



terzaetà

RIVISTA PERIODICA ATTE - ASSOCIAZIONE TICINESE TERZA ETÀ

ANNO XXXVIII - N. 8 - DICEMBRE 2020



Care socie e cari soci, l'ATTE** vi è vicina
e vi augura Buone Feste.**

Portiamo la bellezza nelle nostre giornate

Ormai sta diventando un'abitudine inserire la magia del racconto nell'editoriale di dicembre. Lo considero il mio personale antidoto contro le brutture del mondo, qualcosa che a suo modo si ricollega a quella ricerca del bello che a primavera, in piena pandemia, aveva portato alla nascita di *Figurine d'Antenati*, il libretto di poesie firmate da Fabio Pusterla, pubblicato in occasione del 40esimo della nostra associazione.

Ho sempre pensato che la bellezza potesse avere un effetto positivo su di noi e un giorno, per caso, proprio mentre stavo pensando a cosa scrivere in questo editoriale, ho sentito alla radio l'intervista fatta da Natascia Bandecchi alla Dottoressa Francesca Poli, psichiatra e psicoterapeuta, in un servizio andato in onda su Rete3. La giornalista aveva chiesto all'esperta un consiglio su cosa potremmo coltivare per evitare di restare prede di una visione pessimistica della vita o del fastidio che le limitazioni imposte oggi dalle autorità suscitano in noi. «*Tenere dei rituali personali che diano la sensazione della continuità* – aveva risposto la Dottoressa – *dedicarci a cose che ci piacciono. I nostri nonni sotto le bombe della Seconda guerra mondiale riuscivano a trovare lo stesso quei dieci minuti per coltivare un nucleo di bellezza, un piccolo momento che per fortuna è fuori dal tempo, è fuori dallo spazio; ed è quello che ha salvato le popolazioni di tutti i tempi dall'impazzire in una situazione di pericolo*».

Pensando agli anziani, ai bambini, alla distanza forzata che oggi li separa, al bisogno di entrambe queste fasce della popolazione di contatto e di magia, allo slogan che ormai da dieci mesi ci accompagna "Distanti ma vicini", il col-

legamento con Gianni Rodari e le sue *Favole al telefono* nella mia testa è stato automatico. Pubblicata nel 1962, questa raccolta è quanto mai adatta alla realtà che stiamo vivendo: ogni sera, alle nove in punto, il signor Bianchi – lontano da casa per lavoro – raccontava una favola al telefono alla figlioletta che non riusciva dormire. Un piccolo rituale dal quale sono scaturite settanta favole, così belle e toccanti che le centraliniste smettevano addirittura di fare il loro lavoro per poterle ascoltare.

Il palazzo di gelato, Il naso che scappa, Il paese senza punta... sono solo alcune delle fiabe narrate da Rodari in questo libro, di cui conservo da sempre un bellissimo ricordo. Una storia in particolare mi è rimasta impressa, quella della signora Apollonia, che riusciva a preparare strepitose marmellate anche con gli ingredienti più bizzarri come i ricci delle castagne o le piante d'ortica. Mani di fata, le sue, tanto da costare la corona a un re!

Quest'anno, in occasione del centenario dalla nascita dello scrittore, del quale troverete una breve biografia a pagina 41, *Favole al telefono* è stato ristampato. Trovarne una copia da mettere sotto l'albero non dovrebbe essere troppo difficile. Condividetelo con i vostri nipoti, se ne avete, oppure compratelo anche solo per voi: le favole non sono certo sconsigliate a un pubblico adulto. Anzi, una dopo l'altra, il mattino, il pomeriggio o la sera, magari prima di andare a letto, leggerne una potrebbe essere un bel modo per ritrovare, ogni giorno, un piccolo sorriso e quel prezioso nucleo di bellezza che ci accompagnerà fino alla prossima primavera.

Laura Mella

editoriale



Libertà di muoversi con noi!

Herag AG è un'azienda svizzera a conduzione familiare che, da oltre 30 anni, aiuta i suoi clienti a mantenere l'autonomia di movimento garantendo confort e sicurezza. Vanta inoltre un ottimo servizio di assistenza!

HERAG
Azienda Svizzera del gruppo **Stannah**

HERAG AG
Via Arbostra 33
6963 Pregassona
sales@stannah.ch
www.stannah.ch

Lugano
T 091 210 72 49

Consulenza gratuita e senza impegno

ragliare qui

Invio informazioni gratuite:

Nome TER/01

Cognome

Via

CAP / Città

Telefono

Compila il coupon e invialo a:
Herag AG, Tramstrasse 46,
8707 Uetikon am See



Rivista periodica ATTE

Associazione Ticinese Terza Età
Anno XXXVIII - N. 8 - Dicembre 2020
Tiratura: 12.500 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

Giampaolo Cereghetti, Franco Celio, Veronica Trevisan, Maria Grazia Buletti, Elena Cereghetti, Loris Fedele, Claudio Guarda, Ilario Lodi, Graziano Ruggieri, Adriana Rigamonti, Paolo Bernasconi, Daniel Burckhardt, Vanessa Bignasca, Stefania Lorenzi, Max Pizio, Virginia Pezzotta Bühlmann, Melanie Karen Müller, Emanuela Epiney-Colombo, Alessandro Zanoli, Renato Agostinetti

Corrispondenti dalle sezioni

Achille Ranzi, Giancarlo Lafranchi, Bianca Caverzasio, Raimondo Cereghetti, GianClaudio Lanini, Mara Lafranchi

Comitato cantonale ATTE

Giampaolo Cereghetti (presidente), Aldo Albisetti, Emanuela Epiney-Colombo, Achille Ranzi, Lucio Barro, Giancarlo Lafranchi, Carlo Maggini, Silvano Marioni, Daniel Burckhard, Marisa Marzelli, Marco Montemari, Angelo Pagliarini, Adelfio Romanenghi, Aramis Andreazzi

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

Redazione e Salvioni arti grafiche SA

Stampa

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

In copertina chicchi di melagrana. Regalarla a Capodanno è considerato di buon auspicio perché il frutto è un simbolo di abbondanza, fertilità e fortuna.

6



ATTUALITÀ ATTE

Pronto il programma dell'UN13 per il primo semestre del 2021.

12



TERRITORIO

Storia e cifre della galleria di base del Ceneri.

20



22



MUSICA

Si parte con l'arte di "guardare i dischi" di Stefano Wagner per poi passare alla storia di come Charlie Parker stregò Stravinsky.



14



L'INTERVISTA

Eshkol Nevo si mette a nudo come uomo e scrittore.

16



TRADIZIONI

Le castagne, varietà e antichi metodi di conservazione.

18



STORIA

L'opera benefica di Angela Antonia Vanoni.

24



ARTE

Scopriamo l'universo artistico di André Derain, le cui opere resteranno esposte al Museo d'Arte di Mendrisio fino al 31 gennaio.

32



SALUTE

L'osteoporosi, di che cosa si tratta e come prevenirla.

VITA DELL'ATTE

37 PROGRAMMA

38 LA PAROLA AI LETTORI

39 SEZIONE E GRUPPI

RUBRICHE

27 CINEMA

28 PROTAGONISTI

FRA LE PAGINE

30 SWITZERLAND

VISTI DAI NIPOTI

31 VOX LEGIS

SATIRYCON

43 PER DISTRARSI

COLLABORAZIONI

34 AVA EVA

35 ATIDU



Sereni in casa con NEAT GSM-NOVO

In caso di bisogno basta premere il pulsante per parlare con la Centrale d'allarme 144. L'operatore:

- è in grado di riconoscervi e tranquillizzarvi
- prende contatto con una persona di fiducia, il medico o l'ambulanza

Maggiori informazioni:

ATTE, 091 850 05 50/53; telesoccorso@atte.ch



L'UNI3 omaggia Dante

*Facesti come quei che va di notte,
che porta il lume dietro e sé non giova,
ma dopo sé fa le persone dotte.*
(Dante, Purgatorio, XXII, vv. 67-69)

La citazione d'apertura è un passo dell'omaggio a Virgilio che, nel *Purgatorio* dantesco, Publio Papinio Stazio (45-96 d.C.), uno tra i maggiori poeti epici latini, rende all'autore dell'*Eneide*. Non avrebbe senso approfondire il paragone contenuto nella terzina che fa riferimento a una tradizione di allusioni simboliche, legate all'idea biblica del camminare dentro tenebre rischiarabili solo dalla luce divina. Ma, anche proponendo una lettura più semplice dei versi, credo si possa cogliere nell'immagine della lanterna, che con la sua luce indica il cammino a chi segue, un rimando metaforico al senso e al valore impliciti nella possibilità di conoscere, e saper riconoscere, gli orizzonti culturali cui apparteniamo. Nel suo piccolo, l'UNI3 fin dalla sua istituzione si pone l'obiettivo di fornire qualche contributo che consenta, a chi ama la cultura nelle sue molteplici forme espressive, di trovare piacevoli occasioni di conoscere, riflettere e approfondire. In tempi difficili come quelli che stiamo vivendo, uno sguardo attento alla conoscenza, e al bello che da essa può discendere, costituisce un'opportunità per recuperare energie positive e pensare con speranza al futuro. Motivati da considerazioni di tale natura, fin dall'inizio della crisi sanitaria, abbiamo cercato soluzioni per mantenere in vita gli incontri dell'UNI3, seppure a distanza. In questi mesi sono stati proposti oltre 50 corsi online in vari ambiti disciplinari, per un totale di circa 150 lezioni, cui hanno partecipato alcune centinaia di persone.

Mentre si sta portando a compimento l'ultima parte delle proposte 2020, tra le quali figura un corso pluridisciplinare dedicato a Galileo Galilei, da qualche tempo è iniziata la preparazione del semestre primaverile 2021, di cui si trova qui una parziale presentazione. Al momento siamo in grado di confermare che tutte le lezioni potranno svolgersi online ricorrendo al programma Zoom. Vista l'incertezza della situazione sanitaria, la possibilità che si prosegua con l'offerta di corsi svolti sia in presenza sia da remoto verrà valutata di volta in volta. Si rinuncia pertanto alla pubblicazione di un programma cartaceo: la prima parte dei corsi è elencata in queste pagine per sommi capi; notizie più dettagliate compariranno sul sito ATTE, nelle *Newsletter* e sulla pagina Facebook. La seconda serie di corsi verrà presentata sul numero di febbraio della rivista.

In merito ai contenuti del programma del semestre primaverile 2021, lascio ai lettori il compito di scorrere questo primo elenco di corsi, limitandomi a osservare che si è cercato di diversificare gli ambiti tematici. Visto l'apprezzamento mostrato per i corsi a carattere multidisciplinare (Leonardo e Galileo), il semestre avrà un suo punto focale nella serie d'incontri dedicati alla figura di Dante Alighieri (1265-1321), di cui ricorre il 700° della morte.

Nella speranza che molti accolgano con favore e interesse i nuovi suggerimenti dell'UNI3, desidero concludere rivolgendolo – anche a nome dei corsisti che hanno avuto occasione di conoscerla – un sentito ringraziamento alla signora Monica Pini, che alla fine di gennaio andrà in pensione dopo aver dedicato con appassionata motivazione tante energie al buon funzionamento dei nostri corsi.

Giampaolo Cereghetti, direttore UNI3

GLI ALTRI CORSI DEL PROGRAMMA GENNAIO/MARZO 2021*

STORIA DELLA MUSICA

Giovanni Galfetti, "Mozart e la trilogia scandalosa"
Giovedì 7, martedì 12 e 19 gennaio

AMBIENTE

Giovanni Pellegrini, "Quale pianeta lasceremo ai nostri nipoti?"
Venerdì 8, 15, 22 gennaio

STORIA DELL'ARTE

Susanna Gualazzini, "Ti racconto una mostra: le Storie di Botticelli"
Lunedì 11 gennaio

STORIA DELL'ARTE

Simonetta Angrisani, "Dali e il triangolo daliniano"
Giovedì 14, 21 e 28 gennaio

FILOSOFIA, TEOLOGIA E RELIGIONE

Giuseppe La Torre, "L'essere umano è soltanto materia corrottabile? Esiste l'anima?" (2a parte)
Martedì 26 gennaio, lunedì 1° e 8 febbraio

LETTERATURA CLASSICA

Alessandro Stroppa, "Il mito di Edipo nelle tragedie di Sofocle: Edipo re, Edipo a Colono e Antigone"
Venerdì 29 gennaio, venerdì 5 febbraio

STORIA DELLA MUSICA

Aurelio Crivelli, "Beethoven e Schumann: dal Classicismo al Romanticismo"
Mercoledì 27 gennaio, martedì 2 e 9 febbraio

STORIA DELLA MUSICA

Giorgio Vitali, "Variazioni e follie"
Giovedì 11, 25 febbraio e 4 marzo

STORIA

Roberta Lenzi, "Le città antiche nella storia: non solo Atene e Roma"
Mercoledì 24 febbraio, 3 marzo e martedì 9 marzo

*I corsi sono elencati secondo l'ordine cronologico dell'inizio delle lezioni. Le videoconferenze si terranno a partire dalle 14:30. Iscrizioni sul sito dell'ATTE: www.atte.ch. Maggiori informazioni telefonando al Segretariato cantonale: 091 850 05 52.

IN VIAGGIO CON DANTE, A 700 ANNI DALLA MORTE

PROPOSTA DI CORSO PLURIDISCIPLINARE

Le videoconferenze si terranno dalle 14:30 alle 16:00 ca. Iscrizioni sul sito dell'atte: www.atte.ch. Maggiori informazioni si possono ottenere chiamando il Segretariato cantonale allo 091 850 05 52.

- **Roberta Lenzi, "I tempi travagliati di Dante: lotte, intrighi ed esilio"**
Mercoledì 13 gennaio
- **Guido Pedrojetta, "Vita e opere di Dante: le tappe di un itinerario geniale. Percorso biografico, creazione e trasmissione dei testi, fortuna (traduzioni dialettali) della *Divina Commedia*"**
Lunedì 18 e 25 gennaio
- **Fabio Pusterla, "Dante in cammino, tra smarrimento e fatica (con qualche lettura dal *Purgatorio*)"**
Mercoledì 3 e 10 febbraio
- **Tiziano Moretti, "Dante politico – Dante e la cristianità medievale"**
Lunedì 22 febbraio e 1° marzo
- **Pietro De Marchi, "Influenza culturale di Dante (Dante e gli scrittori del Novecento)"**
Giovedì 11 marzo
- **Simonetta Angrisani, "Immaginare Beatrice – Dante e gli artisti"**
Martedì 16 e 23 marzo
- **Giorgio Vitali, "Dante e la musica".**
Martedì 13 e 20 aprile



STORIA DELL'ARTE

Susanna Gualazzini, "Il linguaggio del gesto: forza ed eloquenza della gestualità nella rappresentazione artistica dal tardo Medioevo alla fine del Quattrocento"

Martedì 2 marzo, lunedì 8 e 15 marzo, ore 14.30

MATEMATICA

Arno Gropengiesser, "La matematica al servizio della sanità"

Venerdì 5 e 12 marzo

STORIA DELLA MUSICA

Carlo Frigerio, "Claudio Monteverdi e l'inizio della stagione del melodramma del 1600, i rapporti fra testo, musica e dramma nell'Opera dal primo Barocco al Novecento"

Mercoledì 10, 17 e 24 marzo

STORIA DEL CINEMA

Anna Maria Di Brina, "Le donne e il cinema. I volti del femminile nel cinema italiano da Alida Valli a Laura Antonelli"

Giovedì 18 e 25 marzo, mercoledì 31 marzo

MEDICINA E RICERCA SCIENTIFICA

Jean-Claude Piffaretti, "Epidemie e pandemie: l'esperienza del passato e del presente"

Lunedì 22 e 29 marzo

FILOSOFIA

Lina Bertola, "Solitudine e paura, tristezza e sofferenza, maestre di vita inattese? Riflessioni sul senso dell'esistenza in tempi difficili"

Venerdì 26 marzo, 16 e 23 aprile

DIVULGAZIONE SCIENTIFICA

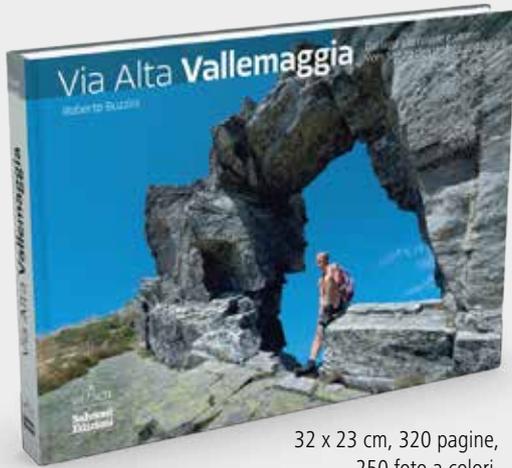
Paolo Attivissimo, "Mobilità sostenibile: auto elettriche e dintorni"

Martedì 30 marzo

ZOOM

Per seguire le videoconferenze occorre scaricare il programma Zoom sul computer, su tablet o cellulare. Sul sito dell'ATTE trovate una pagina dedicata proprio al suo funzionamento. Sempre sul sito potete iscrivervi alla nostra newsletter, grazie alla quale potrete essere puntualmente aggiornati sui corsi dell'UNI3 e sulle altre attività dell'ATTE.

Via Alta Vallemaggia



32 x 23 cm, 320 pagine,
250 foto a colori,
Fr. 50.- (+ spese postali)
Autore: Roberto Buzzini

Dal lago alle nuvole e ritorno

Chi segue la traccia della Via Alta Vallemaggia – che corre sui crinali, che attraversa i circhi glaciali delle valli laterali, che serpeggia tra i massi delle frane – cammina in un mondo selvaggio e silenzioso, accompagnato solo dal fruscio del vento e dal mormorio dell'acqua. È un paesaggio impervio dove in alto domina la pietra sulla quale attecchisce a malapena il verde di una vegetazione pioniera. Più in basso i versanti si coprono sempre più di un verde intenso, di boschi rigogliosi in continua espansione, tanto da cancellare le radure, da ostacolare passaggi e da soffocare gli spazi umanizzati. È il trionfo della natura spontanea che si apre allo sguardo degli escursionisti durante la loro presenza fugace.

Ordinazione:
SalvioniEdizioni

Via Ghiringhelli 9 | 6500 Bellinzona | Tel. 091 821 11 11
libri@salvioni.ch | www.salvioni.ch



naturalmente.

Foto: Anya Della Toffola, vincitrice della categoria "Acqua di falda" del Concorso fotografico per il 125esimo dell'Acquedotto di Lugano

ail

Novità dal settore viaggi?

Una delle domande che ci viene spesso posta è “quando sarà possibile viaggiare di nuovo, in tutta sicurezza”? La risposta al momento non può essere che interlocutoria. Un lapidario “non lo sappiamo”, insomma. Una cosa è certa: i viaggi del futuro non saranno più come quelli di prima, a meno che un prossimo vaccino anti-Covid ci porti nella terra dei miracoli.

Qual è il legame fra pandemia, progressivo invecchiamento della popolazione e benessere sociale? Una risposta arriva da una recente ricerca del “Centro Studi Avanzati sul Turismo” dell’Università di Bologna e ripreso dal “Sole 24 ore” il 25 luglio scorso. Le risposte ci dicono che il denominatore comune è il forte impatto emotivo causato dalla pandemia. Si evidenziano la paura di un possibile contagio e l’insicurezza che condizionano la voglia di viaggiare degli over-65.

Il viaggio, la conoscenza di territori e culture “diverse” rispetto alla propria realtà quotidiana, rimangono anche di questi tempi dei forti elementi che concorrono a migliorare l’esistenza e l’invecchiamento. Viaggiare costituisce un fattore di promozione del benessere psicologico e sociale delle persone over 65, favorisce il mantenimento di curiosità, l’apertura alla conoscenza e alla socialità e l’arricchimento personale. Proprio quello che l’ATTE ambisce a promuovere con le proprie proposte.

I timori dei potenziali viaggiatori e dei nostri soci sono di venir contagiati e di contagiare altri, la mancanza di protezione nei trasporti e nelle strutture, il timore di non poter tornare a casa in caso di problemi all’estero. La sfida è dunque quella di saper gestire ansie e paure: un aspetto difficile, perché non legato a qualcosa di concreto e visualizzabile.

L’ATTE, come i nostri soci ben sanno, ha dovuto suo malgrado fermare l’organizzazione dei viaggi e dei soggiorni, a causa della situazione sanitaria. Purtroppo al momento siamo ancora fermi al palo, anche se dietro le quinte stiamo già progettando viaggi in destinazioni vicine e (speriamo) sicure: escursioni di un giorno o due in Ticino e Svizzera, e viaggi verso l’Europa vicina (situazione sanitaria ovviamente permettendo), nel pieno rispetto delle regole vigenti e con un concetto di protezione sottoposto all’Ufficio del Medico Cantonale. Siamo ottimisti e sappiamo che esiste un’importante fetta dei nostri fedeli soci che ci segue, e che non vede l’ora di ripartire, quando sarà possibile farlo. A presto, allora, speriamo! Per scoprire le nostre prime proposte tenete sempre d’occhio la nostra newsletter ATTE e la rivista *terzaetà*.

Daniel Burckhardt

Collaborazione con LaRegione

Mossi dall’esigenza di fare qualcosa di concreto per gli anziani del nostro Cantone in questo periodo di restrizioni, Rocco Salvioni e Daniel Ritzer, editore e vicedirettore della testata, hanno chiesto all’ATTE di stringere una collaborazione che ci permetta – a loro e a noi – di raggiungere il maggior numero di anziani possibile con contenuti rivolti agli over65. L’edizione che avete ricevuto lo scorso 7 novembre, per esempio, contiene un’intervista al nostro presidente, Giampaolo Cereghetti, le cui parole, proprio in virtù di questa collaborazione, sono arrivate non solo ai nostri soci ma anche a tutte le persone abbonate a LaRegione.

Questo reciproco sostegno, senza comportare vincoli di sorta per l’associazione o i soci, sarà per noi un ottimo canale di promozione per tutte quelle attività e quei servizi che, nonostante la pandemia, l’ATTE sta continuando a garantire come i corsi UNI3, il telesoccorso, il numero verde o la rivista.

Circa la frequenza e la forma della collaborazione, queste saranno stabilite man mano tenendo conto delle esigenze del momento.



Inaugurata a settembre la Residenza PerSempre, sede del nuovo Centro diurno dell’ATTE Locarnese.

Come si procede con i Centri diurni?

