ch/locarnese

Attività ricorrenti

LUNEDÌ: prove di canto del Coro Lago Maggiore

MARTEDÌ - 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.

VENEDÌ: Rio Abierto, movimento a ritmo di musica - Info e iscrizioni: 079 765 76 51 (Silvana)

Sportello digitale

Lunedì 14 e 28 settembre, 12 e 26 ottobre, 9 e 23 novembre e 7 dicembre dalle 14:30 alle 16:30 in sede. Spazio di incontro personalizzato e gratuito, dove trovare assistenza, chiedere informazioni e ottenere supporto per l'uso di smartphone e tablet.

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 qualcuno terrà una breve presentazione di alcuni libri, dell'autore /autrice e del perché vale la pena leggerli. Se il primo giovedì del mese cade durante la chiusura del centro per vacanze o festività la presentazione viene spostata al giovedì seguente.

Lezioni di informatica

Mercoledì 9 e 23 settembre, 7 e 21 ottobre, 11 e 25 novembre, 9 dicembre dalle 09:00 alle 11:00 Nuova iniziativa con il contributo di due giovani informatici volontari sull'utilizzo di pc, tablet, e cellulare. Temi come a calendario atte.ch/locarnese. Su richiesta saranno trattati anche temi specifici.

Café Medical

Ogni due mesi il martedì pomeriggio dalle 14:00 alle 16:00 un gruppo di medici in pensione saranno a disposizione gratuitamente per trattare temi sulla medicina e/o a rispondere a domande specifiche. Incontri martedì 22 settembre e 24 novembre. Entrata libera

Giustizia in lingua facile

Da settembre e con cadenza mensile giuristi e magistrati in pensione saranno a disposizione per parlare su temi di carattere generale e lasceranno spazio a domande del pubblico. Incontri: 15 settembre, martedì 20 ottobre e mercoledì 18 novembre (dalle 14.00 alle 16.00). Entrata libera

Mindfulness

Ogni lunedì mattina con cadenza settimanale. Date: 5, 12, 19, 26 ottobre; 9, 16, 23, 30 novembre e 7 dicembre, dalle 09:00 alle 10:30. (costo soci CHF 80, non soci CHF 100)

Prevenzione: conferenza ALVAD

Mercoledì 9 settembre, 14:30-16:00, l'infermiera Juliana Cicak tratterà il tema "Ascoltare il proprio corpo, i sintomi che cambiano dopo i 65 anni. Entrata libera.

Gruppo del Gambarogno

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

Gita

Giovedì 24 settembre, visita al Museo dei fossili del Monte San Giorgio a Meride. Partenza ore 08:00 presso la chiesa di Quartino.
Costo: 75 CHF pp. Iscrizioni entro il 15 settembre a adelaide-buetti@bluewin.ch, tel. 078 745 64 61.

Tombola

Giovedì 15 ottobre (con castagnata), 12 e 26 novembre, ore 14:00, Sala del Centro Rivamonte, Quartino.

Conferenza: camminare sicuri

Giovedì 22 ottobre, ore 14:00, Sala del Centro Rivamonte, Quartino.

Pranzo di Natale

Giovedì 10 dicembre, ore 12:00, luogo da definire.

SEZIONE LUGANESE

Via Beltramina 20A, 6900 Lugano, 091 972 14 72, www.atte.ch/luganese, 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 sul sito: 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).

Sportello digitale al Centro Diurno di Lugano

Ogni lunedì e un mercoledì al mese, dalle 14:30 alle 16:30, Centro Diurno, Via Beltramina 20a, Lugano. Spazio di incontro personalizzato e gratuito per chi cerca assistenza, informazioni o supporto per l'uso di smartphone e tablet.

Date: settembre lunedì 7, 14, 21, 28 e mercoledì 16; ottobre lunedì 5, 12, 19, 26 e mercoledì 14; novembre lunedì 9, 16, 23, 30 e mercoledì 18; dicembre lunedì 7 e 14. Per informazioni o per proporsi come volontari: luganese@atte.ch.

Sportello digitale Centro diurno di Bioggio

Martedì 29 settembre, orario da confermare (seguirà pubblicazione su www.atte.ch). Informazioni: luganese@atte.ch.