Seppure in maniera strutturata e selettiva, durante la bella stagione le autorità dipartimentali ci avevano permesso di riaprire i due Centri diurni socio-assistenziali di Lugano e Biasca; un’apertura seguita poi da quella di alcuni dei Centri diurni ricreativi dotati di spazi all’aperto. L’improvvisa recrudescenza dei contagi ha purtroppo frenato questo processo e imposto un nuovo rallentamento delle attività. Al momento di andare in stampa i due Centri diurni socio-assistenziali di Lugano e Biasca erano gli unici attivi, questo grazie a un oculato piano di sicurezza e alla volontà di offrire agli anziani almeno un punto di incontro e socializzazione. In questi mesi l’ATTE ha formato parecchi volontari sulle norme igienico-sanitarie da applicare nella situazione contingente, ma sono proprio i protocolli di sicurezza a creare il maggior lavoro perché essendo ogni Centro diverso dall’altro, occorre concepirli su misura e poi sottoporli alle autorità preposte perché siano approvati. Ora attendiamo che si creino le condizioni perché si possa ragionevolmente riaprire. Appena sarà possibile, sarete tempestivamente informati tramite newsletter o sulle pagine di *terzaetà*.



TERTIANUM Parco Maraini

Benvenuti al centro abitativo e di cura Tertianum Parco Maraini

Il Parco Maraini si trova in una zona privilegiata di Lugano e offre una vista stupefacente sul lago e sulle montagne, oltre a un meraviglioso parco con alberi secolari.

IL NOSTRO REPARTO CURE l'ambiente ideale per ricevere le migliori cure geriatriche di base e i migliori trattamenti

A disposizione dei nostri ospiti ci sono tre tipologie di soluzioni:

- 31 camere singole, dotate di bagno privato e con possibilità di scelta tra vista lato parco o lato strada
- 6 bilocali ampi e luminosi dotati di bagno privato, grande balcone che si affaccia sul parco, camera e area soggiorno separati
- 46 camere singole con bagno in comune, con vista sia lato parco che lato strada

Tutte le camere della nostra area abitativa con prestazioni di cura sono molto ampie e luminose. Sono state studiate per garantire la miglior qualità di vita possibile, sia che si tratti di un breve soggiorno riabilitativo sia che si tratti di una scelta necessaria per cure geriatriche di lunga durata.

I NOSTRI APPARTAMENTI PROTETTI la migliore soluzione abitativa per la terza e quarta età

I nostri 24 spaziosi appartamenti di 1½, 2½ e 3½ locali sono privi di barriere architettoniche e dispongono di una cucina moderna, di un balcone privato e di un sistema di allarme attivo 24 ore su 24 per garantire aiuti rapidi in caso di urgenza.

LE NOSTRE ATTIVITÀ la gioia quotidiana di mantenere in forma corpo e anima

Tertianum Parco Maraini offre agli ospiti un ricco programma d'attività che tocca diversi ambiti (cognitivo, motorio, ludico e spirituale) ma che è sempre modulato sulla base delle singole capacità di ogni ospite. Il Centro abitativo e di cura Tertianum Parco Maraini offre inoltre una piscina coperta con idromassaggio, un servizio di parrucchiere, di pedicure e manicure.

IL NOSTRO RISTORANTE un'alimentazione sana aiuta a godersi la vita

Il team del Ristorante Bistrò Maraini delizia ogni giorno i suoi ospiti con manicaretti gustosi ma sempre equilibrati e su misura. Naturalmente c'è sempre un posto a tavola anche per i familiari e per gli amici.

Visitate il nostro sito per voi stessi o i per i vostri cari e scoprite che l'autodeterminazione, la fiducia e il rispetto della sfera privata costituiscono i valori portanti delle nostre cure e della nostra assistenza.

www.tertianum.ch/it/centro-abitativo-e-di-cura-tertianum-parco-maraini-lugano

Via Massagno 36 · 6900 Lugano · tel. 091 910 31 11 · parcomaraini@tertianum.ch

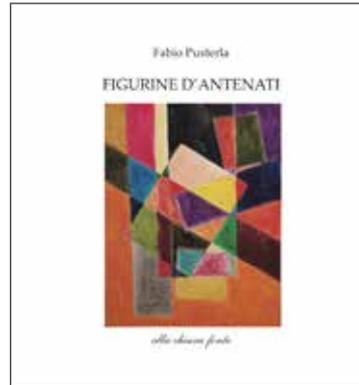


Quarant'anni di ATTE

Il 25 ottobre del 1980 un gruppo di volontari entusiasti guidati dall'ex-Consigliere di Stato Federico Ghisletta (1907-1989) fondava l'Associazione Ticinese Terza Età, con l'intento di offrire sostegno e opportunità di socializzazione alla popolazione anziana residente nel Cantone. Conservando nel tempo le sue radici ancorate al volontariato, l'ATTE è passata dalle iniziali forme aggregative a carattere quasi familiare all'attuale struttura organizzativa articolata e complessa, conosciuta e apprezzata per i servizi offerti agli anziani, ma anche per la promozione dei valori legati ai rapporti tra le generazioni. La ricorrenza del 40° offre lo spunto per rivolgere un pensiero riconoscente ai fondatori e alla moltitudine di volontarie e di volontari che in questi decenni hanno contribuito allo sviluppo e al successo dell'Associazione.

Avremmo certo desiderato poterci riunire per festeggiare insieme questo compleanno, ma l'emergenza sanitaria legata alla pandemia ci impone di rinviare ad altro momento le celebrazioni. Affidiamo dunque per il momento alla pubblicazione *Figurine d'antenati*, che propone nove poesie di Fabio Pusterla edite dall'ATTE presso "Alla Chiara fonte" di Lugano, il compito di sottolineare degnamente l'occasione.

Il periodo difficile che tutti – e particolarmente gli anziani – stiamo vivendo da mesi ha creato non poche difficoltà anche alla nostra Associazione, che ha dovuto interrompere o annullare gran parte di ciò che era stato programmato per l'anno in corso. L'ATTE si è comunque sforzata – e intende continuare con impegno su questa via – di essere vicina alle socie e ai soci con molteplici iniziative: per esempio, istituendo il numero verde 0800 00 29 00 (tuttora attivo per chi desidera rompere la solitudine e fare un po' di conversazione), pubblicando edizioni speciali di *terzaetà*, organizzando fin dal marzo 2020 una nutrita e apprezzata serie di corsi online dell'UNIB, e altro ancora. D'intesa con le Autorità dipartimentali si sono riaperti non appena possibile, seppure in maniera strutturata e selettiva, i due Centri diurni socio-assistenziali di Lugano e Biasca e successivamente alcuni dei Centri diurni ricreativi che dispongono di spazi



Il libretto di poesie può ancora essere richiesto dai soci al Segretariato cantonale.

all'aperto. L'improvvisa forte recrudescenza dei contagi ha frenato il processo e imposto un nuovo rallentamento delle attività, che pure erano state predisposte e si stavano per rilanciare, dopo aver organizzato la formazione di parecchi volontari sulle norme igienico-sanitarie da applicare nella situazione contingente. Mentre un certo numero di Centri diurni resta pronto a riaprire non appena ciò risulterà ragionevolmente possibile e in attesa di poter di nuovo organizzare delle uscite a carattere culturale o ricreativo, l'ATTE intende promuovere nelle prossime settimane (informazioni dettagliate seguiranno a breve) sia opportunità per gli interessati di migliorare le proprie competenze digitali, oggi divenute strumento imprescindibile d'informazione, contatto e comunicazione, sia nuove e accattivanti proposte di corsi nell'ambito dell'UNIB.

Nonostante il contesto non facile, cerchiamo insomma di onorare il 40° anno di esistenza della nostra Associazione restando uniti. Con ottimismo e col contributo fattivo di ogni sua componente, l'ATTE saprà superare questa fase complicata della sua esistenza e uscirne rafforzata nei suoi obiettivi ideali.

A nome anche dell'Ufficio presidenziale e del Comitato cantonale, un saluto cordiale alle socie e ai soci, con l'augurio di buona salute a tutti!

Giampaolo Cereghetti, Presidente cantonale dell'ATTE

Monte Generoso, per Natale è in arrivo un secondo poetico DVD

In poltrona, scopriamo il Ticino, le sue rocce, boschi, pascoli, suoni, sentimenti. Ci accompagna la poesia dialettale di Pino Bernasconi, incorniciata dalle immagini del Monte Generoso. Ogni paese ha la sua Montagna Incantata. Ma non lo sappiamo, ci vuole il Poeta che ne riveli i suoi segreti, assieme a quelli dei nostri villaggi arroccati in valle e di bambine, bambini, donne, uomini, maestosi per la loro semplicità. All'alba, si affacciano sui terrazzi erbosi, ma non per vedere il paesaggio, per vedere quel sentimento che dilaga fino al piano lombardo. Nella calura agostana, il fienaiuolo alza la falce verso il sole, stanco, ma si trasforma in figura mitica. E la notte? Quanta notte, si potrebbe misurare, persino pesare, ma tanto difficile da fotografare: è ancora il Poeta che ne svela la magia dei pastori semplici, così uguali a quelli di pascoli vicini o lon-

tanissimi. E sempre solo messaggi di pace, pur nella fatica del lavoro agreste, consguardo benevolo per tutti i santi di ogni cappelletta ticinese. E quanta nostalgia per i tempi passati, per giovinezza ch'è sfuggita tuttavia; ma è una coperta dolce, in armonia, che insieme al poeta scopriamo appena usciamo dalle nostre città.

Per le feste natalizie, quest'anno forse meno fracassone, magari più raccolte e rispettose, l'ATTE torna a distribuire a tutte le case anziane, un nuovo DVD con altre poesie, sempre recitate, e nuove care immagini.

Maggiori informazioni sono ottenibili rivolgendosi al Segretariato cantonale, no. 091 850 05 50.

Avv. Paolo Bernasconi



Galleria di base del Ceneri, una nuova realtà

di Loris Fedele

Quattro anni fa, parlando su queste pagine dell'apertura della nuova galleria ferroviaria Alptransit sotto il San Gottardo, avevo concluso l'articolo ricordando che si era già messa mano allo scavo del Monte Ceneri che, una volta ultimato, sarebbe stato percorribile dal dicembre 2020. A quel punto la nuova trasversale ferroviaria alpina avrebbe permesso un viaggio in treno da Lugano a Zurigo in meno di due ore. Ebbene, adesso ci siamo: i tempi sono stati rispettati e il nuovo Ceneri è stato aperto come previsto.

La galleria di base del Monte Ceneri è lunga 15,4 chilometri. In Svizzera solo il San Gottardo (57 km) e il Lötschberg (34,6 km) sono più lunghi. È una galleria a due canne a binario unico, che corrono parallelamente e che sono collegate ogni 325 metri da cunicoli trasversali. Con questa realizzazione si è inserito l'ultimo tassello alla costruzione della cosiddetta "ferrovia di pianura" attraverso le Alpi. Il 31 agosto scorso, con un atto formale, è avvenuta la consegna da parte del costruttore (la Società Alptransit San Gottardo SA) al gestore (la Ferrovie Federali Svizzere). Il 4 set-

tembre 2020 vi è stata la solenne cerimonia di inaugurazione alla presenza delle massime autorità politiche federali e cantonali. Per la società Alptransit il lavoro non è finito: le spetta ancora il compito di riqualificare le aree di cantiere a Camorino, Sigirino e Vezia. Tutto dovrebbe concludersi per la fine del 2022-inizio 2023 quando Alptransit verrà liquidata per fondersi con le FFS. Sarà la fine di una grande impresa.

Nel 1992 il popolo svizzero votò la decisione di trasferire su rotaia i flussi di merci in continua crescita che attraversavano su strada il nostro territorio. Su questo slancio nel 1998 si fondò l'Alptransit San Gottardo SA, società figlia delle FFS, che avviò il progetto e i lavori. Dal dicembre 2016 merci e passeggeri stanno passando con questa linea ferroviaria sotto il San Gottardo. Proprio perché il tunnel di base si mantiene mediamente alla quota di circa 500 metri sul livello del mare la si definì fin dall'inizio come una "ferrovia di pianura". Tuttavia dopo l'inaugurazione del tunnel del San Gottardo per definirla tale restava da completare lo "spianamento" di un altro osta-

colo, quello del Monte Ceneri, che peraltro era già in corso. Questo altro lavoro ha preso molto tempo. Se vi ricordate fin dalla fine degli anni novanta si costruì un cunicolo di prospezione a Sigirino per verificare e consolidare le conoscenze geologiche sulla zona che lo scavo avrebbe attraversato. Circa dieci anni dopo fu scavata una vera e propria galleria che, rispetto alla linea ferroviaria esistente, affondava quasi perpendicolarmente nella montagna. Molti ticinesi hanno avuto modo di visitarla in diversi anni, durante delle giornate di porte aperte. A quel punto il cunicolo di prospezione diventò un cunicolo che portava l'aria fresca alla principale galleria di accesso alla futura linea ferroviaria di base.

Quest'ultima struttura resta tutt'ora come importante componente della realizzazione della linea del Ceneri. Venne scavata con una grande fresa circolare di quasi dieci metri di diametro e questo è stato l'unico scavo effettuato con una fresa, perché l'intera galleria di base del Monte Ceneri è stata realizzata seguendo la tecnica dell'esplosivo. Se ne sono sparate ben 3'500 tonnellate. Il classico metodo di brillamento delle mine fu scelto per ragioni geologiche. Il tipo di roccia sotto il Monte Ceneri si presentava all'analisi come discontinua. Si preferì quindi scegliere di avanzare solo di pochi metri – alla fine mediamente sono stati 5 metri al giorno – ma in sicurezza, piuttosto che rischiare panne al macchinario della fresa, più efficace nell'avanzamento ma più fragile di fronte a variazioni imprevedibili della roccia. L'ingegnere Alberto Del Col, responsabile della costruzione e della tecnica ferroviaria della galleria di base del Monte Ceneri, in un'intervista al Corriere del Ticino ha detto che nella zona della Val d'Iso, per un chilometro, gli strati rocciosi si presentavano in una posizione parallela alla direzione di scavo, cosa che non va bene perché poco idonea a una perforazione senza crolli. Inoltre più a sud, in linea con la Val Colla, la roccia era sbriciolata e sabbiosa. Queste condizioni hanno fatto sconsigliare l'uso della fresa e avallato la scelta dell'esplosivo. L'ingegnere ha sottolineato che dopo ogni brillamento si poteva scegliere di quanto avanzare a seconda della roccia che si presentava davanti.

Una volta completato lo scavo del tracciato da Camorino a Vezia sono cominciati i lavori di tecnica ferroviaria, che comprendono la posa dei binari, gli impianti elettrici per l'alimentazione e la trazione, l'illuminazione, l'impianto per le telecomunicazioni, i sistemi di sicurezza e di controllo. Poi i rivestimenti dell'intera struttura, facendo molta attenzione alle possibili infiltrazioni d'acqua. Il Ceneri si è rivelato un monte piuttosto asciutto. Infine si è condotta la lunga fase di test. Prima delle strutture, una ad una, senza treni, poi con il passaggio del treno. Quest'anno ci sono state le prove di corsa vere e proprie. A partire dal dicembre 2020 i treni passeggeri potranno passare nella galleria a 250 km/h come velocità massima. Nei test di collaudo si sono provate ripetutamente anche velocità di 275 km/h e si sono

testate diverse tipologie di treni. I convogli merci dovranno invece viaggiare un poco più lenti, al massimo a 160 km/h, a seconda del loro peso e della loro lunghezza. Tra le diverse prove si è verificata anche la fondamentale comunicazione via computer tra i locomotori e i sistemi e le centrali di controllo. Oltre alle prove di velocità negli ultimi mesi si sono provati tutti i sistemi di sicurezza e di evacuazione. L'Ufficio federale dei trasporti ha rilasciato le autorizzazioni per la messa in esercizio. Nella gestione normale passano nel tunnel del San Gottardo 12 treni merci e 4 treni passeggeri ogni ora. Sotto il monte Ceneri le cadenze cambieranno. Ci saranno più treni passeggeri, una dozzina, e otto treni merci. Ciò è dovuto al fatto che una parte delle merci sul piano di Magadino percorre la strada per Luino, evitando il Ceneri. Il potenziamento delle corse passeggeri sotto il monte Ceneri è invece imputabile alla volontà di promuovere la mobilità interna al nostro Cantone, con una linea veloce tra Lugano e Locarno. Si parla della "città Ticino" nella quale i principali poli urbani si avvicinano. Fin da subito possiamo andare da Lugano a Bellinzona in un quarto d'ora, mentre la distanza Lugano-Locarno sulla nuova linea tra pochi mesi potrà essere percorsa in mezz'ora.

Il lockdown provocato dal coronavirus ha generato ritardi sulla tratta Contone-Tenero facendo ritardare di alcune settimane il completamento del nuovo orario 2021 delle FFS. Fino al 4 aprile 2021 ve ne sarà uno provvisorio per poi essere sostituito da quello che segue il programma prestabilito. Con l'ultimazione della nuova galleria ferroviaria il Monte Ceneri, che nella realtà cantonale e nella mente di molti ticinesi è sempre stato una barriera a dispetto delle sue ridotte dimensioni, per le generazioni future probabilmente non sarà che un punto di passaggio da una pianura a un'altra, senza preconcetti o pensieri diversi.

La galleria di base del Monte Ceneri è lunga 15,4 chilometri. In Svizzera solo il San Gottardo (57 km) e il Lötschberg (34,6 km) sono più lunghi. È una galleria a due canne a binario unico, che corrono parallelamente e che sono collegate ogni 325 metri da cunicoli trasversali. Con questa realizzazione si è inserito l'ultimo tassello alla costruzione della cosiddetta "ferrovia di pianura" attraverso le Alpi.



«Quanto mi siete mancati!»

di Mariella Delfanti

Eshkol Nevo è stato tra i cinque finalisti del Premio Lattes Grinzane che si è tenuto ad Alba il 10 ottobre scorso. Il lockdown ha purtroppo fatto sì che i tre candidati stranieri (oltre a Nevo, Daniel Kehlmann, ed Elif Shafak, la vincitrice) non potessero partecipare di persona all'evento. Il Premio ha però messo a disposizione dei giornalisti dei collegamenti in streaming. In quella occasione lo abbiamo avvicinato.

Mr. Nevo, questa è un'autobiografia camuffata da romanzo o è un romanzo camuffato da autobiografia?

«L'ho iniziato come un gioco che giocavo con me stesso: mi ponevo delle domande e cercavo di rispondere nel modo più onesto possibile, dicendo la verità brutale, schietta e sincera. Ma dopo tre o quattro mesi mi sono fermato, ho dato uno sguardo al testo e mi sono reso conto che stavo scrivendo un romanzo: c'erano i personaggi, i motivi principali, c'era una trama e tutto il resto. Così mi sono gradualmente allontanato dalla forma dell'autobiografia per avvicinarmi alla finzione letteraria. Rompere il formato tradizionale della trama mi ha permesso di ritornare all'autenticità che avevo agli inizi, quando ero più immediato, come scrittore. In realtà comunque anche nei miei romanzi precedenti, come *Tre piani* o *La simmetria dei desideri* c'è la stessa combinazione di elementi autobiografici e finzione letteraria».

Il suo protagonista ha anche dei lati oscuri. Qual è il suo lato oscuro?

«Non so se mi porto dentro un lato oscuro ma certo un lato cupo di tristezza. Quando avevo vent'anni e anche da adolescente, quando giravo il mondo con lo zaino in spalla o prestavo servizio militare, mi sentivo sempre consumato da una sorta di nostalgia e infelicità che mi portava a ri-

muginare sul passato e non mi permetteva di apprezzare quello che stavo vivendo nel presente. Rimpiangevo sempre quello che avevo lasciato. Quindi probabilmente apparivo come un ragazzo molto melanconico. In quanto scrittore ho trasportato questa nostalgia e quei desideri inespresi nei miei personaggi e questo è molto liberatorio. Non ho superato definitivamente la mia nostalgia o tristezza interiore ma, scrivendo, si ha la possibilità di dare un significato a quei rimpianti e sentimenti che tutti abbiamo provato nella vita. Sono emozioni nelle quali un lettore può identificarsi e scoprire che è qualcosa di condiviso».

La storia dell'autobiografia del sopravvissuto alla Shoah può essere letta come una metafora o un'allegoria della posizione di uno scrittore ebreo oggi nei confronti della Storia?

«Mi fa piacere che abbia scelto uno degli episodi più divertenti del romanzo. Non è un diretto richiamo all'Olocausto o quantomeno non solo all'Olocausto, ma piuttosto alla relazione che intercorre tra l'identità israeliana e l'identità ebraica. Quando uno nasce e cresce in Israele non pensa a sé stesso come a un ebreo, o per lo meno quello non è il primo elemento della sua identità, perché noi, in primo luogo siamo israeliani, non siamo quegli ebrei erranti protagonisti della diaspora

Nella foto Eshkol Nevo seduto sulla poltrona nel salotto di casa sua. Pubblicata da Neri Pozza, "L'intervista" è tradotta in italiano da Raffaella Scardi (pp. 413).

L'ULTIMA INTERVISTA

Durante una conferenza di presentazione di un suo libro in Germania, il narratore viene avvicinato da un distinto signore che con fare solenne gli mette nelle mani un tomo di novecentotrentasei pagine con l'autobiografia di un sopravvissuto all'Olocausto. Lo scrittore racconta di aver «dimenticato» il libro per ben tre volte, nella sua stanza d'albergo prima e all'aeroporto poi, ma malgrado la sua distratta complicità, esso gli viene puntualmente recapitato dai solerti testimoni e

custodi di un passato che non potrà mai essere ignorato. È solo un episodio, in questo bellissimo ultimo romanzo dell'autore israeliano, che in realtà parla di altro, ma non si esime dalle risposte a domande scomode e ricorrenti, anche relative all'attualità (come si vede nell'intervista a fianco), concepito come un'intervista che l'autore concede ai suoi lettori sul web. Veniamo così a conoscere da vicino un alter ego dello scrittore in crisi personale e creativa, confrontato con le problematiche di coppia, e le impegnative richieste della paternità. E se

l'amore per moglie Dikla è il fil rouge che attraversa il romanzo, molti altri aspetti dell'essere israeliani oggi vengono presentati, anche nel quadro di una precaria convivenza con la controparte palestinese. In controluce c'è una storia personale di maturazione che culmina negli interrogativi del presente, che sono privati ma anche universali. E soprattutto raccontati con la leggerezza e la maestria del grande affabulatore.





Eshkol Nevo è nato a Gerusalemme nel 1971 e ha vissuto tra Israele e gli Stati Uniti. Ha lavorato come pubblicitario, prima di dedicarsi alla scrittura e all'insegnamento della scrittura creativa.

UN ROMANZO TICINESE

«La soluzione a volte è in un club di scambisti»

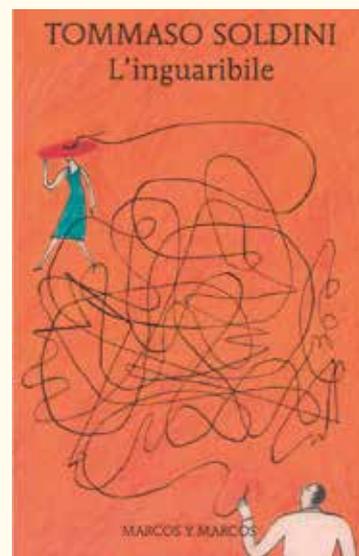
Nel romanzo di Tommaso Soldini un tema antico segue percorsi nuovi che violano le aspettative del lettore

Alla sua seconda prova di narrativa, in questo romanzo intitolato *L'inguaribile* (pp.318) Tommaso Soldini affronta un tema antico come l'ossessione amorosa e lo declina in percorsi nuovi: post psicanalitici, surreali, ironici, spiazzanti.

Su una trama assai sciolta che copre una manciata di giorni tra il giugno del 2024 (!) e il settembre del 2025, si innesta il racconto di come da una passione si esca malconci, inadempienti e contraddittori, mai

del tutto sanati. Al punto che, malgrado le apparenze, è assai improbabile etichettare questa come una storia a lieto fine, anche perché quello che interessa a Michele, il protagonista, ossia riconquistare l'amata, non è quello che interessa al narratore. Al quale preme invece vagabondare tra generi narrativi diversi, dall'erotico, al poliziesco, al metanarrativo.

In sintesi Michele, alla ricerca della moglie che l'ha lasciato, entra in un luogo per scambio di coppie e inizia un viaggio in una specie di bordello psicanalitico che si conclude con un'ambigua catarsi finale. Tra ammiccamenti vari a opere letterarie e cinematografiche (da *Eyes Wide Shut* al *Castello di Atlante* ad *Alice nel paese delle meraviglie*), citazioni colte, dosate con ironia, e un protagonista congenitamente inane, piuttosto antipatico, pieno di difetti, lo stesso autore sembra non volersi prendere troppo sul serio. Lo rivela anche la parte "poliziesca" del romanzo, dove la ricostruzione dei fatti è basata sulla capacità inventiva di Michele, investigatore labile, ma giornalista creativo, assai vicino, in questo caso, al narratore reale che fa una specie di coming out. Siamo di fronte a un libro originale e provocatorio, perché mette continuamente alla prova il nostro attaccamento alla trama, e proietta nel regno dell'assurdo emozioni e comportamenti umani tuttavia riconoscibilissimi e in cui ci possiamo identificare. A riportare nel regno del reale quello che sembra evaderne è anche l'uso del linguaggio: moderno, incisivo, sofisticato, ma anche scanzonato, ironico a volte vernacolare, un modo molto originale dell'autore per dirci che è uno di noi.



che si sono sparsi per tutto il mondo: abbiamo un'identità nuova. Ma poi viaggiando per promuovere i miei libri nel mondo, ho incontrato altri ebrei e ho capito che abbiamo molte cose in comune. E questo ci apre molte porte su come percepiamo l'identità ebraica in quanto israeliani».

Nel suo libro qualcuno rimprovera agli scrittori di «tenersi in disparte» dalla politica e dall'impegno civile. Lei come la pensa?

«Guardi, qui nella mia stanza, ci sono tutti gli attrezzi per le attività di manifestante. Nelle ultime nove settimane si sono succedute le dimostrazioni pubbliche contro il primo ministro israeliano, contro una democrazia sempre più corrotta, per ristabilire la sacralità del sistema giudiziario e il rispetto di questo sistema. È stata una delle manifestazioni più appassionate della nostra storia, pur in una situazione molto particolare a causa del Covid. Come scrittore io ho usato le armi a mia disposizione: le parole. Ho scritto articoli, firmato petizioni per chiedere le dimissioni del primo ministro, non adatto visti i suoi precedenti penali. Amo molto il mio Paese e penso che è mio dovere essere attivo politicamente perché le mie figlie vivano in un paese libero e democratico».

Nei prossimi mesi uscirà il film di Nanni Moretti ispirato a Tre Piani. L'ha visto?

«Ho visto solo alcune scene e sono ottime. Sono molto curioso del prodotto finale, perché le letture altrui mi aiutano a fare chiarezza. Quando ho scritto *Tre Piani*, non sapevo esattamente di che cosa si trattava; semplicemente sono stato catturato da una storia che era importante per me. Due mesi dopo che il libro era stato pubblicato, è uscita una recensione in Israele che diceva *Tre Piani*, ovvero il lato oscuro dell'essere genitori. Ho letto la critica e ho capito che sì quello era il vero soggetto del libro, ma all'inizio non lo sapevo. Dovevo essere inconsapevole, per riuscire a scriverlo, perché se l'avessi saputo probabilmente ne avrei avuto paura».

Le è mancato il contatto con il pubblico durante il lockdown?

«Moltissimo. A differenza di molti scrittori misantropi che si rifugiano nei loro libri, io amo la gente e mi piace incontrare i lettori. In quel periodo ho scritto molto, ho finito un libro e scritto racconti. Ma mi è mancato tutto il resto. Dobbiamo resistere».

La “ghianda di Zeus”: le castagne nella storia e nella cultura popolare

Intervista con Silvio Bindella, presidente dell'Associazione Museo etnografico della Valle di Muggio

di Veronica Trevisan

Una leggenda racconta che in origine le castagne erano tutte perfettamente lisce, senza ricci, dunque era facilissimo raccoglierele. Un bel giorno, un uomo e sua moglie erano in giro per il bosco a cercare delle belle castagne, quando gli si parò davanti uno gnomo malvagio, che disse: “Qui non si può raccogliere castagne! Qui comando io!” I due rimasero di sasso. “Ma come, non possiamo” rispose l'uomo, “questo posto è nostro!” “Niente da fare! Adesso vi faccio vedere io!” Detto fatto, lo gnomo fece crescere attorno alle castagne dei ricci così duri e fitti da non poterle più toccare senza farsi male. L'uomo non si fece intimorire e disse alla moglie: “Non avere paura. Adesso guarda cosa faccio”. Prese un riccio e con un coltello gli incise un segno a forma di croce, così la castagna si aprì facilmente. Ecco perché, ancor oggi tutti i ricci hanno un segno a forma di croce. Questa leggenda, narrata, con qualche differenza, anche da Virgilio Chiesa e da Ugo Canonica, è una delle tante storie che, oltre a spiegare in modo fantastico la forma o la natura di alcuni fenomeni naturali, rievoca l'immagine di una perduta età dell'oro, un'epoca mitica in cui l'uomo viveva in comunione con la natura e poteva quindi accedere al cibo facilmente e senza ostacoli. È solo una delle tante storie legate alle castagne. Queste, originarie dell'Asia Minore, e ormai da molti secoli ampiamente diffuse in Europa, hanno da sempre anche una valenza magica e sacra. Già nel I secolo d.C. i Romani mangiavano le caldaroste e ne facevano delle farinate e del pane che consumavano durante le astinenze rituali nei culti della madre terra. Inoltre, la castagna è simbolicamente connessa al culto dei morti. I giorni del



31 ottobre e primo novembre, nei quali si celebra Ognissanti (ossia la morte e la rinascita come asunzione divina, di tutti i santi) e la Commemorazione dei defunti, erano un tempo, nelle terre abitate dai Celti, dall'Irlanda alla Spagna, alla Francia all'Asia Minore, al nord Italia, i giorni che sancivano la fine di un anno e l'inizio dell'altro. In Irlanda si credeva che, in un rimescolamento cosmico, i morti potessero entrare in contatto con i vivi. Sono molte le leggende legate a questo periodo, che vedono protagoniste le castagne. In Francia, vi era l'usanza di mettere delle castagne sotto il cuscino per evitare che gli spiriti venissero a tirare i piedi la notte, in Piemonte si consumavano il giorno dei morti e a Venezia il giorno di San Martino. In molte aree europee, fino a pochi decenni fa, vi era l'uso, da parte della povera gente, di andare di porta in porta a mendicare castagne il giorno dei morti.

Oltre a tutte queste funzioni, le castagne hanno a lungo costituito – e ancor oggi lo fanno – una importante fonte di cibo, soprattutto nei mesi invernali, data la loro alta conservabilità. Raccolte fra l'inizio di ottobre e i primi di novembre, possono essere conservate per mesi e consumate fino all'affacciarsi della primavera. I metodi per conservarle, tradizionalmente, sono molteplici. Uno fra questi è l'essiccazione. A Cabbio è stata rimessa in funzione dal Museo etnografico della Valle di Muggio un'antica graa, ossia un edificio deputato all'essiccazione delle castagne.

Grazie alla disponibilità e alla competenza del presidente dell'Associazione Museo etnografico della Valle di Muggio, Silvio Bindella, possiamo scoprire come funziona.

Intanto chiediamo qualche informazione sulla graa. «Un tempo le graa erano molto diffuse in Ticino. Si tratta di piccoli edifici in pietra in cui due piani sono divisi da un graticcio. La graa di Cabbio è un edificio che risale probabilmente all'Ottocento. Dopo essere caduta in disuso nella seconda metà del secolo scorso, come tante strutture un tempo presenti nelle zone rurali, è stata restaurata e rimessa in funzione 23 anni fa, nell'ambito del progetto Paesaggio Antropico.



Oggi, anche grazie al contributo di molte persone e dei proprietari, la graa di Cabbio è tornata pienamente in funzione. »

Come avviene il processo di essiccazione delle castagne e quanto dura?

Intanto va detto che l'intera attività avviene grazie alla collaborazione fra lo staff del museo e la popolazione, che partecipa attivamente e con interesse (un interesse che in questi ultimi anni è in crescita). La successione delle attività è la seguente: di solito le persone a inizio ottobre vengono da noi portandoci le castagne che hanno raccolto. Noi teniamo, ovviamente, traccia della quantità che ci viene consegnata e poi le mettiamo tutte insieme, aggiungendo anche quelle che raccogliamo noi del museo. Poi le castagne vengono collocate tutte sul graticcio della graa per avviare il processo di essiccazione. Nelle annate buone, possiamo arrivare a raccogliere 14 quintali di castagne (un tempo se ne caricavano oltre 30). È un'attività che dura almeno tre settimane, durante le quali, giorno e notte, le castagne seccano lentamente al calore della brace (non ci deve essere fiamma), sotto un controllo costante, per verificare che la brace non si spenga mai. Il legno ideale per la brace è proprio quello di castagno, perché brucia lentamente. Ogni dieci giorni circa, le castagne vengono girate per garantire un'esposizione omogenea.

E poi che succede?

Poi il processo si articola in tre parti: prima le castagne vengono inserite in un sacco di tela chiamato *la sachéta*, con il quale si effettua il ritmato gesto della battitura, per separare il frutto dalla buccia. A seguire, castagne e bucce vengono collocate sul ventilabro (*al vâl*), una sorta di cesta larga e piatta, sulla quale, con movimenti ritmici, si eliminano la buccia e la pellicola.

Poi c'è la cernita manuale, dove le castagne sono passate una ad una, per togliere gli ultimi residui di bucce ed eliminare i frutti imperfetti, che si danno generalmente agli animali. Infine, una ultima pulizia finale, per grattarle e pulirle. Queste fasi oggi si svolgono in pubblico mentre in passato erano più le singole famiglie a gestirle.

Quante tipologie di castagne ci sono?

Il castagno è una specie molto diffusa in Ticino, prevalentemente nelle vallate subalpine. Ha decine di varietà. Per la graa sono ideali quelle piccole, che mantengono i ricci chiusi. I celebri marroni invece, più grossi, provengono più dall'area di Cuneo, in Piemonte.

Qual è oggi la situazione delle selve castanili?

I terreni su cui sorgono le selve castanili, ossia i castagneti da frutto, storicamente erano di proprietà del Patriziato, istituzione ancor oggi presente in Ticino e che affonda le sue radici in epoca romana. Ancor oggi resiste la memoria dello *jus plantandi*, ossia il diritto che consentiva

ai patrizi di possedere una o più piante su un terreno appartenente alla comunità. Le selve castanili sono vere e proprie coltivazioni, non boschi spontanei, e avevano anche la funzione di prati agricoli. L'erba della selva castanile era fonte di cibo per gli animali, ma i castagni possono avere molte altre funzioni: pensiamo alla produzione di legname, o al miele di castagno o a tutti i frutti del sottobosco, funghi compresi. Oggi le selve castanili sono ancora molte, ma meno estese che in passato, e in assenza di cure inselvaticiscono facilmente. La selva castanile sopra Caneggio è stata recuperata grazie ad un progetto del MEVM, del comune – che oggi si fa carico del suo mantenimento – e della RVM ed è stato sostenuto dal Fondo Svizzero per il paesaggio.

Quali altri metodi di conservazione esistono?

Numerosi. C'è la *ricciaia*, ossia la creazione di mucchi di castagne rimaste nel riccio e cadute prematuramente dall'albero, poi ricoperte di foglie. Oppure la *novena*, che consiste nell'immergere le castagne in acqua e poi farle asciugare al sole.

Abbiamo detto che le castagne sono state una importante fonte di nutrimento. Che cosa si poteva preparare con questi frutti?

Gli usi in campo alimentare erano e sono tuttora molteplici: le castagne potevano essere consumate bollite, arrostiti ma anche crude. La farina di castagne poteva essere mangiata da sola oppure utilizzata per fare una sorta di polenta, da consumare poi con latte o vino. Ma anche minestre, bevande, pane, gnocchi o dolci (basti pensare al castagnaccio).

Ma non finisce qui: i benefici delle castagne si estendono alla farmacopea. A lungo, nelle campagne, le foglie, che contengono tannino, sono state usate contro reumatismi e bronchiti. La fitoterapia moderna sta tornando a utilizzarle. E, si sa, ora più che mai il tema della salute è al centro dell'attenzione. Dunque, in questi mesi invernali è ancora tempo di apprezzare il sapore e i benefici di questi frutti. E chi non le avesse raccolte a suo tempo, niente paura: nelle piazze cittadine e nei borghi, specie in occasione di fiere e sagre, per fortuna ci sono ancora i venditori di caldarroste.

Foto: in alto, un momento della battitura delle castagne, per separare il frutto dalla buccia.

Sotto, a sinistra, il ventilabro on le castagne, per eliminare le bucce e le pellicole, a destra, la fase della cernita manuale, dove si tolgono gli ultimi residui di bucce.



Fede, carità ed educazione

L'opera benefica di Angela Antonia Vanoni (1804-1891), fondatrice dell'Istituto Vanoni a Lugano.

di Vanessa Bignasca*

Angela Antonia Vanoni nacque a Lugano il 3 maggio del 1804, ultima figlia dell'unione di Clemente Vanoni e di Teresa Brentani. La numerosa famiglia era composta dai tre fratelli Bernardo, Antonio e Giuseppe e dalle quattro sorelle di Antonia: Marianna, Francesca, Giuseppa e Giacoma. Patrizi di Lugano, ma anticamente originari di Ponte Tresa, i Vanoni costituivano un'importante famiglia luganese di commercianti, i cui membri si distinsero anche nel mondo della politica e della beneficenza. Il padre Clemente fu deputato in Gran Consiglio dal 1808 al 1815, comproprietario di una raffineria di sali a Locarno a partire dal 1814, nel 1812 e nel 1819 ottenne delle concessioni per l'estrazione di oro e ferro dalle miniere di Ponte Tresa e Miglieglia. Il primogenito Bernardo continuò a occuparsi degli affari di famiglia in seguito alla scomparsa del padre nel 1828; medico di professione, fu sindaco di Lugano dal 1827 al 1830 e in seguito deputato in Gran Consiglio (1832-1834 e 1839). Il fratello Giuseppe gestì per anni una bottega di tabacchi in città; dal 1839 al 1845 fu deputato in Gran Consiglio e municipale di Lugano. Il fratello più giovane Antonio, colonnello della Guardia Civica di Lugano, viene ricordato per il legato di 80'000 lire che predispose per la fondazione di una scuola di fisica sperimentale e di storia naturale nel comune di Lugano, in seguito accorpata al liceo cittadino.

Fu l'ultimogenita Antonia a distinguersi nel campo della beneficenza, nel nome di quella carità cristiana che aveva conosciuto nuova linfa nella seconda metà dell'Ottocento. Furono in effetti numerose le iniziative benefiche promosse dai singoli cittadini, spesso con l'apporto determinante delle congregazioni religiose, che contribuirono a sopperire l'assenza di un intervento statale nell'ambito dell'assistenza e della carità. Va infine considerato che in quel periodo le opere caritative costituivano per le donne una delle poche possibilità di svolgere un'attività pubblica, in grado di consentire loro di uscire finalmente dalle mura domestiche e di partecipare al bene comune.

L'abbandono della vita monastica

Antonia trascorse gli anni della sua gioventù tra la casa Vanoni di via Nassa, la bottega di alimentari di famiglia nella quale prestava aiuto di tanto in tanto e la chiesa. Non disponiamo di nessuna notizia relativa agli studi effettuati dalla giovane luganese: possiamo tuttavia affermare con certezza che non era illetterata, contrariamente a buona parte delle donne dei ceti meno abbienti del suo



tempo. Animata da una fede sincera, Antonia entrò nel Monastero di San Giuseppe quale probanda il 7 giugno 1827, all'età di ventitré anni, pare contro il volere della propria famiglia. Dopo sei mesi appena, abbandonò di sua volontà la vita monastica, ma soltanto per un breve periodo; vi ritornò infatti poco tempo dopo, completando il suo percorso di fede con la Santa Vestizione. Prese il nome di suor Teresa Crocifissa ma a soli dieci mesi dalla cerimonia la novizia fu costretta ad abbandonare definitivamente il Monastero a causa di problemi di salute (4 ottobre 1828).

Poco o nulla si sa della vita di Antonia tra il definitivo abbandono del convento delle Cappuccine e il 1867, anno in cui diede avvio all'opera di carità alla quale legherà durevolmente il proprio nome. È tuttavia ipotizzabile che in quegli anni abbia continuato a dedicarsi alla «contemplazione» e alle «opere pie a sollievo del prossimo», due pilastri fondamentali della sua vita secondo le Memorie del fratello Antonio. Con ogni probabilità visse sempre a Lugano nel palazzo di famiglia insieme alla sorella Giacoma, anch'essa non sposata.

L'orfanotrofio di via Nassa

A partire dal 1867 Antonia iniziò ad accogliere in casa propria alcune fanciulle luganesi dopo la messa domenicale, organizzando giochi e attività, quasi fosse un oratorio festivo. Soltanto in seguito le prime ragazze, sei in tutto tra le più sfortunate, furono accolte stabilmente in via Nassa, dove beneficiavano del vitto, dell'alloggio e di un'istruzione adeguata: iniziò qui la storia dell'orfanotrofio femminile Vanoni, inaugurato ufficialmente il 7 dicembre 1871. L'impresa sarebbe stata difficilmente realizzabile senza il sostegno dei canonici della cattedrale di San Lorenzo e soprattutto di don Carlo Conti, di don Giovanni Solari e dell'arciprete don Giovanni

*storica

© Associazione Archivi Riuniti delle Donne Ticino (AARDT).

Lo studio biografico è stato realizzato nel 2014, nell'ambito del progetto *Tracce di donne – Biografie femminili ticinesi del XIX e XX secolo*. Fonti e bibliografia sono consultabili sul sito internet www.archividonneticino.ch/ (sezione *Tracce di donne*).

Crediti fotografici: Istituto Vanoni; Alain Intraina, Studio Stellanova, Lamone

Riva, che sin dall'inizio si adoperarono personalmente per l'istituto, assicurandone in particolar modo il finanziamento tramite la raccolta di offerte tra i fedeli. Ben presto Antonia si vide impossibilitata a soddisfare personalmente le esigenze delle ragazze; pertanto la gestione dell'istituto venne affidata alle donne della Congregazione laica di San Giuseppe di Saronno, che furono attive a Lugano fino al 1879. Tuttavia, continuò ad occuparsi attivamente dell'Orfanotrofio per tutti gli anni Settanta: oltre a partecipare al finanziamento dell'istituto con un contributo di 1'000 franchi annui, prese parte al Consiglio direttivo, completato da alcuni noti ecclesiastici luganesi. Tra le questioni più complesse affrontate dalla Vanoni rientra la sostituzione delle Pie Donne di Saronno, la cui congregazione andava progressivamente disgregandosi. La soluzione venne identificata nelle Suore Insegnanti della Santa Croce di Menzingen e fu resa possibile grazie al radicale cambiamento del clima politico determinato dalle vittorie elettorali dei conservatori. Dopo lunghe trattative, nelle quali intervenne pure l'allora vescovo di Basilea Eugenio Lachat su richiesta esplicita della Vanoni stessa, e un primo rifiuto da parte della madre generale suor Strickler, due sorelle della Congregazione arrivarono per la prima volta in assoluto in Ticino nel settembre del 1880. Da quel momento iniziò la lunga e proficua opera delle suore di Menzingen in Ticino, che si estese successivamente anche ad altri istituti scolastici, agli ospedali e alle case di riposo.

Nel frattempo, le ospiti dell'Orfanotrofio non cessarono d'aumentare, al pari delle loro esigenze: per questo motivo nell'autunno del 1883 la sede venne trasferita nell'edificio del vecchio asilo comunale in Piazza Funicolare, l'odierna Piazza Cioccaro. Lì restò fino al 1892, quando avvenne il trasloco definitivo nella sede di via dei Prati, oggi strada dedicata a Rinaldo Simen.

La Fondazione

Nel corso degli anni Ottanta, Antonia Vanoni, ormai anziana, sentì probabilmente l'urgenza di garantire una continuità all'opera caritativo-assistenziale da lei iniziata. Il 9 giugno 1888 venne così istituita l'omonima Fondazione, il cui atto costitutivo ne specificava gli scopi, le modalità dell'amministrazione e il finanziamento. Il capitale iniziale fu messo a disposizione dalla benefattrice, da Don Andrea Primavesi e da Don Giovanni Solari, e sarebbe stato successivamente gestito dai cinque membri del Consiglio direttivo.

L'istituto femminile Sant'Anna

L'intraprendente donna luganese fu all'origine di un'altra iniziativa con scopi educativi sul suolo cittadino: nel 1879 fondò una scuola femminile con l'obiettivo di istruire le giovani secondo i principi religiosi. Tale progetto fu certamente favorito dalla reintroduzione del principio della libertà d'insegnamento nella costituzione cantonale, tramite la «Riformetta» del 1875, e dalle

successive disposizioni legislative che eliminarono progressivamente i dispositivi anticlericali inseriti precedentemente nelle leggi scolastiche per mano radicale.

Inizialmente la direzione del Collegio venne affidata alla milanese Cherubina Sala, sostituita a partire dall'anno scolastico 1881-1882 dalle Suore di Menzingen. Nacque così ufficialmente il nuovo Istituto femminile Vanoni. Nel 1886 la storia dell'Istituto scolastico conobbe una nuova svolta: al cambiamento di sede, da un piano intero della casa Vanoni a un palazzo situato nei pressi del Convento delle Cappuccine (sull'odierno corso Pestalozzi), coincise la nuova denominazione di Istituto femminile Sant'Anna.