Compagnia dialettale "L'è mai trop tardi"

Per informazioni o adesioni: S. Colucci, colucci@bluewin.ch. Le prove si tengono ogni mercoledì feriale dalle 20:00 alle 22:00 presso il Centro Diurno ATTE, Via Beltramina 20a, Lugano.

Coro Insema par cantà + Coro pensionati Lugano

Per informazioni o adesioni: M. Valli, tel. 076 348 11 01, marco.valli@bluewin.ch; A. Mazzolini, tel. 079 230 20 76, maella@bluewin.ch.

Il programma delle attività è in fase di elaborazione; i soci saranno informati tramite le locandine esposte in sede, con comunicazione personale e pubblicazione su www.atte.ch.

Gruppo Alto Vedeggio (compreso Torricella-Taverne)

Centro diurno comunale, Capidogno, 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.

Festa sul Monte Tamaro per festeggiare i 40 anni del gruppo

Giovedì 3 settembre. Giovedì 3 settembre 2026 dalle 10:00, ritrovo alla Cabinovia Rivera. Iscrizioni entro il 20 agosto a Liliana, tel. 091 946 24 24, o a mara.lafranchi@bluewin.ch.

Pranzo presso il Centro Diurno Comunale Capidogno di Rivera

Giovedì 24 settembre, 29 ottobre e 26 novembre 2026, dalle ore 12:00; sabato 19 dicembre 2026, dalle ore 12:00. Iscrizioni entro il venerdì precedente a Pina Zurfluh, tel. 091 946 18 28.

Le locandine con i dettagli verranno esposte agli albo comunali e spedite via posta elettronica ai soci iscritti alla newsletter.

Gruppo di Breganzona

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

Pomeriggio ricreativo con il Coro ATTE Collina d'Oro

Martedì 22 settembre

Strategie per una memoria attiva

Corso di dieci lezioni, ogni martedì dal 29 settembre al 1° dicembre (29 settembre; 6, 13, 20 e 27 ottobre; 3, 10, 17 e 24 novembre; 1° dicembre).

Passeggiata di una giornata a Lottigna

Venerdì 9 ottobre

Tombola

Venerdì 23 ottobre.

Conferenza

Novembre 2026, data e titolo ancora da definire.

Pranzo di Natale

Venerdì 20 novembre

San Nicolao

Venerdì 4 dicembre

Gruppo ATTE Capriasca, Origlio, Ponte Capriasca, Quartiere Val Colla Città di Lugano, sede Comune di Capriasca

6950 Tesserete Telbrüi 9, atte@capriascavalcolla.ch
Per informazioni o adesioni: info@attcapriascavalcolla.ch

Attività a cadenza regolare:

Ginnastica dolce presso il Centro socio culturale e ricreativo Pom Rossin a Tesserete

Ogni lunedì dalle 14:15 alle 15:00 (sospesa durante le vacanze scolastiche). Iscrizioni e informazioni: Romana Frigeri, tel. 076 444 09 32.

Camminare in compagnia

Ogni giovedì mattina dalle 9:15 alle 11:00, ritrovo all'Arena Sportiva di Tesserete, lato scuola elementare (sospesa durante le vacanze scolastiche, riprende il 3 settembre 2026). Informazioni: Simona

Eberli, tel. 076 393 40 86, o Corrado Piattini, tel. 079 377 42 12.

Nordic walking

Ogni giovedì mattina dalle 9:15 alle 11:00, ritrovo all'Arena Sportiva di Tesserete, lato scuola elementare (sospesa durante le vacanze scolastiche, riprende il 3 settembre 2026). Partecipazione gratuita, non occorre iscriversi. Informazioni: Gianni Baffelli, tel. 079 544 65 08.

Tombola settimanale

Ogni giovedì dalle 14:30 alle 16:30 (sospesa durante le vacanze scolastiche). Organizzata dall'Associazione Pom Rossin di Tesserete nella sua sede.