La donazione del palazzo di via Nassa

Infine, Antonia Vanoni viene inoltre ricordata per un'altra iniziativa benefica, che dev'essere compresa nel contesto dell'annosa questione diocesana, parzialmente risolta con la nomina di Eugenio Lachat quale amministratore apostolico per il Ticino (1° agosto 1885). Probabilmente mossa dalla sua grande fede e dalla volontà di assicurare alla sua città natale la presenza del futuro vescovo della Diocesi ticinese, Antonia Vanoni offrì al Consiglio di Stato ticinese il proprio palazzo di via Nassa, da destinarsi esclusivamente a residenza vescovile. A meno di un anno di distanza le condizioni della donazione vennero da lei riformulate: il palazzo avrebbe potuto essere destinato genericamente per scopi religiosi, a patto che il vescovo mantenesse residenza stabile a Lugano. Così fu, e per diversi anni costituì la sede del seminario, prima di diventare episcopio.

Antonia Vanoni morì il 9 gennaio 1891, all'età di 87 anni. La storia dell'Orfanotrofio continua invece ai nostri giorni: cambiati i tempi e le esigenze, l'Istituto Vanoni è oggi un riconosciuto centro educativo minorile.



Foto: sopra un ritratto di Antonia Vanoni, qui a lato i Benefattori Orfanotrofio femminile Vanoni, fino al 1968

Rapsodia in rosso-blu - Ritratti di appassionati di jazz

Stefano Wagner e l'arte di "guardare i dischi"

di Alessandro Zanoli

Parlando con Stefano Wagner, ingegnere di Massagno con una grande passione per la musica e, soprattutto, per i dischi, chi scrive ha potuto riflettere molto. Si è reso conto infatti che nell'anima di ogni cultore di jazz si nasconde un incallito collezionista. L'amore per questo genere musicale (così come quella per la letteratura, la cucina, ecc.) rischia spesso di trasformarsi in un'attitudine un po' maniacale. Una lenta, inesorabile, inesausta costruzione di un patrimonio di conoscenze e di reperti che si espande costantemente, assecondando personalissimi gusti e predilezioni. Soltanto inevitabili considerazioni di tipo economico e logistico riescono, a volte, a limitarne la portata.

«La mia passione da collezionista» ci racconta «è nata negli anni 90, dopo aver scoperto in soffitta una vecchia scatola di LP degli anni 70. Erano stati relegati lassù dall'avvento dei più moderni CD. E invece in quell'occasione mi sono trovato ad ammirare la copertina di dischi storici, come l'album *Mingus* di Joni Mitchell, oppure *8.30* del Weather Report. Era come se mi rendessi conto per la prima volta della bellezza delle loro illustrazioni. Da quella presa di coscienza è venuto fuori una sorta flashback ventennale». A colpire Wagner in quel momento non era solo il contenuto musicale, quindi, ma anche quello visivo. Come se avesse rivalutato l'oggetto "disco", ma con l'occhio attento alle sue qualità grafiche.

Da lì è cominciata un'esplorazione che si è progressivamente specializzata. «In concomitanza con la nascita del web, si erano ampliate anche le possibilità di entrare in contatto con chi condivideva la stessa curiosità. Il salto verso il collezionismo» ci confida «fa nascere una sorta di frenesia, alla ricerca di cose strane che alla fine hanno un contatto anche abbastanza relativo con la musica. Ad esempio la ricerca assidua di copertine particolarissime e anche rare, magari caratterizzate da errori di stampa, ti immerge in un mondo di cose dal valore effimero ma, al momento dell'acquisto, assolutamente concreto».

Nel corso di questo percorso di specializzazione Wagner individua settori di interesse ancora più specifici: ad esempio quello legato alle copertine dell'illustratore Paul Bacon, attivo a partire dagli anni 50-60, oppure quello delle ristampe britanniche della casa discografica Esquire, tratte dagli originali americani dell'etichetta Prestige. Wagner spiega: «Sono gli anni in cui si assiste a una produzione musicale che diventa lentamente di massa. Tra gli anni 20 e 40 l'industria musicale era di nicchia o, meglio, di élite. Nel momento del boom economico, invece, l'imbballaggio diventa un elemento fondamentale nel processo

delle vendite. Gli "art designer" trovano un loro posto nel processo di creazione ed elaborazione dei prodotti. Il mercato discografico risponde alle stesse logiche e sulle copertine dei dischi iniziano ad apparire i nomi di chi si occupa di questi aspetti: c'è chi si occupa delle liner notes, chi si occupa della registrazione, chi si preoccupa della direzione artistica e chi delle foto: una combinazione di quattro professionisti che si vedono ricorrere molto spesso nei prodotti delle specifiche case discografiche».

«Io mi sono appunto concentrato sul lavoro dell'art director, seguendo l'evoluzione del concetto grafico. Come collezionista ho scelto di focalizzarmi sulle pubblicazioni di un'etichetta in particolare, la Prestige. Ne esistevano altre, come la Blue Note, ma questa è molto più famosa e battuta dai collezionisti. La cosa curiosa è che studiando quel mondo, ho scoperto che è stato un settore della grafica molto ben frequentato dagli artisti dell'epoca: si trovano persino delle copertine firmate da Andy Warhol. Io invece ho scelto di studiare a fondo il contributo di Bacon, uno dei protagonisti più esemplari di quel periodo».

A Wagner interessa approfondire gli aspetti visivi nei vari dettagli e nelle forme: «Sono estremamente interessanti le tecniche utilizzate, molto moderne: c'è un lavoro intenso sui caratteri grafici, sui collage e i montaggi. Insomma si ricorre a tutte le innovazioni permesse dalla nuova tecnologia fotografica e tipografica. È curioso notare come non esista (contrariamente a quanto si pensi) un rapporto evidente tra la creazione artistica visiva e il contenuto musicale. Ciò è dimostrato dal fatto che gli stessi album vengono pubblicati in varie parti del mondo con copertine diverse, a seconda dell'intuizione degli art director delle varie regioni. E qui il collezionista può sfogare la sua passione per la ricerca,





incamerando nella sua raccolta anche dieci diverse edizioni dello stesso identico album musicale». Secondo l'opinione di Wagner, in un certo senso, sarà l'involucro a prendere il sopravvento sulla musica, stabilendo delle associazioni ricorrenti tra imballaggio e prodotto (si vedano ad esempio le copertine dei dischi di Miles Davis illustrate da Don Martin).

Da un punto di vista collezionistico, a confermare questa autonomia dell'opera grafica rispetto al contenuto musicale c'è un fenomeno particolare: «A un certo momento di quegli anni 50, la casa discografica Riverside decide di ripubblicare con la nuova tecnologia dei dischi di vinile le vecchie incisioni in "shellac" a 78 giri uscite negli anni 20-30. Erano i mitici "Race Records" della Paramount, che vennero riscoperti e resi accessibili a un pubblico più ampio. La Riverside li riconfeziona con copertine "moderne" e li rilancia sul mercato, con grande successo».

Insomma, possiamo dire che da collezionista Stefano Wagner si è trasformato in una sorta di storico del jazz. La ricerca assidua, puntigliosa, lo ha spinto ad approfondire l'evoluzione storica del genere musicale, soprattutto nei suoi aspetti tecnico-industriali, cosa che è essenziale per conoscere il fenomeno. I risultati delle sue ricerche sono confluiti nei suoi due libri, pubblicati in occasione di due mostre, *A story of jazz covers. I Prestige della collezione di Stefano Wagner*, Biblioteca cantonale di Lugano, 2016 e *Il graphic design delle copertine jazz*, Dadò, 2018. Una scelta dei suoi dischi sono stati tra l'altro esposti anche a Chiasso, durante la mostra organizzata allo Spazio Officina "Un secolo di Jazz. La creatività estemporanea", nella primavera 2017. E in futuro è addirittura prevista una esposizione delle copertine che testimoniano delle continue relazioni transatlantiche tra Stati Uniti e Gran Bretagna, nel contesto del prestigioso EFG London Jazz Festival 2020.

Le pubblicazioni di Wagner danno modo agli appassionati di sviluppare una serie di affascinanti riflessioni che escono dal campo "mitico"

della storia musicale afro-americana per affrontare aspetti concreti, economico-strutturali, che sono assolutamente essenziali per una comprensione globale del fenomeno jazzistico. La raccolta di Wagner, a questo punto, diventa essenzialmente un documento, estremamente personale e unico. Il frutto di una ricerca svolta con un atteggiamento sistematico: in questo, la formazione ingegneristica di Stefano Wagner, l'attitudine a una indagine concreta e strutturata, lo ha aiutato, senza alcun dubbio.

Esistono poi altri aspetti psicologici, in rapporto alla pratica del collezionismo. E qui l'ingegnere si trova a riflettere, a cercare di razionalizzare impulsi a volte poco razionali. Ci spiega: «Spesso la ricerca conduce a voler ottenere oggetti di cui è difficile giustificare il prezzo. Voler possedere l'esemplare più raro mette a volte di fronte a ragionamenti al limite della ragionevolezza, e qui si tocca concretamente il tema della "follia del collezionista". Ma c'è un altro elemento importante, che riguarda la longevità di una collezione. Finché esiste il collezionista la sua raccolta ha un senso, ma ad esempio i suoi discendenti possono benissimo non condividere la stessa passione, per cui il lavoro di una vita perde improvvisamente ogni valore. La paura di ogni collector» confida Stefano Wagner «è che il lavoro di tutta una vita sia destinato alla discarica...».

Il problema è assolutamente concreto e, per trovargli una soluzione, oltre Gottardo è nata l'Associazione swissjazzorama, Archivio del jazz, (www.swissjazzorama.ch) che si occupa proprio di conservare donazioni di album, libri, poster, persino strumenti musicali, appartenenti a collezioni di privati. È un'istituzione attiva nella Svizzera interna e c'è da chiedersi se non sarebbe necessaria anche in Ticino una simile iniziativa. «Anche da noi si nota uno straordinario interesse per il mondo jazzistico. I molti appassionati stanno raccogliendo un patrimonio importante, che potrebbe essere messo a disposizione di altri interessati nel territorio. Cos'è una collezione, in fondo, se non può essere condivisa?».

Nel caso di Stefano Wagner, queste preoccupazioni sono per ora solo un aspetto marginale nella frenesia della sua attività. La stanza in cui troneggia il suo computer principale, quello che gestisce il catalogo di tutti i suoi reperti, è circondata da scaffali colmi di album ben conservati in buste di cellophane. Lui li conosce tutti, e di ognuno ama raccontare la storia ai suoi visitatori: un piccolo frammento di un grande, incredibile amore per la musica.

Bibliografia

A story of jazz covers. I Prestige della collezione di Stefano Wagner, Catalogo della mostra tenuta alla Biblioteca cantonale di Lugano, primavera 2016 *Il graphic design delle copertine jazz*, Dadò, 2018 Catalogo della mostra "Riverside Records: la riscoperta dei "race records" degli anni 20 con grafica anni 50" tenuta nella Casa Serodine di Ascona, nell'estate 2018.

Da collezionista Stefano Wagner si è trasformato in una sorta di storico del jazz. La ricerca assidua, puntigliosa, lo ha spinto ad approfondire l'evoluzione storica del genere musicale, soprattutto nei suoi aspetti tecnico-industriali, cosa che è essenziale per conoscere il fenomeno. I risultati delle sue ricerche sono confluiti nei suoi due libri, pubblicati in occasione di due mostre, *A story of jazz covers. I Prestige della collezione di Stefano Wagner*, 2016 e *Il graphic design delle copertine jazz*, 2018. Una scelta dei suoi dischi sono stati tra l'altro esposti anche a Chiasso, durante la mostra organizzata allo Spazio Officina "Un secolo di Jazz. La creatività estemporanea", nella primavera 2017.

Come Charlie Parker stregò Stravinsky

di Max Pizio e Graziano Ruggieri

Nell'anno del suo centesimo anniversario, torniamo a parlare del grande Charlie Parker al quale abbiamo già dedicato un articolo nel numero di settembre, lasciandovi però con un aneddoto in sospenso: come, quando e perché il grande sassofonista stregò l'altrettanto celebre compositore Igor Stravinsky. Il brano con cui ci riuscì è *KoKo*, chiaro esempio di come Parker amasse ispirarsi al canto degli uccelli per creare la sua musica. Non per niente fu soprannominato Bird.

All'epoca dell'incontro tra Charlie Parker e Igor Stravinsky occorre ricordare che una piccola parte (molto esigua) dei jazzisti curiosi e intenzionati, come Bird, ad approfondire il proprio bagaglio sonoro era dedita allo studio delle partiture della letteratura classica, anche non propriamente trascritta per il proprio strumento. Così il sassofonista americano John Coltrane (1926-1967) studiava le sequenze del compositore russo Nicholas Slonimski (1894-1995), oppure in casa del celebre pianista americano Bill Evans (1926-1980) echeggiavano le note di Chopin e di Rachmaninov, e nel caso di Bird, le sequenze de "L'uccello di fuoco" di Stravinsky appunto. Questo "sistema di apprendimento" era tipico anche di coloro che non potevano nemmeno acquistare dei dischi, e in quel periodo, non era ancora nata l'industria editoriale attuale dove possiamo, ancora oggi, rendere omaggio ad editori e musicisti come Jamey Aebersold, per aver trascritto e pubblicato, un numero impressionante di soli di Bird, nella raccolta: "Charlie Parker Omni Book", ed. Michael H. Goldsen. Ma veniamo al faticoso incontro...

Era una notte come tante altre al Birdland (storico locale jazz dove suonava Charlie Parker): una band di supporto suonava davanti ad una folla di persone in attesa di ascoltare il proprio idolo. Ma un particolare insolito attirava l'attenzione quella notte: c'era un tavolo vuoto nella prima fila, accanto alla scena, segnato come "riservato". Quel dettaglio era veramente insolito in

un club che era pieno all'inverosimile quando Charlie Parker suonava. Al Birdland non è mai stato riservato un posto a nessuno perché il Birdland non era niente di simile ad un luogo elegante per persone ricche. Quindi, per chi si erano presi la briga di riservare un tavolo i proprietari del locale? La solita legione di hipsters e musicisti non meritava tanta attenzione e doveva trattarsi di una persona molto importante. Infatti, durante l'esecuzione della band di supporto una voce si diffuse nel locale e le persone cominciarono a girarsi verso la porta. Un uomo di età avanzata era entrato. Alcuni lo riconobbero e fecero correr voce. Gli occhi si allontanarono dal palcoscenico per concentrarsi sul fascino dello spettatore più illustre della notte: l'uomo era Igor Stravinsky. Nessuno ci credeva, perché la presenza nell'avanguardia notturna di un compositore sinfonico di fama mondiale costituiva una visione inconcepibile. A sessantotto anni Stravinsky era molto più di una leggenda: era una delle principali istituzioni musicali viventi. Mentre il russo prendeva posto e ordinava un drink, il gruppo di supporto terminò il proprio repertorio e si ritirò. Gli spettatori continuavano a fissare quel tavolo increduli. "Pochi minuti dopo, la band di Charlie Parker apparve sul palco. I musicisti non si erano accorti di nulla e cominciarono a prendere posizione, ignari di quanto si diceva nella sala.

Fu il trombettista Red Rodney il primo a capire che cosa stava accadendo quando guardando verso un tavolo in prima fila riconobbe l'uomo con gli occhiali che pazientemente aspettava di vederli suonare. Rodney, fuori di sé dalla meraviglia, si avvicinò a Parker per sussurrargli in un orecchio la sorprendente notizia: il grande Igor Stravinsky era nella stanza. Al sentirlo Parker non mosse un muscolo del viso. Non guardò nemmeno dove stesse uno dei suoi più grandi idoli. Era come se non sentisse quello che Rodney gli stava dicendo, o come se non gli importasse minimamente. Però sì, gli importava, anche se non parlò né pronunciò ad alta voce la minima dedica di benvenuto. Parker, a differenza del socievole e loquace Dizzy Gillespie, era molto distaccato quando era sul palco (tranne quando si presentava nel bel mezzo di una sbornia, ovviamente) e quella sera non fece eccezione. Guardandolo, sembrava che per lui fosse una serata qualunque. Ma non lo era. Fece qualcosa di diverso dal solito: ordinò al suo gruppo di iniziare suonando *KoKo*,





Ancora due concerti in cartellone per il Jazz Cat di Ascona

Interrotti i concerti a causa del Covid, il Jazz Cat Club spera di riprendere le attività a dicembre, situazione sanitaria permettendo. Dei 5 appuntamenti che erano in cartellone, due sono ancora d'attualità. L'incontro fra Ella Fitzgerald e Louis Armstrong sarà al centro del concerto che venerdì 18 (replica sabato 19 dicembre) si terrà al Teatro del Gatto con il trombonista e cantante ir-

landese Paddy Sherlock e l'affascinante cantante svedese Ellen Birath. Il Teatro Sociale di Bellinzona ospiterà invece mercoledì 20 gennaio Karima, una grande e potente voce in cui si esprimono i colori del jazz, del soul, del blues e del gospel. Accompagnata al pianoforte da Piero Frassi la pupilla di Kurt Bacharach si racconterà con le canzoni che più hanno segnato il suo percorso arti-

stico e umano, da "Lullaby of Birdland" a "Greatest Love of All", brano della sua musa ispiratrice Whitney Houston.

Prenotazioni: Tel. +41 78 733 66 12 (dalle 13.30 alle 17.30) e info@jazzcatclub.ch. Per i concerti al Teatro Sociale: Tel. +41 (0)91 825 48 18 (dalle 13.30 alle 17.30) e ticketcorner.ch

un pezzo con il quale non avevano mai aperto perché così diabolicamente veloce e difficile che preferivano riserVARlo per la seconda parte del concerto, quando erano già caldi e le probabilità di errore erano più basse. Tuttavia, quella sera Parker cambiò idea e volle usarla per cominciare. I suoi compagni dovettero aver pensato che voleva impressionare Stravinsky. Ed era così.

Bird cominciò a suonare il pezzo con grande fluidità, senza far notare che le sue dita erano ancora fredde. Stava lottando per concentrarsi e suonare nel miglior modo possibile. Stravinsky ascoltava attentamente, seduto alla suo tavolo, con un drink in mano, mentre la band suonava una strofa, poi un ritornello, poi un'altra strofa... All'inizio del secondo ritornello, improvvisamente, Parker cambiò la solita melodia e introdusse alcuni nuovi fraseggi che probabilmente molti dei presenti non riconobbero e scambiarono per una delle sue tante improvvisazioni. Ma Parker sapeva che almeno uno dei suoi spettatori avrebbe riconosciuto quegli accordi... perché erano le melodie iniziali di *L'uccello di fuoco*, la più famosa suite di Igor Stravinsky. La strofa si incastonava perfettamente nella struttura di *KoKo* ed era evidente che non era la prima volta che il sassofonista la eseguiva. Parker aveva studiato con molta attenzione la musica del russo; sapeva dove e quando mettere i suoi passaggi. Stravinsky sussultò. Sentendo un frammento del proprio lavoro nelle mani di Parker, il compositore, assolutamente sorpreso, pronunciò un'esclamazione di piacere ben udibile.

Con un gesto molto russo e di rumoroso entusiasmo, alzò la mano con la quale teneva la bevanda e la abbassò di nuovo, battendo sul tavolo con il bicchiere in un gesto di approvazione irrefrenabile. Questo movimento improvviso e violento del suo braccio fece sì che il whisky e i cubetti di ghiaccio nel bicchiere ne uscissero cadendo sul tavolo posteriore, dove gli altri che assistevano alla serata ebbero l'onore di essere schizzati dall'euforia dell'illustre e vecchio Igor Stravinsky. Delle risate si sentirono fra il pubblico, ma Stravinskij sembrava completamente indifferente al trambusto che aveva causato la sua esplosione di gioia e non si preoccupava che la sua bevanda finisse ben distribuita sopra gli altri spettatori. La sua attenzione non poteva allontanarsi da quello che accadeva sul palco. Al terminare della canzone, mentre il pubblico ancora applaudiva e Stravinsky non si toglieva il sorriso di soddisfazione dal volto, arrivò una nuova dedica. Il giovane Parker incominciò a suonare la melodia di un tema abituale del suo repertorio, un tema ben noto il cui titolo non potrebbe essere più eloquente: *Tutto quello che sei*. Continuava a non guardare Stravinsky, ma si avvicinò al tavolo dove sedeva. Il russo era visibilmente emozionato. La sua espressione commossa non cambiò per tutta l'esecuzione." Nonostante fosse usuale vedere ai concerti del Birdland delle apparecchiature di registrazione, purtroppo quella sera non venne registrato il concerto e "immortalato" in una fotografia sonora, il volto di quelle sensazioni vibratorie.

*Fonte: "La notte en que Charlie Parker emociona a Stravinsky" di Emilio de Gorgot
Trascrizione del secondo Chorus, Solo di Charlie Parker sul brano Ko Ko, Miles Davis-tromba, Charlie Parker-alto sax, Dizzy Gillespie-piano, Curly Russell-contrabbasso, Max Roach-Batteria*

André Derain al Museo di Mendrisio

di Claudio Guarda

C'è un interrogativo che, nel giro di poche sale, si fa grande come una casa e picchia con insistenza nella testa di chi visita la bella mostra dedicata ad André Derain (1880-1954) in corso al Museo di Mendrisio: "Perché lui sì e gli altri no o, a quanto pare, in misura assai minore?"

Non si può infatti che rimanere ammirati della straordinaria sicurezza e modernità di questo giovane artista tanto nella pittura quanto nel disegno. A 20 anni già dimostra una padronanza del mestiere davvero impressionante: gli bastano quattro tratti di inchiostro che si direbbero buttati là a caso per cogliere l'essenza di un paesaggio pieno di vita come quel suo *Panorama d'Île de France* del 1901. Un'opera simile si ottiene solo se sai combinare insieme un occhio selettivo, una mano più che allenata e una grande capacità di sintesi e di impaginazione. Non solo: le sue opere giovanili dimostrano che egli ha già un chiaro orientamento artistico per cui sa bene dove e a chi guardare: vi si risente infatti l'eco dell'arte di Van Gogh di cui ama i colori puri, di Gauguin per il suo primitivismo e l'atmosfera visionaria, di Toulouse-Lautrec per la bidimensionalità dei suoi manifesti, di Signac da cui deriverà l'orchestrazione a tacche di colore antinaturalistico, ciò che lo porterà poi a far parte del fauvismo. C'era anche lui, infatti, in quel famoso Salon del 1905, con Maurice de Vlaminck e Henri Matisse – allora suo grande amico e sodale, per quanto più vecchio di undici anni – quando nacquero i fauves. E c'era anche lui con Picasso e Braque quando si sviluppò l'interesse per le arti primitive e nacque poi il cubismo. Basterebbero queste poche note a metterlo tra i protagonisti dell'arte europea di inizio '900.

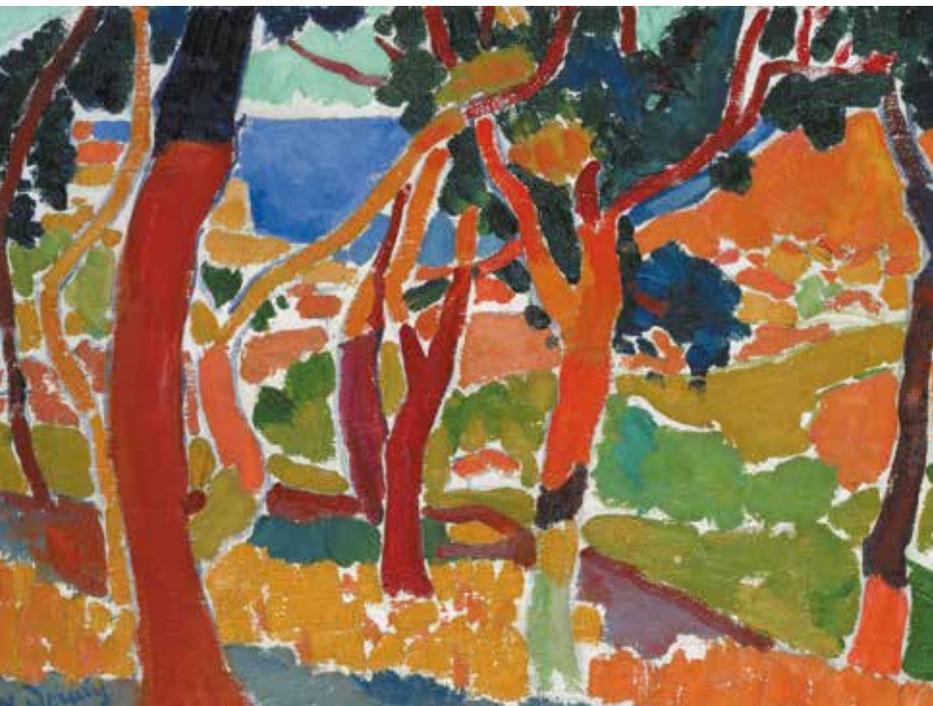
Eppure, nonostante tutto questo e a dispetto pure del successo di vendite, a un certo punto

Derain viene progressivamente messo da parte, ignorato dai suoi stessi compagni di cordata (salvo Braque); anzi, in certo qual modo è lui stesso ad anticiparli, a isolarsi, a mettersi orgogliosamente fuori per primo. Per quali ragioni? Sostanzialmente due, ma da situarsi in tempi e modi diversi: l'una di natura formale, l'altra politica.

Come scrive Simone Soldini in catalogo *"inversamente a quanto accaduto a Matisse, a Picasso o a Braque, coi quali avviò il processo di cambiamento nel campo della forma e del colore nei primissimi anni del secolo fino alla Prima guerra mondiale, Derain rimase a lungo, ancora in vita, un artista dimenticato. Da figura di riferimento delle avanguardie si era trasformato, nel volgere di pochi anni, in un pittore controcorrente"* non solo tenacemente ancorato alla figurazione (per cui non si avventura nel cubismo analitico) ma anche artefice, già nei primi anni '10, di una sterzata antimodernista (affine in questo a De Chirico) che farà irritare André Breton, prima suo grande ammiratore, e avvierà quello che la critica contemporanea identifica come il "caso Derain". Eppure, quella "virata nostalgica" non fu solo sua in quegli anni, fu invece un fenomeno che egli in certo qual modo anticipò (il cosiddetto ritorno all'ordine) e poi crebbe e si dilatò: tanto in Francia come in Germania o in Italia, da De Chirico allo stesso Picasso, da Carrà e Severini alla Nuova Oggettività di George Grosz e Otto Dix, da "Valori plastici" a Novecento, al Premio Cremona con le sue palesi simpatie fasciste. Perché allora solo lui o lui più di altri?

Ci si sposta ora in ambito politico: soprattutto per via del suo sciagurato e mal compreso viaggio ufficiale a Berlino del 1941, a fianco dell'artista nazionalsocialista Arno Breker. Era successo che nel 1941 le truppe naziste in Francia si erano impadronite della villa di Derain a Chambourcy,

La mostra "André Derain - Sperimentatore controcorrente" rimarrà allestita negli spazi del Museo d'arte Mendrisio fino al 31 gennaio 2021. Per maggiori informazioni consultare il sito: www.museo.mendrisio.ch.



distruggendo anche parte delle sue opere. "Probabilmente – scrive ancora Soldini – nell'intento di reimpossessarsi dei suoi beni, nell'ottobre di quell'anno accettò di partecipare con un gruppo di artisti a un viaggio ufficiale a Berlino pianificato dallo scultore Arno Breker, con l'appoggio del regime. Un viaggio che non fece certo per convinzioni politiche (non inneggiò mai al totalitarismo e certamente non all'antisemitismo) e che fu mal interpretato; una scelta infelice che gli costò una condanna pubblica al termine della guerra, il divieto di esporre per un anno. Dopo di che Derain scomparve ancor più dal mondo dell'arte pagandone a caro prezzo le conseguenze." Oggi, non senza buone ragioni, si è propensi a ritenere che quella fu una vera trappola, nella quale egli cadde per ingenuità e desiderio dei suoi beni, che mirava a posizionarlo come il più rappresentativo degli artisti non antinazisti; tanto più che nel frattempo un certo numero di critici nazionalisti lo avevano eletto, suo malgrado, capofila del rilancio della "vera" arte francese. Per questo toccò anche a lui una sorte certo minore ma affine a quella toccata all'ex-amico de Vlaminck, arrestato nel 1944 per collaborazionismo con i nazisti e poi emarginato fin che visse.

Nel frattempo, dal 1910 al 1945, la sua arte aveva svolto un lungo percorso nell'ambito della figurazione ma scandito da continui passaggi, dove anche il ritorno ai classici non era mai stato un mero dipingere "alla maniera di" ma un continuo e imprevedibile spostarsi e riprendere da altra parte, non privo di forzature o di soluzioni in contropelo, con il risultato di risultare sempre più indigesto sia ai movimenti innovatori, sia all'area più tradizionalista del "ritorno all'ordine" che diffidava di lui per la non ortodossia della sua pittura e per la facilità con cui passava da uno stile all'altro. Per averne una prova si confrontino in mostra certe pitture del 1938, come *La clairière, ou le déjeuner sur l'herbe* o ancora, e a un livello indubbiamente più alto, il ritratto di *Geneviève a la pomme*, con le sue sculture barbariche dello stesso anno. C'era di che rima-

nere stupiti; in effetti non era così semplice capire il filo dei suoi pensieri e delle sue scelte che si muovono con grande libertà e disinvoltamento eclettismo dal classicismo rinascimentale di Giorgione Tiziano e Raffaello ai manieristi, dal primitivismo gotico o bizantino all'arte barbarica. Derain non scendeva però a spiegazioni: da tempo ormai aveva scelto un progressivo "aristocratico" isolamento che confermava la sua idiosincrasia nei confronti del mondo ufficiale dell'arte. "Traditore per gli avanguardisti, disturbante per gli accademici": così ne sintetizza la figura e l'opera Francesco Poli, il quale poi aggiunge: "Contraddittorio e anche fastidioso, Derain ancor oggi affascina o respinge."

Che stia tutto qui il nocciolo del "caso Derain" il quale continua, ancor oggi, ad essere pietra d'inciampo? Che egli sia un artista straordinariamente capace e dotato di mezzi, profondo conoscitore della tecnica pittorica e della storia dell'arte (anche di quella che non interessava le accademie), di questo nessuno dubita e la rassegna di Mendrisio lo dimostra ad ogni passo. Ma quella stessa mostra, anche per via del suo stesso allestimento, si presenta nelle forme di un cammino zigzagante che sale il fianco di una collina e ad ogni curva ti offre un paesaggio nuovo: a volte ne rimani incantato, altre volte stupito o smarrito. E una volta ancora ci si ritrova tra i piedi la vecchia domanda: perché Picasso e de Chirico sì? (per fare solo due nomi) e lui no?

Forse le ragioni sono anche altre e più complesse... per cui alla fine si rimane un poco sospesi a mezz'aria. Credo che uno dei pregi della mostra di Mendrisio sia di non lasciarti uscire rassicurato per via di una "bella pittura" che non pone problemi, ma di accentuare perplessità e stimolare domande sui concetti di avanguardia (È solo un andare avanti o è anche un tornare indietro?), di libera creatività e teorie dell'arte, di coerenza formale... Interrogativi e questioni che avrebbero potuto arricchire il catalogo con argomenti altrettanto interessanti, anche per quel che riguarda la sua scultura.

"Le vieux gaulois", post 1938, bronzo, Collezione privata © 2020, ProLitteris, Zurich
"Femme au long cou", post 1938, bronzo, Collezione privata, Montagnola © 2020, ProLitteris, Zurich

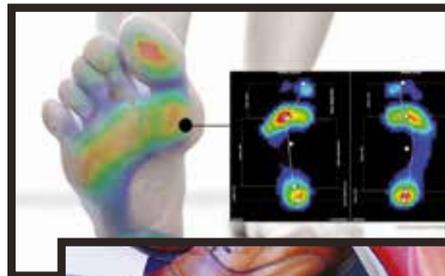


Da sinistra:
"L'Estaque", 1906, olio su tela, Musée des beaux-arts, La Chaux-de-Fonds, Collection René et Madeleine Junod, inv. 1303.06 © 2020, ProLitteris, Zurich
"La Clairière, ou le déjeuner sur l'herbe", 1938, olio su tela, Association des Amis du Petit Palais, Ginevra © 2020, ProLitteris, Zurich
"Geneviève à la pomme", 1937-1938, olio su tela, Collezione Geneviève Tailade, © 2020, ProLitteris, Zurich





Questi ausili potrebbero
non costarti nulla
*Prenota
una consulenza
gratuita con noi!*



*Da noi, i vostri piedi
sono in ottime mani!*

Dall'analisi del piede alla scelta
della scarpa più appropriata,
alla realizzazione su misura:

- scarpe speciali, incluse per piedi diabetici e reumatici;
- scarpe ortopediche e inserti anatomici su misura;
- adattamenti ortopedici.

ROLLSTAR | Sementina 091 857 67 33

ORTOTECNICA | Lugano 091 922 69 29

ORTOTECNICA | Locarno 091 751 92 31

ORTOTECNICA | Bellinzona 091 825 78 60



Il grande schermo e tutti i suoi problemi

di Marisa Marzelli

L'intero mondo dell'intrattenimento è in sofferenza. Cinema, teatro, musica, parchi a tema sono alle prese con gravissime difficoltà. E non sembri un aspetto marginale o frivolo di una ferita molto più grave e planetaria. L'industria dello spettacolo ha un'importanza rilevante non solo dal profilo economico ma non va sottovalutata che ci aiuta a "stare bene" dal punto di vista dello svago, della socializzazione, della cultura.

CINEMA

Medie e piccole compagnie sono sull'orlo della depressione se non della chiusura, mentre i pesi massimi dell'industria devono confrontarsi con ritardi nell'uscita dei kolossal più attesi e al contempo con le difficoltà di realizzare nuovi prodotti (rinviati o messi in produzione con rischi di contagi sui set e conseguente esplosione dei costi assicurativi).

Se *Tenet* di Christopher Nolan è riuscito a raggiungere le sale a fine agosto, ma con un riscontro tiepido ai botteghini internazionali; la Disney ha proposto *Mulan* direttamente sulla sua piattaforma digitale, senza tuttavia ottenere risultati soddisfacenti. Grandi speranze si concentravano sull'uscita di *No Time To Die*, 25. titolo della saga di 007 e l'ultimo annunciato con Daniel Craig nei panni di James Bond: previsto per l'aprile scorso, rinviato a novembre e ora spostato di nuovo all'aprile del 2021. Di altre uscite eccellenti si sono perse le tracce. Rinviate quelle di spettacolari supereroi e del nuovo *Fast & Furious*. Hanno subito lunghe interruzioni le riprese di *Animali fantastici 3* e *Mission Impossible 7*. Quanto al nuovo *Batman*, ha subito una battuta d'arresto sul set quando il protagonista Robert Pattinson è risultato contagiato.

La carenza di grandi titoli ritenuti in grado di rimpinguare i botteghini internazionali ha finito per agevolare più piccole opere nazionali, che hanno trovato una visibilità insperata. Anche da

noi nel Cantone, a film svizzeri o in coproduzione è stata data l'opportunità di anteprime alla presenza degli autori e una tenuta in cartellone in altre situazioni impensabili. Basti pensare a titoli come *Favolacce*, *Edelweiss Revolution*, il documentario *Madame*, *Baghdad in my shadow* di Samir, *Mare* di Andrea Staka e anche al delicato *Monsieur Pigeon* del ticinese Antonio Prata. Ma questa maggiore visibilità e attenzione a una produzione casalinga e di nicchia non è ovviamente in grado di sanare il pesante assottigliamento del pubblico. La Francia, ad esempio, che si è applicata con buon successo alla promozione e valorizzazione di opere nazionali, ha tuttavia perduto, nei primi nove mesi di quest'anno, il 62% degli ingressi nelle sale. Sembra invece in buon recupero la presenza di pubblico in Cina, dove la pandemia è ritenuta superata.

I FESTIVAL

La fisionomia dei grandi Festival cinematografici internazionali è stata più o meno stravolta. È Berlino (febbraio scorso) l'ultima kermesse andata in scena canonicamente. Cannes, la manifestazione più prestigiosa, è stata la più danneggiata per via delle date (maggio). Rifiutandosi di migrare sul web, il Festival sulla Croisette non si è svolto. Venezia, San Sebastian e Zurigo si sono barcamenati tra eventi dal vivo e sulle piattaforme digitali. Il Festival di Locarno ha optato per un'edizione ibrida, senza film in Piazza Grande, con molte visioni in rete. Soluzione che ha penalizzato il pubblico, senza contare albergatori, ristoratori, commercianti locali e tutto il connesso indotto della manifestazione.

Qualche tempo fa il presidente Macron, parlando della pandemia, ha detto che la Francia potrebbe esserne fuori verso l'estate dell'anno prossimo. Nel frattempo Cannes ipotizza di spostare le sue date a luglio o agosto. Ma in questo caso si troverebbero sovrapposte a quelle del Festival di Locarno.

terzaetà

protagonisti

Albert Anker e Ferdinand Hodler, due “giganti” dell'Ottocento

di Franco Celio

La *Fondation Gianadda* di Martigny ha dedicato in autunno una mostra a diversi pittori svizzeri dell'Ottocento grazie ai quadri della collezione privata di Christoph Blocher. Esposte le tele del lucernese Robert Zünd, dei vodesi Alexandre Calame e Felix Vallotton, dei grigionesi Augusto Giacometti e Giovanni Segantini. Non essendo la nostra una rubrica d'arte, limitiamoci a presentare i due più noti: Albert Anker e Ferdinand Hodler, entrambi bernesi.

Anker, pittore della quotidianità

Albert Anker (1831-1910) è il pittore della vita quotidiana. Fra i suoi quadri più noti vi sono infatti il sarto, il segretario comunale, il vecchio che legge il giornale, il fanciullo dormiente, la scolaresca, la piccola pelatrice di patate ecc. Nato ad Ins, nello Seeland, dopo aver frequentato lezioni di disegno a Neuchâtel, dal 1849 frequentò il liceo di Berna, iscrivendosi alla Società studentesca "Zofingia" e orientandosi vieppiù verso la pittura. Dopo la maturità, si dedicò alla teologia, che proseguì poi all'università di Halle. Tornato in patria, e dedicatosi alla pittura, partecipò per la prima volta, con l'opera *Il vecchio fumatore*, a un'esposizione organizzata a Berna dalla Società svizzera di storia dell'arte. Stabilitosi poi a Parigi, frequentò l'Ecole nationale des beaux-arts, dove conobbe tra gli altri Pierre-Auguste Renoir, ed espose assiduamente al Salone di Parigi. Dal 1860 al '90, divise il suo tempo fra il villaggio natale e la capitale francese. Membro della Società svizzera dei pittori e scultori, nel '70 fu eletto nel Gran Consiglio bernese, rimanendovi solo 4 anni, ma impegnandosi attivamente per la creazione del museo d'arte nel suo Cantone. Più tardi fu nominato nella Commissione federale delle arti e ottenne il dottorato honoris causa dell'università di Berna.

Hodler, pittore di paesaggi

Ferdinand Hodler (1853-1918) nacque al Käfigturm, quartiere della capitale, in una famiglia modesta; il padre e due fratelli morirono di tubercolosi. La madre sposò poi un decoratore di insegne, da cui il giovane "ereditò" il gusto per l'arte. Apprendista a Ginevra, Hodler conobbe Camille Corot e Gustave Courbet, due dei maggiori artisti del suo tempo. Partecipò all'esecuzione del famoso *Panorama Bourbaki*, oggi esposto a Lucerna. Nel 1878 intraprese un viaggio in Spagna, dove fu impressionato in vari musei dalle opere di Tiziano, Raffaello, Velasquez e Rubens. Tornato a Ginevra, con il quadro *Sous-Bois*, vinse il primo premio al Concorso Calame, indetto dalla locale Società delle arti. Iscrittosi all'Ecole de Dessin, negli anni seguenti partecipò a numerosi concorsi in Svizzera e all'estero, realizzando quadri di paesaggi tipicamente svizzeri (come il lago di Thun, dipinto da varie angolazioni) e altri di carattere storico e patriottico. Amico di Giovanni Giacometti e di Cuno Amiet, professore alle accademie di Ginevra e di Friburgo, e dottore h.c dell'università di Basilea, Hodler subì anche duri attacchi da ambienti conservatori per aver avuto un figlio da una donna non sposata. Benché membro del Deutsche Künstlerbund, durante la Prima guerra mondiale, fu pure boicottato dal governo tedesco che lo esclude da vari concorsi. Nel 1917 il Kunsthaus di Zurigo gli dedicò una retrospettiva.

Fra le pagine



a cura di
Elena Cereghetti

PARLIAMO DI...

scrittori e dei loro personaggi. La relazione fra l'autore e i personaggi a cui dà vita sulla carta è più complessa di quel che può apparire. Non si vuole entrare nel merito di una dinamica ricca e variata, esplorata di solito in sede critica dagli esperti. Diciamo che ogni lettore sa cogliere in maniera intuitiva la differenza fra le "voci narranti" (ruolo che può essere assunto dallo stesso autore, da uno o più protagonisti della vicenda, da uno o più testimoni interni alla storia, da un narratore del tutto estraneo ai fatti) e spesso si chiede quanto dell'autore reale, della sua esperienza di vita e della sua visione del mondo, si rifletta nel romanzo. Interrogativi che fan nascere il desiderio di risalire alla biografia dello scrittore, spesso rivelatrice, anche per scoprire se egli si sia ispirato o meno alla realtà. Di fronte a certe storie straordinarie – eroiche drammatiche spaventose o del tutto insolite – conta però la nostra capacità di meravigliarci, di rapportarci a quei personaggi reali, verosimili o inventati, che finiscono per accompagnarci, per contribuire alla nostra formazione e alla nostra crescita interiore.

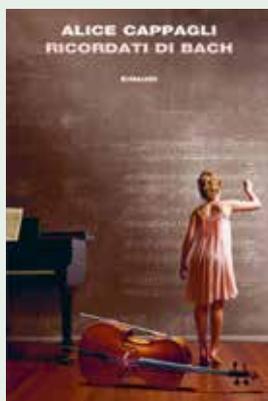


Elena Ferrante

La vita bugiarda degli adulti
Roma, Edizioni e/o, 2019

La vita bugiarda degli adulti di Elena

Ferrante (autrice di *L'amica geniale*, il primo di quattro romanzi di una ormai celebre saga napoletana) è un recente esempio rivelatore del rapporto fra autore reale e personaggio. In un'intervista apparsa su *laRepubblica* del 20 agosto 2020, la scrittrice spiega l'origine del suo nucleo narrativo: "Da ragazzina ero una bugiarda e venivo spesso punita per le mie bugie. Intorno ai 14 anni, dopo molte umiliazioni, ho deciso di crescere e non mentire più. Ma ho piano piano scoperto che mentre le mie bugie infantili erano esercizi di immaginazione, gli adulti, così contrari alle menzogne, mentivano a se stessi e agli altri con naturalezza, come se la bugia fosse lo strumento fondamentale per darsi coerenza, per attribuirsi senso, per reggere il confronto col prossimo, per mostrarsi ai figli come un modello autorevole. Qualcosa di questa impressione adolescenziale ha nutrito la vicenda di Giovanna". È sempre Napoli la città in cui è ambientata anche questa storia della Ferrante, perché "Napoli è già parte di me e io di Napoli. Su Napoli non devo cercare uno sguardo, ce l'ho dalla nascita" (ib.). Lì un universo si anima con i suoi due mondi contrapposti, il rione alto e il rione basso, un'antitesi che rende palese la diversità sociale di chi vi abita e che i protagonisti intendono conservare. Non però Giovanna, che tenta di superare l'artificiosa suddivisione dei confini. La sua ribellione adolescenziale le permetterà di scoprire le bugie su cui è costruito l'ordine familiare e nello stesso tempo di entrare nella vita con una nuova consapevolezza di sé e degli altri.



Alice Cappagli

Ricordati di Bach
Torino, Einaudi, 2020

Alla fine del romanzo di **Alice Cappagli, Ricordati di Bach**, in una nota viene rivelata la natura del racconto: "Questa storia è la mia storia, Cecilia sono io. Diplomata all'Istituto parificato di Livorno: la Mascagni. Non ho usato il mio nome solo perché mi sono vista nel binocolo rovesciato del tempo, e volevo raccontarmi come uno dei personaggi di una vicenda per molti versi incredibile. I cui protagonisti alla fine sono la musica, la tenacia, la sfida". La giovane Cecilia narra in prima persona la nascita della sua passione per il violoncello, il lento percorso verso l'età adulta, il diritto all'autodeterminazione conquistato con tenacia in aperta lotta con i genitori. Figura centrale nella sua formazione è Smotlak, maestro atipico ma geniale, che sollecita la sua allieva a sperimentare le potenzialità del violoncello e a prendere coscienza del proprio talento. Il suo insegnamento, fondato sulla "maieutica" (nel senso che fa nascere la verità dall'allievo stesso), segnerà la vita e il percorso artistico di Cecilia-Alice. Non ci si stupirà dunque di fronte alle parole di congedo del Maestro, che racchiudono lo spirito socratico del suo metodo di lavoro: "Ricordati di Bach, non di me". Proprio sull'onda della musica la giovane spiccherà il volo, conquistando con il suo violoncello un posto nell'Orchestra della Scala di Milano.