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

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

Per info rivolgersi al segretario Sergio Garzoni (tel. 076 3292522 o e-mail: seo.garzoni@gmail.com)

Coro ATTE Collina d'Oro

Per info o adesioni: F. Masci 079 685 70 20
franco.masci@autoscuola2000.ch;
M. Olgiati 091 994 80 28

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.
Per informazioni o adesioni:
Trudy Lercher 076 565 20 96 g.lercher@bluemail.ch
Dori Fancello 091 235 42 18,
dori.fancello@gmail.com

Pranzo di fine estate con grigliata a Melide

Giovedì 17 settembre; seguiranno indicazioni precise e iscrizione sul sito www.atte.ch.

Gita a Campo Blenio e Ghirone, visita a diga e centrale, pranzo all'Agriturismo

Mercoledì 7 ottobre 2026; seguiranno programma dettagliato e iscrizione sul sito www.atte.ch.

Gita ad Airolo

Mercoledì 28 ottobre 2026; con pranzo al Caseificio, pomeriggio visita alla Chiesa di San Nicolao a Giornico.

Concerto di musica classica

Giovedì 12 novembre; con Anthony Flint nella Chiesa Parrocchiale di Melide, seguirà programma dettagliato sul sito www.atte.ch.

Pranzo di Natale

Domenica 22 novembre; al Ristorante Nuvola Blu di Melide.

Proiezione film con merenda

Giovedì 3 dicembre

Aspettando Natale con tombola e merenda

Giovedì 17 dicembre; seguirà programma dettagliato sul sito www.atte.ch.

I programmi dettagliati e le modalità di iscrizione seguiranno sul sito www.atte.ch.

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 www.atte.ch/mendrisiotto e su L'Informatore.

Spettacolo teatrale a Morbio Inferiore

Venerdì 11 settembre, pomeriggio, spettacolo teatrale in piazza a Morbio Inferiore: "E tu chi sei?" con Isabella Giampaolo. Organizza ACD Mendrisiotto e Basso Ceresio.

Sagra della Castagna

Domenica 11 ottobre, tutto il giorno, Sagra della Castagna a Castel San Pietro, insieme a Atte Valle di Muggio.

Festival dell'equilibrio

Martedì 13 ottobre, tutto il giorno, Festival dell'equilibrio a Chiasso: passeggiata, consulenza camminaresicuri.ch, tavola rotonda, visita al M.A.X. Museo. Diamo una mano con i nostri volontari e una bancarella Atte.

Pranzo per gli 80, 90 e 100 anni

Sabato 7 novembre, dalle 11:30, pranzo offerto ai soci che compiono nel 2026 80, 90 oppure 100 anni. Spazio aperto ACD, via Mola 22, Mendrisio.

Rassegna dei cori ATTE

Martedì 24 novembre, pomeriggio, Rassegna dei cori dell'ATTE al Mercato coperto di Mendrisio. Manifestazione aperta a tutti gli interessati.

Gruppo ATTE Insieme

Sede di Castel San Pietro

Cooperando, Largo Bernasconi 5.
Informazioni e iscrizioni a Chiara Beltraminelli:
atte.insieme@gmail.com

Seguiteci sull'agenda della Sezione ATTE Mendrisiotto www.atte.ch/mendrisiotto e su L'Informatore.

Sede di Balerna

Spazio ex Posta, via San Gottardo 84.
Informazioni e iscrizioni a Mariella Zaramella:
mariella.zaramella@yahoo.it.

Gruppo di Chiasso

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

Burraco

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

Nordic Walking

Tutti i lunedì dal 21 settembre al 26 ottobre, dalle 09:15, a Seseiglio.

Corso di yoga

Lunedì non festivi dalle 11:00 alle 12:00 (dal 5 ottobre) e mercoledì non festivi dalle 09:20 alle 10:20 e dalle 10:30 alle 11:30 (dal 7 ottobre), in sede.

Conferenze sulla salute

Martedì 8 settembre, mercoledì 21 ottobre, martedì 17 novembre, ore 15:00, in sede.

Uscite di gruppo

Giovedì 3 settembre: visita al Museo Egizio di Torino. Dal 13 al 20 settembre: soggiorno termale ad Abano. Lunedì 26 e martedì 27 ottobre: visita al CERN.

Tombola

Giovedì 24 settembre, 8 e 22 ottobre, 5, 12 e 26 novembre, 10 dicembre, in sede. Giovedì 29 ottobre: tombola con castagnata. Giovedì 17 dicembre: tombola con panettonata.

Sportello digitale

Venerdì dalle 14:00 alle 16:00, dal 25 settembre, in sede.

Pilates

Venerdì dalle 09:00 alle 10:00, dal 16 ottobre, in sede.

Pranzi dell'amicizia

Sabato 5 settembre: grigliata alla Perfetta. Giovedì 1 ottobre e 19 novembre: pranzo dell'amicizia. Sabato 12 dicembre: pranzo di Natale.

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.

Pranzo mensile con tombola

Domenica 18 ottobre e 15 novembre, ore 12:00.

Gruppo di Mendrisio

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

La Casa delle Generazioni è aperta con attività variate e con la presenza di diverse Associazioni. ATTE gestisce tre pomeriggi di incontro e gioco, il martedì, il mercoledì e il giovedì. La prima parte del mercoledì pomeriggio è dedicata alle prove del coro.

Attività ricorrenti

MARTEDÌ E GIOVEDÌ: giochi da tavolo, chiacchiere e merenda alla Casa delle generazioni, ore 14:30, a partire dal 15 settembre.
MERCOLEDÌ: prove di canto del Coro MoMo, ore 14:30, a partire dal 16 settembre. Informazioni e iscrizioni a Rosangela Ravelli, 091 646 47 19.

Mostre

Giovedì 27 agosto, ore 16:00, **visita alla mostra delle fotografie subacquee di Franco Banfi**, alla Casa per Anziani di Morbio Inferiore (altre visite organizzabili su richiesta).

Mercoledì 9 settembre, ore 16:00, **visita alla mostra delle installazioni di Felice Varini** al Museo d'arte di Mendrisio, segue rinfresco.

Iscrizioni a Giorgio Comi, 076 556 73 70, o gruppo. mendrisio@atte.ch.

Tai Chi

Venerdì 11 settembre, ore 14:30, iniziano gli incontri di Tai Chi con Claudio Dotta nella palestra

PROGETTO ATTE MUSEO DI PROSSIMITÀ

Lunedì 21 settembre la Piazza Motta di Airola ospita "Memorie in dialogo", una mostra fotografica che invita a riflettere sulla demenza attraverso le immagini. Nel pomeriggio sono in programma visite guidate con la mediatrice culturale Stefania Fink, mentre la sera, al Salone Olimpia, la mostra diventa occasione di confronto con una conferenza e un dibattito aperto al pubblico.

L'iniziativa fa parte di CoPeC – Costruire percorsi di cura per la demenza, progetto cantonale sostenuto dalla Fondazione Promozione Salute Svizzera. Nelle settimane successive, fino al 9 ottobre, altri incontri toccheranno la Leventina, in collaborazione con la Sezione Biasca e Valli e altri enti della regione.

di via Vela a Mendrisio (11.09, 18.09, 25.09, 2.10, 9.10, 13.11, 20.11, 27.11, 4.12, 11.12). Iscrizioni a Giorgio Comi, 076 556 73 70, o gruppo.mendrisio@atte.ch.

Sportissima

Domenica 13 settembre, tutto il giorno, Sportissima a Mendrisio, piazzale della Filanda. Siamo presenti con giochi da tavolo e una bancarella

informativa ATTE. Chi è interessato a collaborare contatti Giorgio Comi, 076 556 73 70, o gruppo.mendrisio@atte.ch.

Concerto della Corale Santa Cecilia

Domenica 20 settembre, ore 17:00, nella corte dietro al Museo d'Arte di Mendrisio. Segue rinfresco.

Tombola per tutti

Giovedì 24 settembre, 22 ottobre e 19 novembre, ore 14:30.

Percorso di movimento, danza e riflessione

Ottobre, data da definire, "Corpo dimora del sacro", con Nunzia Tirelli. Interessati contattino Magda Andina, 079 474 96 48, o gruppo.mendrisio@atte.ch.

Gita a Luino

Mercoledì 7 ottobre, tutto il giorno, gita a Luino, al mercato e nel paese, insieme a Atte Valle di Mugello. Iscrizioni a Rosangela Ravelli, 091 646 47 19.