Paolo Maurensig

Pimpernel. Una storia d'amore
Torino, Einaudi, 2020

Luce, grazia e bellezza sono ovunque nei luoghi di Venezia in cui si muove il protagonista del recente romanzo di **Paolo Maurensig, Pimpernel. Una storia d'amore**. E siccome "quei luoghi, quel mare, quel cielo" si sono specchiati negli occhi di Turner, di Ruskin e di Byron, non possono non esercitare sul personaggio un fascino particolare, che addirittura lo stordisce. In questa cornice romantica ed evocativa si delinea una storia d'amore ottocentesca, giocata sul binomio di amore e morte. Ma la vicenda non può essere condensata nel sottotitolo (voluta dall'editore), perché c'è molto di più nel romanzo. Innanzitutto nella finzione letteraria c'è il ritrovamento di un manoscritto di Henry James (1843-1916), di cui l'autore recupera atmosfera e stile; poi c'è il protagonista Paul Temple, scrittore americano che pare essere l'alter-ego di Maurensig; infine viene sviluppato un dibattito romantico attorno al conflitto tra arte e vita, "dove la volontà di conoscenza – qui rappresentata dalla ricerca della bellezza – viene portata agli estremi" (nota del curatore). Tale obiettivo unisce Temple e la giovane Annelien Bruins, che tanto assomiglia a Pimpernel, l'eroina del suo romanzo; un nome che, richiamando il colore scarlatto del fiore omonimo, rinvia al suo valore simbolico: rosso è infatti il colore del cuore, della passione e della vitalità. Sarà interessante scoprire dove li condurrà la loro ricerca del "bello" e quale mistero si celi dietro lo sguardo azzurro di Annelien, così giovane eppure già segnata dall'ombra di un destino avverso.

I fortini invisibili

di Adriana Rigamonti

È stata davvero una scoperta! Quale? Presto detto: l'esistenza di certi fortini situati a Gola di Lago, sopra Camignolo. Sono costruzioni nascoste tra le alture, in posizione strategica: da lì le sentinelle potevano avvistare il nemico e dare immediatamente l'al-



larme. Davvero importante era poi il fortino Cima 1, costruito tra il 1937 e il 1942. In quel periodo l'Europa viveva anni difficili, in cui la sempre ventilata minaccia di una nuova guerra mondiale aveva poi finito col realizzarsi. La Svizzera, che non desiderava certo farsi trovare impreparata, elaborò anche nel Sottoceneri una linea di difesa in vista di un'invasione da sud: evento che per fortuna non si verificò! Immaginiamo ora di visitare i fortini percorrendo alcuni cunicoli sotterranei lunghi complessivamente 250 metri. Non molti, è vero, ma la sensazione di essere sepolti vivi non è troppo rassicurante! Eppure qui dentro molti militari passarono parecchio tempo. Vediamo com'era organizzato il servizio: ogni sezione era composta da venti uomini che in questi luoghi segreti trascorrevano turni di tre settimane. Il comando era affidato al tenente, che aveva a disposizione un piccolo ufficio con un letto. I militi condivevano invece uno stanzone con brande, sedie e tavoli per i pasti; i servizi igienici si trovavano in un locale a parte. C'erano poi tre importanti dettagli: le prese che garantivano il ricambio dell'aria, le vie di fuga e il sistema di filtraggio, nel caso di un eventuale attacco chimico. L'uso di armi come il gas nervino era stato proibito nel 1925, con il protocollo di Ginevra: ma in guerra non si sa mai!

Per comunicare si adoperavano i telefoni: forse quelli con la famosa rotella che permetteva di "fare il numero". Le sentinelle disponevano di vari pertugi usati sia per segnalare il materializzarsi di minacciose presenze, sia per indicare in quali direzioni occorreva sparare; infatti i mitraglieri non avevano la possibilità di scorgere personalmente gli avversari. Oggi, grazie all'attività dell'Associazione Testimonianza della Brigata frontiera 9, è possibile visitare i fortini.

Ulteriori informazioni si possono trovare al sito www.brfr9.ch o nell'articolo di Elia Stampanoni ("Forti ma nascosti nella montagna", su "Azione" del 2 ottobre 2017).

Il ruolo dei nonni oggi

di Ilario Lodi*

A volte, quando ci si occupa di educazione, si corre il rischio di perdere di vista l'importanza di quello che ci sta attorno. Prendiamo ad esempio il contesto della formazione professionale a cui molti dei nostri ragazzi guardano con vivo interesse. Questo mondo, che è assolutamente affascinante, seducente, ricco di stimoli e spunti, a volte diventa così interessante che, là dentro, si rischia di perdersi. E allora si vede solo quello che si ha davanti agli occhi: il congegno elettronico, la pratica legale, il capo di vestiario sviluppato in un nuovo tessuto, il materiale con cui si erge una costruzione, e via dicendo. Sto parlando di una passione, di un fuoco che anima l'esperienza di un giovane che inizia una nuova vita, quella di un adulto nel mondo del lavoro.

A volte, però, perdere di vista quello che sta attorno genera delle difficoltà di non poco conto poiché il rischio reale che si corre è quello di diventare uno "specialista super specializzato" che sarà sicuramente capace di fare una cosa specifica, ma che non la saprà condividere con gli altri. Viene allora da chiedersi come si possa fare per garantire, oggi, nel mondo in cui stiamo vivendo, le possibilità di accesso alla nostra vita (e il nostro accesso alla vita degli altri) a chi, diversamente da noi, ha formulato altre scelte o si trova in una fase della vita diversa dalla nostra.

Detto altrimenti: che rapporto hanno i nipoti con i loro nonni? In che modo chi oggi giovanissimo non lo è più viene "sollecitato" a prendere parte all'educazione dei più giovani? Qual è la funzione educativa che ci si aspetta da chi, nato e cresciuto in un mondo totalmente diverso da quello in cui oggi, tutti, viviamo? Se è vero, come è vero, che i nonni non sono un parcheggio per i pargoletti o per i bambini, è altrettanto vero che troppo raramente essi sono invitati, da tutti noi, ad offrire il loro contributo per la stabilità del nostro Paese. Dobbiamo quindi ripensare ai luoghi e alle occasioni in cui la trasmissione di questo "sapere" possa essere garantita: dobbiamo studiare, riflettere, generare nuove occasioni di trasmissione di esperienze di vita che, ben lungi dall'essere diventate inutili, ci permettono di guardare a noi stessi per capire, meglio di quando possiamo fare da soli, in che direzione siamo orientati.

*Direttore Pro Juventute
Regione Svizzera italiana



I coniugi separati in casa e la rendita AVS

di Emanuela Colombo Epiney, avvocato

Le rendite AVS per coniugi e partner registrati non sempre equivalgono alla somma delle rendite singole dei membri della coppia. È previsto, infatti, un limite massimo (cosiddetto plafonamento) e il totale delle due rendite individuali non può superare il 150% della rendita massima. In caso di superamento del limite, le due rendite individuali sono ridotte in proporzione (art. 35 LAVS). Il limite non vale quando la comunione domestica è stata soppressa da una decisione giudiziaria oppure quando uno dei due coniugi (o partner registrati), ha una rendita di vecchiaia e l'altro una mezza rendita o un quarto di rendita d'invalidità. I beneficiari di una rendita hanno l'obbligo di informare la cassa di compensazione erogatrice di ogni cambiamento che possa influire sull'ammontare della rendita (art. 31 della legge federale sulla parte generale delle assicurazioni sociali, LPGa), obbligo menzionato nella decisione di concessione della rendita. I coniugi (e partner registrati) separati che riprendono la comunione domestica devono informarne la cassa di compensazione, che verificherà se occorre ridurre le loro rendite.

Non sempre i beneficiari delle rendite rispettano tale obbligo, con conseguenze anche gravi. Ne hanno fatto l'esperienza due coniugi, Tizio e Tizia, che si sono separati di fatto nel 1998, su decisione giudiziaria. Tizio ha vissuto presso parenti fino al 2012, quando è stato sfrattato. Senza altre alternative, si è trasferito presso la moglie Tizia, dove è rimasto fino all'ottobre 2019. Il marito ha comunicato il nuovo indirizzo all'Ufficio di tassazione e alla cassa malati, ma nessuno dei coniugi ha informato la Cassa di compensazione di aver ripreso la vita in comune. I coniugi hanno continuato a percepire le rendite individuali non ridotte, hanno avuto la tassazione separata e la riduzione del premio LAMal. Il loro caso è stato scoperto in seguito a un controllo avviato dalla Cassa su tutti i coniugi pensionati e separati, ma con il medesimo indirizzo. Tizio ha dovuto restituire fr. 20'036.- e Tizia fr. 17'828.- (sentenze del Tribunale cantonale delle assicurazioni TCA del 9 giugno 2020, n. 30.2020.1 e 3). Il TCA ha negato il condono dell'obbligo di restituzione, ritenendo che i coniugi non erano in buona fede, visto che il plafonamento delle rendite è notorio.

E vai con i diminutivi...

l'Ago d'ago

Non so se capita anche a voi, ma da parecchio tempo noto la tendenza ad usare i diminutivi.

Un po' come fanno gli svizzero-tedeschi con i bambini (es Tischli, es Zündhölzli, es Bitzeli, ecc.) ma noi li applichiamo oramai a molte cose, specialmente alle cose da bere e da mangiare.

"Vegn a cà mè che fem là un risutin" anche se poi le porzioni sono da paura.

"Nem fò a bef un caferin" è un classico e qui il diminutivo ci sta perché spesso il caffè supera di poco il fondo della tazzina.

Alcune volte poi il diminutivo di caffè è decisamente fuori luogo.

"Ta fo là un caferin?" "Sì, vulerter, grazie" e poi lo stesso viene fatto con la mocca e ti arriva qua una tazza da tè stracolma con un caffè dalle trasparenze sospette.

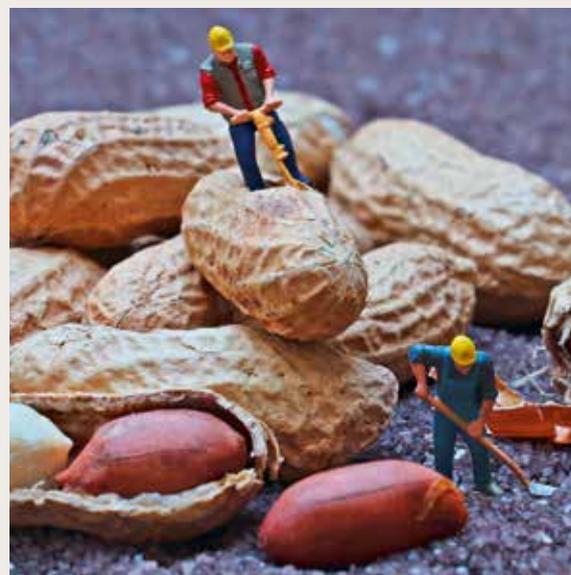
"Un biscutin inzema?" e qui il diminutivo ci sta tutto perché tante volte i biscotti sono talmente mini che ti scappano dalle dita.

Poi si passa al pranzo vero e proprio e sei stato ospite di una famiglia di mangiatori insaziabili. Dopo che hai tracannato mezza bottiglia di Merlot il padrone di casa ti chiede: "Ammò un bicerin?" e tu non osi rifiutare anche se il tasso alcolico ha ormai superato qualsiasi soglia.

Poi ti hanno servito l'arrosto e l'hai gustato parecchio. Sei quasi sazio, ma un angolino dello stomaco ha ancora una possibilità di ricezione.

"Ammò un fettin?" chiede la signora e tu non osi rifiutare poi ti arriva una fetta dallo spessore di un bistecca fiorentina e larga come un orecchio d'asino. Finalmente si arriva al digestivo: "Un grappin" (ci sta), un cognachin, un sambüchin?"

Alla fine arrivi a casa e ti butti sul "lettin" con un catino sul "comodin" perché non si sa mai.



Osteoporosi, la malattia delle ossa fragili

Quali differenze tra uomo e donna? Come prevenirla?

di Stefania Lorenzi*

Con il termine osteoporosi indichiamo una situazione di fragilità ossea - dovuta al decadimento dell'apparato di sostegno osseo - con conseguente rischio frattura. In Svizzera, più di 400'000 persone soffrono di questa patologia. Circa il 23% delle donne dopo i 45 anni di età ne è colpita, negli uomini il 14% dopo i 60 anni. Si tende di conseguenza a considerare l'osteoporosi una malattia prevalentemente femminile. Su questo punto occorre però considerare alcune differenze tra uomini e donne nello sviluppo e successivo decadimento dell'apparato osseo. Entra qui in campo la medicina di genere, che analizza come le differenze biologiche determinate dal sesso maschile o femminile (genetiche, anatomiche, ormonali) e quelle socio-economiche e culturali (uomo o donna) influiscono su stato di salute, fattori di rischio, prevenzione, insorgenza di malattie, sintomi, diagnosi ed efficacia delle terapie.

Diversità nell'evoluzione ossea

Le ossa vivono dall'età giovanile all'età avanzata, una trasformazione continua in termini di rigenerazione e riassorbimento (=disgregazione).

Da giovani la massa ossea aumenta, successivamente il processo si inverte ed inizia una fase progressiva di perdita ossea, fino ad arrivare in certi casi all'osteoporosi. La curva di crescita e decrescita è diversa nell'uomo e nella donna. Le ossa crescono sino all'età dell'adolescenza.

Le ossa crescono sino all'età dell'adolescenza.



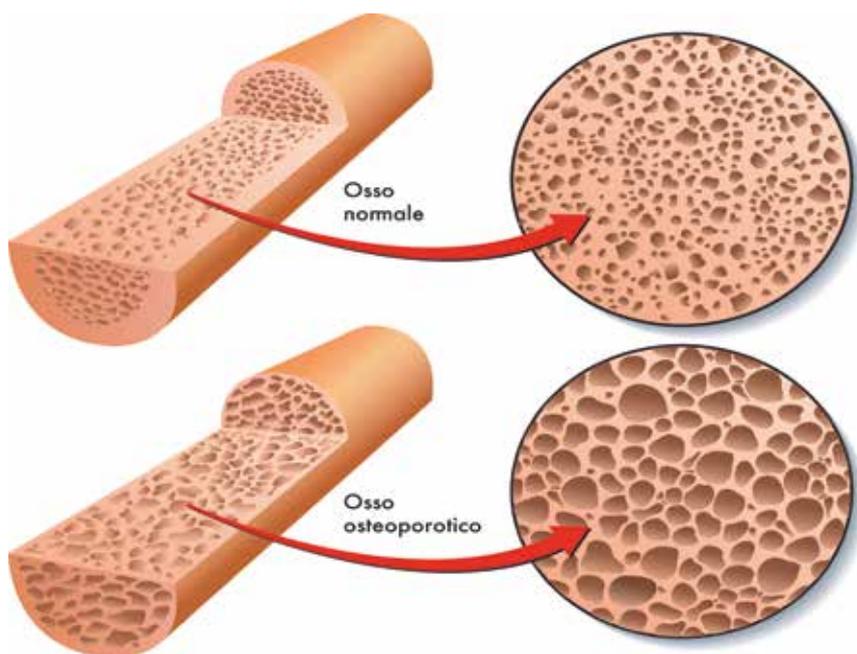
Dr. med. Mauro Lucini, specializzato in reumatologia.

Nell'uomo la pubertà comincia e finisce più tardi rispetto alla donna. Ne consegue che nell'uomo il picco di massa ossea è maggiore rispetto a quello raggiunto dalla donna, e maggiori sono anche le dimensioni e la resistenza ossea. Con il passare del tempo le ossa diventano più porose, condizione che le rende meno resistenti e rigide. Ossa poco resistenti reagiscono con meno energia alle sollecitazioni meccaniche, incorrendo in rischi di frattura maggiori. Nel corso della vita le donne hanno una perdita di massa ossea superiore rispetto agli uomini, con conseguente maggiore porosità e fragilità ossea. Altro fattore che differenzia la situazione tra uomo e donna è la menopausa. Con essa il riassorbimento osseo aumenta e la massa ossea si riduce. In mancanza nell'uomo di una condizione come la menopausa, il riassorbimento osseo avviene più modestamente e più tardi. Ne consegue un rischio fratture più contenuto negli uomini. La percentuale di fratture riscontrata è infatti del 20% negli uomini e del 50% nelle donne.

Esistono differenze di genere nell'osteoporosi? Lo chiediamo al Dr. med. Mauro Lucini, specializzato in reumatologia.

Partiamo dal principio: quali sono i fattori di rischio dell'osteoporosi? Vi sono fattori di rischio specifici per l'uomo e la donna? Quanto incide lo stile di vita?

Vi sono persone con probabilità maggiore di avere l'osteoporosi perché presentano uno o più fattori di rischio di sviluppare questa condizione. Alcuni fattori di rischio sono modificabili e dipendono da abitudini di vita e alimentari, mentre altri non lo sono. I fattori di rischio non modificabili comprendono l'avanzare dell'età, che comporta una perdita di massa ossea sia nell'uomo che nella donna. La diminuzione della massa dell'osso è più accelerata nella donna a causa della menopausa che comporta un brusco calo degli estrogeni e aumenta il riassorbimento osseo. L'uomo ha una perdita di massa ossea inferiore e ciò comporta l'apparizione della malattia in una fascia d'età più avanzata rispetto alla donna. Inoltre l'aspettativa di vita delle donne è maggiore dell'uomo e quindi la perdita della massa ossea avviene in un arco di tempo più lungo. Le donne sono dunque più a rischio di sviluppare fratture ossee rispetto agli uomini. Vi sono poi le abitudini alimentari da tenere in considerazione, in particolare l'apporto nutrizionale di calcio e Vitamina D, costituenti fondamentali per la salute dell'osso. Un'alimentazione con un corretto apporto di calcio e Vitamina D mantiene le ossa sane. La magrezza eccessiva o



una vita sedentaria sono altri fattori di rischio. Poniamo l'esempio di una persona con un'attività lavorativa che comporti un'attività fisica significativa: quest'ultima sarà meno a rischio di sviluppare un'osteoporosi rispetto ad una che effettua un'attività sedentaria. Altri fattori di rischio ambientali sono l'assunzione di eccessive bevande alcoliche o il tabagismo attivo. Va segnalato che circa il 30% delle donne non presenta chiari fattori di rischio, ma soffre comunque di osteoporosi. In questi casi vi è una predisposizione personale e spesso una componente famigliare.

Altre differenze tra uomo e donna?

La donna ha uno scheletro più leggero e sottile rispetto a quello dell'uomo, che invece raggiunge un picco di massa ossea maggiore durante la gioventù ed ha una minore perdita ossea nel corso della vita. La resistenza delle ossa alle sollecitazioni meccaniche è dunque differente tra uomo e donna ed è comprensibile che ossa più fragili siano a rischio maggiore di frattura. Nell'uomo sono più frequenti le forme di osteoporosi secondaria legate a malattie o all'assunzione di farmaci. Tra le malattie più frequenti vi sono dei disturbi ormonali (p.es. il diabete o malattie della tiroide), disturbi digestivi che comportano un malassorbimento intestinale (p.es. celiachia, Chron), malattie renali, infiammatorie (artrite reumatoide) o tumorali. Il cortisone assunto per lungo periodo è inoltre un chiaro fattore di rischio, così come alcuni trattamenti anti-tumorali utilizzati nel trattamento del carcinoma della mammella e della prostata. La differenza di genere va dunque sempre considerata nell'osteoporosi. Spesso le ricerche e gli studi clinici si sono rivolti alla valutazione dell'osteoporosi nella donna visto la più alta incidenza della malattia rispetto all'uomo.

Come si diagnostica l'osteoporosi?

La diagnosi dell'osteoporosi viene effettuata tramite un esame chiamato densitometria ossea che valuta la massa ossea tramite un parametro chiamato T-score. Un T-score inferiore a -2.5 permette di porre la diagnosi di osteoporosi. Tuttavia persone con lo stesso valore di T-score non hanno il medesimo rischio fratturativo. Lo sviluppo di calcolatori che integrano i diversi fattori di rischio e i valori della densitometria ossea, permette di calcolare il rischio individuale d'incorrere in una frattura ossea entro 10 anni (FRAX, TOP). Il calcolo del rischio fratturativo permette dunque di ottimizzare la terapia proponendo i trattamenti più adeguati per ogni singola persona.

COME MANTENERE LE NOSTRE OSSA SANE?

- Movimento fisico: stimola il metabolismo delle ossa rinforzandole; passeggiate, esercizi di ginnastica mirati sono ottimi alleati per ossa forti nel tempo.
- Alimentazione: occhio al calcio e alla Vitamina D. Il calcio è un componente delle ossa fondamentale per la loro solidità. Lo si trova nei derivati del latte e in alcune acque minerali (far riferimento all'etichetta: alcune possono contenerne fino a 550 mg/l), ma anche in mandorle, arance, verdure a foglia larga come il cavolo, semi di chia e di lino e legumi come la soia. La vitamina D favorisce l'assorbimento e immagazzinamento del calcio nelle ossa. Sono pochi gli alimenti che la contengono (pesci grassi come il salmone, olio di fegato di merluzzo, tuorlo d'uovo, burro, funghi). Essa viene principalmente prodotta dalla pelle e stimolata dalla luce solare. Passare del tempo all'aria aperta durante le ore solari è una buona abitudine per favorirne l'assunzione.
- Evitare le cadute: il rischio di frattura è infatti più elevato in presenza di ossa fragili. Spesso le cadute avvengono in casa, proprio nelle piccole azioni quotidiane quali salire le scale, piegarsi prendere qualcosa caduto a terra, camminare in stanze poco illuminate o su tappeti dai bordi sporgenti. Adattare la propria abitazione per renderla sicura aiuta a diminuire il rischio di caduta.
- Ulteriori informazioni nell'opuscolo "Osteoporosi" della Lega svizzera contro il reumatismo. Può essere ordinato dal sito ed arriva direttamente a casa: www.reumatismo.ch (shop).

Quali i trattamenti previsti?