Il Volto del volontariato

Sabato 10 ottobre, al mattino, "Il Volto del volontariato", incontri aperti a tutti al Mercato coperto.

Gita nelle Terre di Pedemonte

Martedì 27 ottobre, tutto il giorno, gita nelle Terre di Pedemonte: facciamo il pane a Intragna, visitiamo il museo e il campanile più alto del Ticino, con alcune sorprese. Iscrizioni a Magda Andina, 079 474 96 48, o gruppo.mendrisio@atte.ch.

Visita alla Fabbrica del Cioccolato Stella

Novembre, data da definire, tutto il giorno, visita alla Fabbrica del Cioccolato Stella a Giubiasco e visita di Bellinzona. Iscrizioni a Magda Andina, 079 474 96 48, o gruppo.mendrisio@atte.ch.

Pranzo di Natale

Martedì 15 dicembre, dalle 12:00

Prova di coro e panettonata

Mercoledì 23 dicembre, pomeriggio

Gruppo di Novazzano

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

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

Attività ricorrenti

Burraco

Tutti i martedì.

Pranzi del martedì

1°, 15 e 29 settembre, 13 e 27 ottobre, 10 e 24 novembre e 7 dicembre (data da verificare: il 7 dicembre 2026 cade di lunedì, non di martedì).

Stannah

Per salire e scendere in totale libertà.

Da oltre 40 anni l'azienda familiare Stannah è sinonimo in Svizzera di soluzioni di mobilità su misura. Accompagniamo la nostra clientela dalla consulenza personalizzata all'assistenza post-vendita, contribuendo a migliorare indipendenza, sicurezza e qualità di vita nella propria abitazione.

✚ Perché Stannah cambia la tua vita.



☎ 091 210 72 49 sales@stannah.ch | stannah.com

Tombola

Giovedì 24 settembre, 29 ottobre, 26 novembre e 17 dicembre, quest'ultima con panettonata.

Ginnastica dolce

Corso settimanale suddiviso in due gruppi, il venerdì (giorno non indicato nel testo originale, ricavato dal calendario e da verificare): 18 e 25 settembre, 2, 9, 16, 23 e 30 ottobre, 13, 20 e 27 novembre, 4, 11 e 18 dicembre.

Gare di bocce

Gara a terna master da lunedì 31 agosto a venerdì 4 settembre; gare individuali maschili e femminili da lunedì 14 a venerdì 19 settembre; gara LEI-LUI da lunedì 28 settembre a venerdì 2 ottobre.

Pranzo a base di polenta e funghi porcini

Venerdì 11 settembre.

Visita

Martedì 22 settembre, dettagli seguiranno.

Pranzo con spezzatino di cervo e polenta

Venerdì 9 ottobre.

Pranzo stagionale al ristorante

Martedì 20 ottobre, nell'ambito della Rassegna gastronomica del Mendrisiotto e Basso Ceresio.

Castagnata

Venerdì 6 novembre.

Pranzo con fritto misto di lago

Venerdì 13 novembre.

Gara di scopa

Martedì 17 e mercoledì 18 novembre, con pranzo a base di polenta taragna.

Lettura ad alta voce

Venerdì 20 novembre.

Pranzo di Natale

Martedì 15 dicembre.

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

Grigliate di fine estate

Giovedì 24 settembre, ore 12:00, Grotto Loverciano di Castel San Pietro.

Trasferta al mercato di Luino

Mercoledì 7 ottobre, unitamente al Gruppo ATTE di Mendrisio. Partenza da Morbio Superiore (fermata autopostale) alle 07:45.

Conferenza con ATiDU (Associazione Ticinese Deboli d'Udito)

Mercoledì 11 novembre, ore 14:00, sala multiuso di Morbio Superiore.