A dipendenza del rischio fratturativo vi sono trattamenti di tipo preventivo o trattamenti specifici. I comportamenti di tipo preventivo prevedono la corretta assunzione con l'alimentazione di calcio e Vitamina D, oltre che di proteine. Il fabbisogno quotidiano di calcio è di 1000mg e di Vitamina D di 800UI. L'introduzione alimentare della Vitamina D e del calcio è spesso insufficiente. L'esposizione solare nel periodo estivo permette la produzione endogena di Vitamina D, ciò che non è possibile nel periodo invernale. Se l'introito alimentare non è sufficiente vi è la necessità d'introdurre delle terapie sostitutive di calcio e Vitamina D che vengono prescritte dal medico. L'attività fisica regolare (camminare, fare ginnastica) e l'interruzione dei fattori di rischio ambientali (alcol, tabagismo) sono inoltre importanti per ridurre il rischio dell'osteoporosi. Se il rischio fratturativo è elevato, è indicato introdurre trattamenti farmacologici. Questi comprendono farmaci che riducono la degradazione dell'osso e dunque contribuiscono al suo rinforzo. Tra questi vanno annoverati i bifosfonati (p.es. alendronato, ibandronato, zolendronato) o il denosumab (Prolia). Altri permettono un aumento della produzione ossea, come il teriparatide (Fosteo). In questi casi l'indicazione è sempre posta dal medico curante.

**collaboratrice scientifica, Segretariato Lega ticinese contro il reumatismo*

Sognando un 2021 migliore

Care lettrici e cari lettori,

questo 2020 volge al termine e non possiamo di certo affermare che sia stato un anno tranquillo.

La pandemia da coronavirus ha condizionato la vita di tutti noi e ha modificato profondamente le nostre abitudini.

Gesti semplici come un bacio o un abbraccio, che fino a nemmeno un anno fa forse davamo per scontati, oggi non lo sono più e chissà quando torneranno ad esserlo.

Nel 2020 la nostra Associazione non ha potuto organizzare l'Assemblea ordinaria annuale e nemmeno il consueto Convegno autunnale, dunque

non abbiamo avuto l'occasione di incontrare le nostre socie in momenti che creano legami, rafforzano, uniscono e sono oltremodo importanti per noi. AvaEva non vede l'ora di riprendere a pieno ritmo le sue attività: per maggiori informazioni sugli incontri dei nostri atelier e sui nostri progetti potete visitare il nostro sito web www.avaeva.ch. Vogliamo essere fiduciose e credere in un 2021 migliore per il nostro mondo.

Desideriamo augurarvi un sereno Natale con questo racconto dal titolo "Magie": perché anche in tempi difficili si può sognare...

Associazione AvaEva

Magie

Ero piccola, faceva caldo, me ne stavo davanti a un comò severo in noce scura, più alto di me. Mi trovavo in una camera fresca e ordinata della casa dei nonni.

Una casa contadina, isolata e circondata da prati, vigneti, orti e boschi.

Me ne stavo lì a guardare e a parlottare con la zia che spolverava, ed ecco che all'improvviso sento note musicali uscire da un cofanetto in vetro, postò sul comò, con rinchiusa la Maria Bambina. È la prima volta che succede, lo guardo e... parto... entro in un sogno ad occhi aperti. Sento note argentine, pulite, bellissime, dolci, sembrano pizzi bianchi ricamati a mano che girano per la stanza, su e giù, di qua e di là.

Ad un tratto tendo le braccia in avanti ed ecco che due note musicali afferrano le mie manine, mi trovo a svolazzare nell'aria, la finestra è spalancata, la magia mi porta fuori, all'aria aperta.

Volo sotto ad un cielo azzurro e sopra a boschi, prati, fiori, case e gente al lavoro. Tutto si fa lento, c'è calma, pace, armonia. Appartengo all'aria, agli alberi, al mondo.

Che meraviglia! Il corpo si è fatto mente.

Sono libera, sono nell'aria, fiduciosa mi lascio guidare, condurre dalle note e grazie a loro so danzare con grazia e facilità. La musica finisce, rimetto i piedi a terra. Sono felice.

Ripensando a quel momento magico dico: "Era come essere all'interno di uno spettacolo di Finzi Pasca".

Ancora oggi colleziono carillons, Giuseppe me ne regala uno ogni 13 dicembre, giorno in cui da bambina ricevevo i regali da Santa Lucia, in ognuno di loro ho ricercato e a volte ritrovato, quella magia. Sempre ascoltare la loro musica mi fa sentire bambina. I ricordi portano ricordi ed ecco che ora, avvolta dalla dolcezza di questa poesia musicale, un altro momento mi torna alla mente.



Sono piccola, me ne sto nell'aia davanti alla stessa casa di prima, mi sento agitata, so che qualcosa sta per accadere. Cerco di distrarmi, accarezzo il cane, mi tocco i capelli scuri, ricci e arruffati. Come spinta da un richiamo mi giro e guardo al di là della valle e lo vedo. È lui, è lui! È lontano, ma riconosco la sua figura e il suo passo, lo guardo attentamente, immagino indosso la sua giacca in tessuto "pied de poule" che a me piace tanto, mi pare bellissimo.

Una grande fretta mi invade e allora corro, corro, corro sulla strada in terra battuta e ghiaia, corro fra i campi e finalmente, arrivata al primo riale lo vedo. Finalmente è lì davanti a me.

Mi paralizzo, poi con un balzo gli salto al collo: è il mio papà, il mio papà è arrivato, è qua con me, che gioia!

Mi stringe a sè, mi bacia sulla fronte, è felice tanto quanto me.

Nei due uomini importanti della mia vita ho ricercato, e a volte ritrovato, quell'abbraccio carico d'amore.

Virginia Pezzotta Bühlmann

50 candeline per InfoATiDU

di Maria Grazia Buletti

Con un'udito normale non si capisce facilmente cosa significhi sentirsi poco e male o non sentirsi affatto. È un problema diffuso: ad esempio, col naturale processo di invecchiamento la facoltà uditiva può diminuire già dai 40 anni e una persona su 5 (fra 65 e over 75 anni) fa i conti con una perdita d'udito. È perciò importante prendere coscienza di questo problema e portarlo attivamente alla luce per assicurare ai deboli d'udito l'indipendenza e il legame con la vita familiare, sociale e professionale. Da 25 anni in Ticino esiste la rivista InfoATiDU, dedicata ai problemi d'udito, che ha saputo adattare i propri tempi con l'evoluzione delle problematiche e le esigenze dell'utenza. Quest'anno ricorrono i 100 anni dalla fondazione di Pro Auditio Schweiz, ma anche ATiDU festeggia, spiega la responsabile Cinzia Santo: «*Abbiamo pubblicato il 50mo numero di InfoATiDU: una pubblicazione semestrale i cui contenuti si sono plasmati nel tempo, evolvendo sulle e con le esigenze dei deboli d'udito i quali, a loro volta, testimoniano sempre quanto trovino importante e interessante ciò che vi leggono*». InfoATiDU è nata nel 1995 per volere di Milena Donadini, allora presidentessa del sodalizio, che desiderava fortemente creare uno strumento di comunicazione: «*I suoi primi sei numeri non contenevano un dossier che poi abbiamo inserito, scegliendo il tema di volta in volta, secondo le esigenze, l'attualità e l'interesse che avrebbe potuto suscitare*». Cinzia ha vissuto attivamente l'evoluzione parallela della rivista e delle problematiche legate ai deboli d'udito; le chiediamo come abbia traghettato tutto fino ad oggi: «*Ho vissuto e vivo con molta soddisfazione questa crescita che mi pare sia stata grande sia nella forma che nei contenuti: InfoATiDU si è arricchita di elementi nuovi, articoli e tematiche, accompagnate da una coerenza grafica che ha saputo amalgamare il tutto. Togliere, a un certo punto, la pubblicità ha reso più oggettivi e interessanti gli argomenti, anche se dobbiamo ammettere una certa fatica nel trovare costantemente sostenitori che ci permettono di proseguire, perché ogni pubblicazione ha costi non indifferenti*». ATiDU può dunque fregiarsi di una pubblicazione "fruibile anche al di fuori del tempo cronologico dell'edizione di ciascun numero" che Cinzia definisce: «*Quasi come un archivio di temi a cui attingere secondo le esigenze del momento e di chi ne consulta il numero di proprio interesse che non è detto sia l'ultimo, e questo senza dimenticare le pagine di attualità e notizie*». Molte le persone che testimoniano l'apprezzamento o richiedono una consulenza, e un invito da parte di Cinzia: «*Vorremmo più contributi e testimonianze da parte dei soci, e siamo sempre aperti a critiche o suggerimenti*». Come? Per email (info@atidu.ch) o telefonando al segretariato ATiDU.

Punto e contrappunto

di Don Massimo Gaia

Ricordo ancora bene ciò che accadde una sera durante la riunione di comitato: la nostra presidente Milena aveva appena espresso l'idea di realizzare un organo informativo per la nostra



Associazione. Io le proposi di confezionare il primo numero (o forse, più precisamente, il numero "zero") con mezzi nostri artigianali: un PC, una stampante e una fotocopiatrice. Se il prototipo avesse risposto alle aspettative con una buona accoglienza da parte dei soci, allora avremmo cercato di stampare i numeri successivi in modo un po' più professionale. Poi, Info ATiDU fu un successo immediato: già dal secondo numero (o numero "uno", per meglio dire) passammo dunque a una sua forma più articolata. Prendendo spunto da un'immagine del mondo della musica che mi è cara, vorrei dire che InfoATiDU per me è come un Contrappunto: un'arte musicale antichissima che consisteva nel contrapporre nota a nota ("punctum contra punctum"). Seguendo certe regole, risuonavano nello stesso momento, generando melodie diverse ma contemporanee. InfoATiDU è un piacevole e confortevole contrappunto alle mie esigenze di debole d'udito. Mi auguro che tutti gli altri numeri, negli anni a venire, siano sempre di contrappunto alla vita di tante altre persone.

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!



Checkpoint COVID-19: dove e perché andare

♥ **DISTANTI MA VICINI**
PROTEGGIAMOCI.ORA. ♥

A cosa servono i checkpoint

I checkpoint COVID-19 hanno lo scopo di agevolare la diagnosi e la presa a carico di persone potenzialmente affette da COVID-19 a supporto dei medici di famiglia e dei pronto soccorso ospedalieri.

Dove? Giubiasco, Lugano, Mendrisio e Locarno

Come? Solo su indicazione e appuntamento del medico

Quando? Dalle 8.00 alle 13.00

Ho **SINTOMI** come tosse, mal di gola, dolori muscolari, perdita improvvisa del gusto o dell'olfatto, con o senza febbre.



Auto-isolamento



Chiamare il medico di famiglia

Se non è raggiungibile, chiamare la guardia medica allo **091 800 18 28**



Il medico mi riceve presso il suo studio medico, indicandomi l'orario in cui mi devo presentare.

Il medico mi manda al checkpoint
Il medico prende appuntamento e mi indica quando e dove recarmi.



Il medico NON mi manda al checkpoint
Resto a casa e seguo le indicazioni fornite dal mio medico.



Ai checkpoint NON si effettuano tamponi su persone senza sintomi. Si ricevono persone solo su appuntamento.

SEZIONE REGIONALE DEL BELLINZONESE

Centro diurno, Via Raggi 8, 6500 Bellinzona, 091 826 19 20, aperto tutti i pomeriggi dalla domenica al venerdì. www.attebellinzonese.ch

Gruppo di Arbedo-Castione

Centro sociale, c/o Nuovo Centro Civico, 6517 Arbedo, aperto tutti i giovedì dalle 14.00 alle 17.00. Quando c'è il pranzo dalle 11.30. Corrispondenza: Gruppo ATTE "L'Incontro", 6517 Arbedo. Sito: <https://atte-arbedocastione.blogspot.com>. Iscrizioni: Centro sociale, Rosaria Poloni 091 829 33 55, Paola Piu 091 829 10 05

Gruppo di Sementina

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

Gruppo Visagno-Claro

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

SEZIONE REGIONALE DI BIASCA E VALLI

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

Centro diurno socio assistenziale Biasca

Via Giovannini 24, 6710 Biasca, 091 862 43 60. Aperto dal lunedì al venerdì dalle ore 9.00 alle 17.00 Verranno proposte attività varie. Fine settimana: secondo programma.

Centro diurno Faido

Casa San Giuseppe, 6760 Faido, 078 668 04 34, aperto il mercoledì dalle 14.00. Responsabili: Franco Ticozzi 091 866 14 76, Silva D'Odorico 091 866 11 38.

Centro diurno Ticino, Piotta

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

Centro diurno Olivone

Presso Sala patriziale. Coordinatrice: Sonia Fusaro, 079 651 03 31

Gruppo Blenio-Riviera

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

Gruppo della Leventina

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

SEZIONE REGIONALE DEL LOCARNESE E VALLI

Centro diurno, Via dott. G. Varesi 42B, 6600 Locarno, 091 751 28 27. Aperto dal lunedì al venerdì dalle 14.00 alle 17.00.

Gruppo del Gambarogno

Segretario: Augusto Benzoni, 079 223 84 04, Marilena Rollini, 091 858 12 76. Informazioni sulle passeggiate Ivano Lafranchi, 091 795 30 55 - 079 723 53 63.

Gruppo della Vallemaggia

Iscrizioni: Marco Montemari 079 323 41 17

SEZIONE REGIONALE DEL LUGANESE

Via Beltramina 20A, 6900 Lugano, 091 972 14 72 www.lugano.atte.ch, info@atteluganese.ch

Centro diurno socio assistenziale di Lugano

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

Gruppo Alto Vedeggio compreso Taverne-Toricella

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

Gruppo di Breganzona

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

L'inattività forzata ci sta mettendo tutti a dura prova. Proprio quando si stava tentando una parziale riapertura dei centri in tutto il Cantone, la seconda ondata di infezioni ci ha costretti a battere in ritirata. Questo non vuol dire che tutto è fermo: là dove possiamo agire in sicurezza stiamo agendo. Al momento di andare in stampa, i due centri socio-assistenziali di Biasca e Lugano erano ancora aperti, mentre sul fronte delle proposte online, il programma dell'UNI3 per il primo semestre dell'anno aveva già preso corpo e ora ne trovate un'assaggio a pag. 6. Per essere sempre aggiornati vi invitiamo a dare uno sguardo al sito cantonale dell'ATTE (www.atte.ch) e a iscriverci alla nostra newsletter.

Gruppo della Capriasca e Valcolla

Casella postale 310, 6950 Tesserete, 079 432 28 39, atte.capriasca@bluewin.ch

Gruppo della Collina d'Oro

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

Gruppo di Melide

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

SEZIONE REGIONALE DEL MENDRISIOTTO

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

Gruppo Caslaccio

Centro diurno ATTE Caslaccio "del Pepo", Via Nebione 6, 6874 Castel S. Pietro, 091 682 16 71. Aperto da lunedì a venerdì dalle 14.00 alle 17.00, sabato e festivi apertura concomitante con eventi. Informazioni e iscrizioni: 076 361 45 77 Roberto o 079 700 59 54 Gabriella, [mail: nordio@swissonline.ch](mailto:nordio@swissonline.ch).

Gruppo di Chiasso

Centro diurno, via Guisan 17, 6830 Chiasso, 091 682 52 82 (segreteria telefonica). Aperto lunedì e giovedì dalle 14.30 alle 16.30. Iscrizioni: atte.chiasso@bluewin.ch, Roberto 091 683 64 67 o Cesare 091 682 39 73

Gruppo di Maroggia (compreso Arogno, Melano e Rovio)

Centro diurno, c/o Casa comunale, Viale Stazione 6, Maroggia, 079 725 42 46. Informazioni e iscrizioni: al segretario Maurizio Lancini 079 725 42 46. Iscrizioni pranzi mensili: al cassiere Gianmario Bernasconi 091 649 61 76.

Gruppo di Mendrisio

Centro diurno, Via C. Pasta 2, Casella postale 1046, 6850 Mendrisio/Stazione, 091 646 79 64. Aperto da martedì a venerdì dalle 14.00 alle 17.00. Iscrizioni: Centro diurno, Rosangela Ravelli 091 646 47 19.

Gruppo del Monte San Giorgio

Punto di ritrovo: Sala multiuso Besazio, Via Bustelli 2, 6863 Besazio. Aperto mercoledì pomeriggio, solo quando c'è un evento. Per visite, gite e cuciniamo per voi Iscrizioni e informazioni: Antonietta Rossi 091 646 91 32 o 076 395 91 32, antoniettarossi34@gmail.com Sito: mendrisio.atte.ch

Gruppo di Novazzano

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

Gruppo Valle di Muggio

Iscrizioni: Miti 091 683 17 53, alle responsabili locali o al presidente Giovanni Ambrogini 079 950 50 90 Bruzella: Rosetta 091 684 12 00 Cabbio, Susy 091 684 18 84 Caneggio: Yvette 091 684 11 57.

Potete inviare i vostri scritti a: redazione@atte.ch, nel limite del possibile, cerchiamo di dare spazio a tutti.

FOGLIA D'AUTUNNO

Respiri ancor fragranze
di primavera in fiore
fin che s'attenua in sogno
l'incanto dell'estate.

In trepidante attesa
vizza, senz'ombra alcuna
al desolato ramo
già dondoli sospesa.

Sopra la terra brulla
sommesso geme il vento
nel tempo che dirada
ormai trascorso e spento.

Muto, sospeso è il canto
così, svestita e sola
disperso ogni rimpianto
volteggi e t'allontani
nel ciel che si scolora.

Sfoglian le fronde attorno
s'agita e grida al vento
a scuoter fra gli intrecci
echi di inquiete ombre.

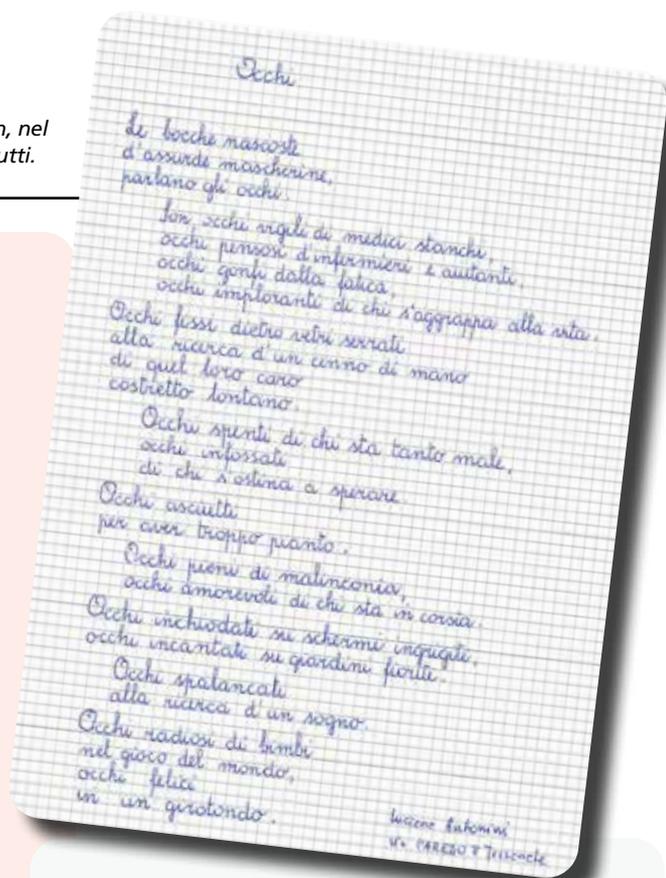
Silenzio intorno. Ma tu
già senti da lontano
fragranze tanto chiare
di un calicanto in fiore.

(Mary Alberti)

UCCELLINI CON LE GAMBE CONGELATE

Stamane la Piana di Magadino era imbiancata di neve
senza movimenti e parole...
non si sentiva alcun suono, sembrava addirittura
che tutta la vita d'un colpo s'era spenta!
Da lontano sentivo un lamento di un povero cane ...
dovrebbe essere uno dei tanti senza-tetto,
magari attaccato ad una catena tutto solo ...
e che abbaia da un angolo di una stalla vicina!
Nessuna melodia in aria, i rami delle piante,
oramai spoglie e senza foglie, spuntano
fuori dalla neve come scheletri imbiancati
e assomigliano a dei fantasmi!
ohh...che notte terribile per gli uccellini!
Loro sono senza un nido coperto!
non riusciranno a dormire sulle loro gambe congelate.
Con i loro occhiellini preoccupati guardano
la neve che scende a terra e che aspettano il mattino
di un nuovo giorno che verrà, ma che stenta ad arrivare.
Chissà se oggi, giorno venerdì tredici ...
porterà loro magari, più fortuna.

(GianClaudio Lanini, premiato al 21.mo Concorso letterario internazionale Universum Academy Switzerland 2020)



VÈGH AL TEMP PAR SCRÌV...

Som chi, in sül divàn, con la pèna e un fòi da carta,
e ma sforzi da bütaa 'na quai fraas ner su bianc.

Som già tütt ben concentraa setà giò, comod e in paas,
quand sa sent al'improviis el telefon a sonàa.

L'è la dona che u ma ciama par savée se da lì a 'n po'
podarésa 'naa da lée al negozi dal riòn.

La gh'ha spesa in dal carell e da sola, pora dona,
la riesc mia a bütal là, parchè i röd a iè un po' rügin.

Pianti lì carta e pèna e m'invii giò p'ai scal,
son nervoos e infastidiì ma fa gnent... ga voeuri ben!

Al ritorno dal servizi l'è contenta e ma domanda
se gh'ho vöia d'un caffè, un espress con dent la grapa.

"Volentéra" ga rispondi e ma sèti in sül divan
rilassad e adèss tranquill par riprend la mè scritüra.

Büti giò 'na quai fraas, e ma güsti el mè caffè,
poeu d'un bòtt, sa sent vosàa giò in cortil 'na vos acuta:

"Papi, papi, par piasee, la va pü la bicicléta,
l'è cascàda la cadena e al zo mia come giüstàla!"

Pianti lì carta e pèna e m'invii giò p'ai scal,
son nervoos e infastidiì ma fa gnent... ga voeuri ben!

Tütt content el mè pinitt che la bici la va bén,
torni in cà e ma rimèti anmò 'na volta in sül divan.

Ma l'è tüta un'illüsiòn: al citofon giò da bass
l'è vegnüu par visitàmm un mè amis lì da passagg!

Pianti lì carta e pèna e m'invii giò p'ai scal,
son nervoos e infastidiì ma fa gnent... ga voeuri ben!

U voeur dii che par un po' devi propi rassegnam
a pensaa, püsée che a scriv, ...a naa avanti col mè viv!

(Claudio Troise, dialetto di Locarno)

BIASCA E VALLI

Gruppo Blenio - Riviera

Distanti ma vicini

Il comitato Blenio – Riviera si è ritrovato, dopo un lungo periodo di inattività dovuta al Covid, per valutare la possibilità di organizzare qualche attività e per poterci incontrare di nuovo. La situazione, dal punto di vista sanitario, è sempre molto precaria, instabile e imprevedibile. Le restrizioni sono molte, i rischi non mancano, perché il virus continua a circolare. Cari soci non vi abbiamo dimenticati, ma per ora non riteniamo opportuno ritrovarci in libertà, senza il timore di questo famigerato virus. Speriamo e ci auguriamo tutti di superare l'inverno al meglio e forse, in primavera, potremo incontrarci nuovamente all'aperto. Vi auguriamo quindi di trascorrere i prossimi mesi in salute, tranquillità e fiducia nel futuro e... all'anno prossimo!