Pranzo di Natale

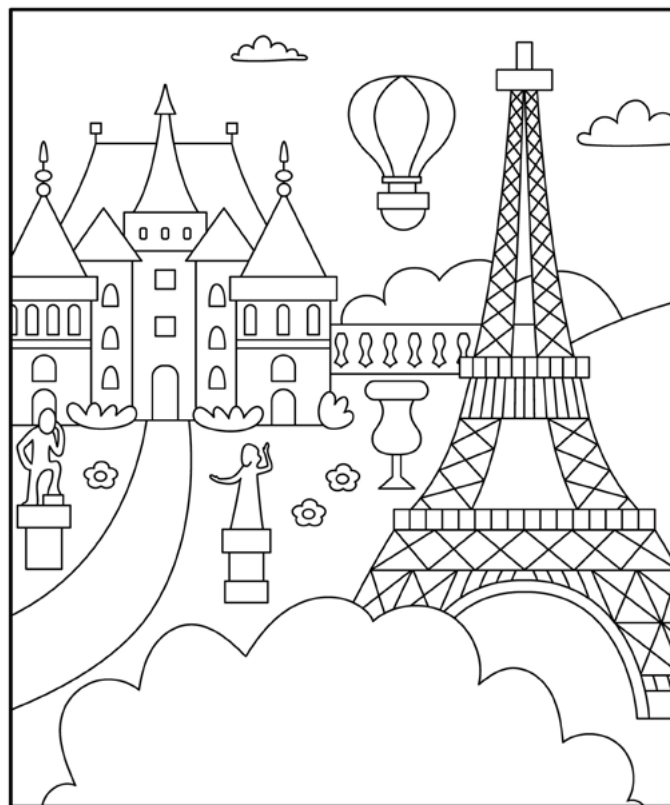
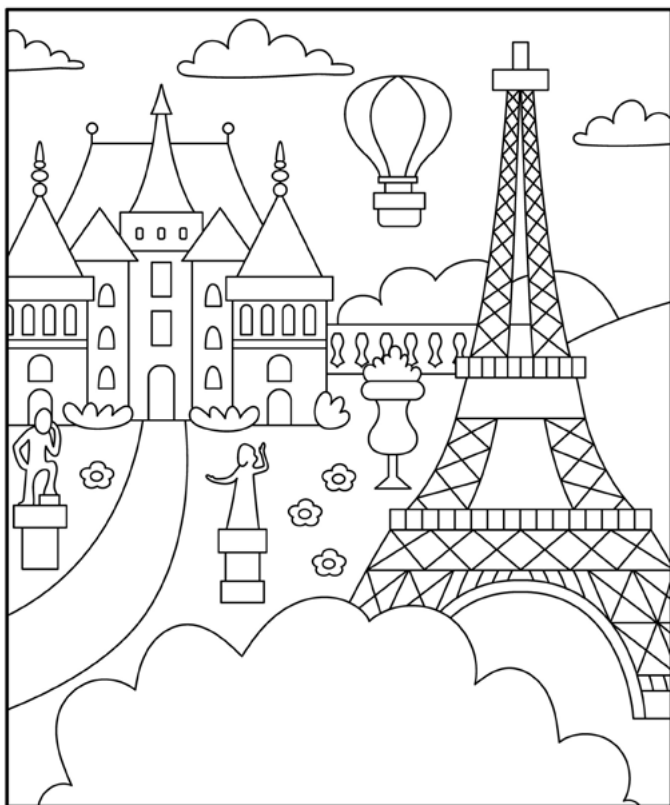
Giovedì 10 dicembre, luogo da stabilire.

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

per distrarsi

OCCHIO AL DETTAGLIO

Le due vignette differiscono tra loro per 10 piccoli particolari, sapreste trovarli?



Soluzione: 1. Nuvoletta in alto a sinistra assente 2. Nuvoletta centrale più piccola 3. Cima dei due pali sopra il castello da tondi a quadrati 4. Finestre della torre centrale, sopra il portone, da rettangolari a quadrate 5. Finestre della torre di destra tre anziché quattro 6. Vaso senza cespuglio 7. Due fiori vicino al vaso anziché tre 8. Cesta della mongolfiera arrotondata 9. Torre Eiffel, fascia centrale: da liscia a rigata 10. Pennacchi delle due torri, due palline anziché tre.

G.A.B.
CH-6501 Bellinzona

P.P./Journal
CH-6501 Bellinzona

LA POSTA 

QUANDO ARRIVATE A VALLE PRIMA DELLA BICI.

Noi vi raggiungiamo
rapidamente in tutta
la Svizzera.

***Diventare sostenitrice
o sostenitore***

Quando capita,
rega