LOCARNESE E VALLI

Solidarietà

Questa primavera abbiamo dovuto affrontare l'influenza Coronavirus 19. Abbiamo dovuto chiudere i nostri centri per evitare il diffondersi della pandemia. Impossibile conciliare le nostre attività basate sulla convivialità e vicinanza con le misure da applicare. Con soddisfazione e riconoscenza abbiamo constatato che molte persone, dai giovani agli anziani si sono prodigati per sostenere e alleggerire le difficoltà che abbiamo dovuto affrontare. Si sono attivate le autorità controllando l'evolversi della pandemia, obbligandoci a ristrettezze che mai avremmo pensato un giorno di dover affrontare. Si sono attivate le strutture sanitarie con uno sforzo encomiabile. In ore di lavoro impegnandosi psicologicamente e fisicamente si sono attivati i giovani aiutandoci a rifornirci i beni di prima necessità, portandoci la spesa a casa. Si sono impegnati tutti quelli che lavorano per non lasciarci mancare i beni di prima necessità in primis i generi alimentari. Tante di queste persone hanno rischiato la loro salute. Gran parte degli anziani hanno potuto utilizzare la tecnologia, il cellulare, internet... per mantenere i contatti con i famigliari e le persone care. Chi, come il sottoscritto, vive in periferia ha potuto vivere in un'abitazione comoda, permettersi una passeggiata giornaliera lontano dai pericoli di contatti pericolosi. Purtroppo molta gente ha dovuto invece superare la primavera in appartamenti piccoli.

L'ATTE ha distribuito ai suoi soci dei supplementi della rivista, ha attivato un numero telefonico per permettere a chi non aveva contatti con l'esterno di conversare, ha cercato di mantenere le attività che ci erano permesse dalle autorità, alcune via computer come i corsi dell'UNI3. Tutti si sono impegnati in uno slancio di solidarietà personale

e finanziaria anche se, come spesso accade, c'è stato anche chi ha approfittato della situazione per guadagnare dei soldi, ne è stato un esempio il costo delle mascherine. Mi auguro che questa pandemia ci porti a riflettere su come viviamo le nostre vite e soprattutto che la solidarietà che abbiamo toccato con mano diventi parte integrante di questa società.

L'ATTE ha vissuto finora di volontariato, un modo di essere solidali che spero continuerà ad esistere anche in futuro.

Il presidente, Giancarlo Lafranchi

In ricordo di Noris Remonda

Nei primi giorni di luglio ha concluso la sua vita terrena Noris Remonda. La ricordiamo come responsabile e animatrice del Centro Atte della sezione Locarnese e valli. La sua attività si è protratta per una ventina di anni. Negli ultimi tempi la sua salute non le ha più permesso di partecipare alla vita del centro al quale era molto legata. Aveva la facilità di scrivere e non perdeva occasione per esprimere i suoi pensieri con passione. I soci che hanno frequentato il centro la ricordano sempre presente e disponibile. In questo momento di commiato la ringraziamo sentitamente per tutto il lavoro e il bene che ha profuso per permettere al nostro gruppo di crescere.

Con riconoscenza, il comitato sezionale.

LUGANESE

Un centro attivo nel limite del possibile

Il nostro Centro ad inizio gennaio aveva ripreso l'attività, dopo la breve chiusura per le vacanze di Natale, con una buonissima affluenza e con grande soddisfazione di tutti gli utenti.

Purtroppo a marzo a seguito delle decisioni del Governo per contrastare il Covid 19 abbiamo dovuto chiudere le attività del centro.

Le nostre coordinatrici Lorenza, Maya e Stephanie hanno continuato a lavorare in particolare al mattino quale supporto all'attività del Servizio cure a domicilio del Mendrisiotto e basso Ceresio e il pomeriggio a sostenere con telefonate e aiuti di vario tipo tutti gli utenti del nostro Centro.

Il 18 maggio è stato possibile riaprire parzialmente il centro e a giugno vi è stata la possibilità di poter nuovamente pranzare anche se con tutte le precauzioni e le distanze da mantenere.

I mesi di giugno e luglio sono stati impegnativi al profilo non solo della presa a carico degli utenti ma anche per quanto riguardava il pranzo che ci veniva fornito con servizio catering. Ad agosto la situazione è migliorata con presenza in loco del cuoco che ci garantisce i pasti durante le chiusure dell'Otaf e dal primo settembre si è potuto ricominciare in modalità normale per quanto riguarda

la cucina gestita da Otaf. Le nostre collaboratrici in questi mesi hanno fatto miracoli per garantire un'accoglienza e la presa a carico ottimale di tutti gli utenti. Il non poter avere i volontari in aiuto ci ha fatto apprezzare ancora di più tutto il lavoro che questi ultimi fanno con grande impegno.

A settembre abbiamo potuto aprire il centro anche alle altre attività che da sempre lo caratterizzano. Attività molto apprezzate dai nostri soci anche se le stesse devono essere fatte con numeri ridotti per poterne garantire lo svolgimento con tutte le norme imposte dal Covid.

Dobbiamo ringraziare tutti coloro che hanno contribuito al buon funzionamento del Centro anche in situazioni difficili ed in particolare Lorenza, Maya e Stephanie.

La situazione attuale non è sicuramente delle migliori ma confidiamo che le autorità preposte a prendere le decisioni tengano in debito conto sia la sicurezza fisica dei nostri anziani ma anche la loro fragilità e il bisogno di non essere nuovamente ghettizzati.

Il presidente, Achille Ranzi

Gruppo alto Vedeggio

Merenda... e tanti sorrisi (in sicurezza)

Dopo mesi di isolamento non ci bastava più scrivere un biglietto, passare per un saluto sulla soglia di casa. Più soci ci manifestavano il desiderio di ritrovarci di persona per constatare come stavamo, per passare un momento in compagnia.

Il comitato, anche durante questo duro periodo di isolamento, si è sentito più volte per decidere che cosa avrebbe potuto fare; ci sarebbe piaciuto mantenere il pranzo, ma il Centro diurno era chiuso, le direttive ATTE non ci permettevano – giustamente – di ritrovarci. Ma dentro tutti noi aumentava di giorno in giorno la voglia di incontrare realmente i nostri amici.

Così abbiamo pensato di organizzare una merenda al Grotto del Ceneri per il 24 settembre. Chi



Il 24 settembre, merenda con candeline per il Gruppo Alto Vedeggio. Auguri alla signora!

conosce i luoghi sa che il posto è ideale: tavoli all'aperto, castagni maestosi come cornice e tranquillità; inoltre il ritrovo pubblico è facilmente raggiungibile da tutti con i mezzi privati. Purtroppo, oltre al Covid-19, a inizio settimana il tempo ci ha messo il suo zampino impertinente: quel giovedì, la giornata non era delle più favorevoli per una merenda all'aperto, visto che nuvole e pioggia la facevano da padrone.

Ma quando ci siamo ritrovati, tutte le preoccupazioni e i pensieri sono passati, alla vista della nostra famiglia ATTE riunita: tanti sorrisi, tanta voglia di chiacchierare con gli amici, sapere come ciascuno stava e come gli altri avevano vissuto questo lungo periodo sospeso.

Abbiamo passato due ore molto piacevoli e distensive, potendoci parlare, beneficiando in modo prudente anche di un certo contatto diretto, guardandoci negli occhi. Per chiudere in bellezza abbiamo pure colto l'occasione di festeggiare un nostro membro di comitato che da lì a pochi giorni avrebbe spento 90 candeline. Senza dimenticare il racconto in rima, letto da un altro amico, che ha riassunto da par suo la vera storia del Ceneri. Nessun abbraccio, niente strette di mano, forse ogni tanto è magari mancata la distanza, tuttavia la gioia di essere assieme è stata completa e ben dimostrata dai molti sorrisi che ci siamo scambiati. Dopo qualche preoccupazione successiva, noi organizzatori abbiamo infine constatato con sollievo come nessuna "corona infetta" avesse partecipato alla nostra festa. Abbiamo ora deciso di lasciare traccia di quel pomeriggio ricreativo per ringraziare tutti i partecipanti, per abbracciare idealmente chi non vi ha partecipato, sperando di potere nuovamente ritrovarci prima della fine dell'anno.

MENDRISIOTTO

Gruppo Novazzano

Covid, una testimonianza

Personalmente non ho avuto conseguenze dirette con questa pandemia. Seguivo sempre le conferenze alla televisione. A volte pensavo anch'io che erano esagerati i consigli che venivano dati. Mi ha dato fastidio la proposta di un gruppo politico

per fare un'inchiesta sui morti nelle case per anziani. Quando poi hanno lasciato libero l'accesso alle discoteche si è visto quanto sia necessaria la distanza.

Nel periodo della pandemia ho dovuto rinviare di quindici giorni un'importante operazione a causa del pericolo di infezioni. Eseguito un intervento (andato a buon fine) sono rimasto al Cardiocentro per otto giorni, poi mi hanno trasferito all'OBV di Mendrisio, per essere più vicino ai figli, che anche se non potevano venire in visita, mi salutavano dalle finestre. Dopo una settimana mi hanno detto che potevo tornare a casa o in un altro luogo, per la riabilitazione. Ho scelto di andare alla clinica Santa Lucia di Arzo, perché non volevo dare pensieri ai figli. Purtroppo questa volta non sono stato soddisfatto; questo non a causa della clinica ma del Coronavirus. Sette anni fa, quando ero stato mandato lì dopo un'operazione, dopo le cure ero libero di ricevere e di passeggiare fuori dalla struttura anche da solo. Anche il servizio a tavola era ottimo e c'era molta condivisione con gli altri ospiti. Invece ora, dopo aver fatto la fisioterapia, si mangiava ognuno nella propria stanza. A volte non si poteva nemmeno fare due passi nel corridoio. Se andavo a casa dopo l'ospedale non avrei subito queste limitazioni, perché avrei potuto usufruire come ho fatto dal momento della dimissione, dell'aiuto domiciliare e potevo scendere nel parco a passeggiare e, a debita distanza, socializzare con i vicini di casa.

Essendo anche membro del Centro ATTE di Novazzano, ho visto cos'è successo durante la pandemia; molti volontari che lavoravano a stretto contatto con gli aventori hanno dovuto subire la quarantena a casa e tre o quattro sono stati ospedalizzati. Sono deceduti anche due soci del Centro. Uno era Irco Maspoli di Balerna, ottimo partecipante del coro ATTE. Quando c'erano le prove esortava i soci: «*su nemm che l'è ora.*»

All'ultima assemblea ordinaria del Centro, svoltasi a febbraio, dopo il pranzo abbiamo cantato alcune canzoni e Irco mi ha proposto di entrare nel coro ma a me sembrava di essere stonato. Lo avevo conosciuto già sul lavoro, quando faceva l'ambulante sui treni. Un altro era Silvano Bemasconi, anche

lui di Balerna, con cui giocavamo a carte, specialmente agli Ass.

Ora cominciamo a riaprire tre Centri e speriamo che tutto funzioni bene, nell'osservanza di tutte le regole imposte dal Coronavirus.

(Raimondo Cereghetti, 26 agosto)

Gruppo Monte San Giorgio

Passeggiata culturale

In un bel pomeriggio di lunedì 26 settembre, un piccolo gruppo dell'ATTE Monte San Giorgio ha passeggiato con l'artista Tazio Marti nel ridente villaggio di Arzo. Scopo dell'incontro era la visita dei dipinti trompe-l'oeil fatti dall'artista. Interessante scoprire i dipinti murali nei vecchi nuclei del paese, con immagini di bei colori che creano vita e danno luce alle case. Dipinti dove si scoprono uccelli, farfalle, gatti, galline e volti che sembrano vivi e in movimento.

«In effetti lo scopo di questo stile d'arte – dice Tazio – è di ingannare l'occhio» per poi aggiungere «l'arte trompe-l'oeil è di origine antica, è una tecnica pittorica che attraverso l'uso sapiente delle ombre e delle luci, genera giochi di profondità e di rilievo, che aggiungendo l'uso sapiente degli spunti ingannevoli alle percezioni visive, creano una realtà illusoria.»

Tazio Marti usa questa tecnica non solo a scopo decorativo, nei suoi lavori aggiunge sempre un pizzico di surrealismo, un elemento curioso e intrigante. L'artista dal 1976 è pittore a tempo pieno, mostre personali e collettive in Svizzera e all'estero, vive e lavora a Besazio (nel Mendrisiotto).

Dopo aver ammirato 15 ritratti, perché altri erano all'interno delle abitazioni, il gruppo soddisfatto ha fatto una pausa da Seo, dove con un piccolo rinfresco ha ringraziato Tazio Marti per il bel pomeriggio trascorso insieme.

Comunicazione: *a tutti i corrispondenti di sezione grazie mille per la vostra collaborazione. Questo momento difficile ha messo in pausa tutte le attività ma è sempre possibile condividere riflessioni o auguri su queste pagine. Il termine per l'inoltro dei vostri testi per l'edizione di febbraio è fissato per il primo gennaio 2021.*

“TI Telefono”

LA LINEA VERDE DELL'ATTE PER FARE CONVERSAZIONE

0800 00 29 00

IL SERVIZIO È RIVOLTO A TUTTI GLI ANZIANI DEL CANTONE
ORARI: TUTTI I GIORNI DAL LUNEDÌ AL VENERDÌ DALLE 10.00 ALLE 12.00 E DALLE 14.00 ALLE 18.00
MAGGIORI INFORMAZIONI SUL SITO DELL'ATTE: WWW.ATTE.CH

Rodari: le opere da consigliare a cento anni dalla nascita

di Melanie Karen Müller

Ci sono autori che si possono riassumere in un elenco di testi, articoli, o libri. Forse una riga o due di biografia e qualche curiosità. Poi ci sono autori che, invece, non potrebbero essere descritti nemmeno guardando tutta la loro vita registrata minuto per minuto, poiché le ramificazioni delle loro opere entrano con foglie, fiori, e frutti nelle vite degli altri, facendo nascere interi giardini di letteratura, idee ed espressioni. Questo è il caso di Giovanni Rodari, meglio noto ai più come Gianni Rodari.

Rodari è stato uno scrittore e giornalista italiano, nato a Omegna, sul lago d'Aorta, il 23 ottobre 1920 e morto a Roma il 14 aprile 1980. È stato l'unico italiano a vincere, nel 1970, il Premio Hans Christian Andersen, considerato dalla comunità letteraria internazionale come il Nobel alla letteratura per l'infanzia. Nel 1937 si diploma come maestro e, dopo aver frequentato la Facoltà di Lingue presso la Cattolica di Milano, alla quale si iscrive nel 1939, abbandona gli studi, dedicandosi all'insegnamento in varie località del varesotto. Attivo nella Resistenza italiana durante il secondo conflitto mondiale, dopo la guerra Rodari si dedica al giornalismo, arrivando presto a posizioni di rilievo ne "L'Ordine Nuovo" di Varese (del quale la testata nazionale è fondata da Antonio Gramsci nel 1919) e di cui è direttore. Successivamente scriverà per "L'Unità" di Milano, nel 1947. Nel 1949 però si ha la svolta vera e propria e, all'interno de "L'Unità" milanese, gli viene affidata *La domenica dei piccoli*, rubrica dedicata all'infanzia e all'adolescenza. Nel 1950 si trasferisce a Roma per fondare e dirigere *Il Pioniere*, settimanale dell'Associazione Pionieri d'Italia, dedicato alle fasce dell'infanzia e della preadolescenza. Tra il 1950 e il 1970, anno dell'assegnazione del Premio Hans Christian Andersen, si dedica prevalentemente a testi di vario genere come articoli, rubriche, libri per l'infanzia e collaborazioni a vario titolo sempre dedicate ai ragazzi. Di rilievo è il lavoro di autore televisivo per *Giocagìò* (trasmesso tra il 1966 e il 1969) programma dedicato all'infanzia per RAI e BBC.

Il capolavoro che renderà la sua opera immortale è *La grammatica della Fantasia, introduzione all'arte di inventare storie* (Einaudi, 1973, ristampato quest'anno dalla stessa casa editrice in occasione del centenario dalla nascita), destinato ad un pubblico più adulto, nello specifico ad insegnanti, genitori ed educatori, e contenente molte delle teorie pedagogiche utilizzate dall'autore, sintesi di un decennale lavoro nel campo dell'infanzia e dell'adolescenza. Il testo introduce anche il tema della *Fantastica*, prendendo spunto dalle parole del poeta Novalis: «Se avessimo anche una *Fantastica*, come una *Logica*, sarebbe scoperta l'arte di inventare» (da: *Frammenti*, prima pubblicazione 1798).

L'opera pedagogica si sviluppa nel 1976 quando Rodari insieme alla partigiana e giornalista Marisa Musu fonda il *Coordinamento dei Genitori Democratici* componente del Forum nazionale dei genitori nella scuola, affiliato al Ministero dell'Istruzione della Repubblica Italiana.

Nel tempo adotta alcuni pseudonimi, tra i quali Francesco Ariocchi e Benelux con i quali firma raccolte di leggende e folklore (Ariocchi) e alcuni articoli sul Paese Sera (Benelux).

Se è vero che Gianni Rodari ha materialmente contribuito a gran parte della pedagogia come la conosciamo oggi, è altrettanto vero che quale autore è stato particolarmente prolifico. È molto difficile individuare una selezione di opere che possano essere migliori di altre, quindi di seguito sono presentati i testi che hanno avuto particolare rilievo per ragioni aggiunte al pregio letterario. Alcune opere di particolare innovazione sono *Favole al telefono* (Einaudi, 1962), indirizzato ai padri lontani per lavoro dalla propria famiglia che possano idealmente raccontare una favola della buona notte ai propri figli anche se distanti, e la favola *La freccia azzurra* (Editori Riuniti, 1954) ambientato durante la festa dell'Epifania, in controtendenza alle storie per bambini e ragazzi ambientate nel periodo natalizio.



“ Se un bambino scrive nel suo quaderno «l'ago di Garda», ho la scelta tra correggere l'errore con un segnaccio rosso o blu, o seguirne l'ardito suggerimento e scrivere la storia e la geografia di questo «ago» importantissimo, segnato anche nella carta d'Italia. La Luna si specchierà sulla punta o nella cruna? Si pungerà il naso? „

(Gianni Rodari, *la Grammatica della Fantasia, introduzione all'arte di inventare storie*)

Neolab

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

Montascale, un aiuto alla vostra indipendenza

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

NOVITÀ,
sedile girevole
automatico



FLOW II,
le scale sono il mio lavoro



Novazzano

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

Orari di apertura

da lunedì a venerdì
8.00 - 12.00 / 13.00 - 17.30

Bellinzona

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

Orari di apertura

da lunedì a venerdì
8.30 - 12.00 / 14.00 - 18.30

Minusio

Il vostro punto vendita
in collaborazione
con la farmacia

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

Orari di apertura

da lunedì a venerdì
8.15 - 12.00
14.00 - 18.30

Bellinzona

Minusio

Novazzano

Consulenza gratuita, chiamateci al numero 091 683 03 51

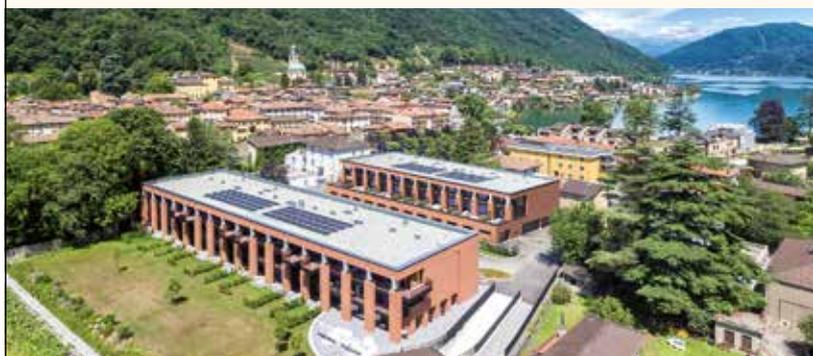
www.neolab.ch



RESIDENZA MARTINA

RIVA SAN VITALE

La migliore alternativa alla propria casa



Affittiamo ultimi appartamenti senza barriere architettoniche

Progettata pensando alle esigenze delle persone della terza e quarta età, la Residenza offre una soluzione abitativa intermedia dove, in collaborazione con l'Associazione per l'Assistenza e la Cura a Domicilio del Mendrisiotto e Pro Senectute Ticino e Moesano, è attivo un operatore qualificato (Custode Sociale), al quale compete l'erogazione e il coordinamento di prestazioni di cura e di assistenza, prevenzione e socializzazione.

Residenza Martina

Via dell'Indipendenza 10, 6826 Riva San Vitale
Tel. 091 648 11 22 / 88 - Cell. 079 778 03 19
www.residenzamartina.ch - info@residenzamartina.ch

Tarchini Residential Real Estate SA

Centro Galleria 3
6928 Manno
Tel. 091 610 81 11 - www.tarchinigroup.com

In collaborazione con:



**PRO
SENECTUTE**
PIÙ FORTI INSIEME

GIOCHI IN RIMA

Cambi di iniziale (5)

In Malcantone

Per la xxxxx di Natale
questa volta vado a Yxxxx,
quella chiesa non è male
e almeno non c'è zxxxx.



CINEQUIZ

Mettete alla prova le vostre conoscenze cinefile individuando a quale film famoso o serie tv appartengono le seguenti battute di culto. Cominciando da due film natalizi per antonomasia. E Buone Feste a tutte e a tutti.

1. "Signore, se porterò a buon fine questa missione (...) potrei poi avere le ali? Sono più di duecento anni che le sto aspettando, e già si comincia a mormorare"
2. "Come un cactus sei spinoso, come un rospo scivoloso, signor Grinch!"
3. "Mamma diceva sempre: la vita è uguale a una scatola di cioccolatini, non sai mai quello che ti capita"
4. "Sono il re del mondo"
5. "Che hai fatto in tutti questi anni?"/
"Sono andato a letto presto"
6. "Ho smesso di fumare. Vivrò una settimana di più e in quella settimana poverà a dirrotto"
7. "Sei solo chiacchiere e distintivo"
8. "Ti farò un'offerta che non puoi rifiutare"
9. "Dobbiamo spostare l'isola"
10. "L'inverno sta arrivando"

CAPODANNO FORTUNATO

Dalle lenticchie ai talleri di cioccolato, dagli indumenti rossi, al vischio, in tutto il mondo l'arrivo dell'anno nuovo viene festeggiato con piccoli portafortuna. Alcuni di questi li abbiamo nascosti nella griglia qui sotto. Trovateli!

BIETOLA
CIAMBELLE
CASTAGNE
LENTICCHIE

LITCHI
MANDARINI
MARZAPANE
MELOGRANO

NOCI
PEPERONCINO
RISO
ROSSO

TALLERI
UVA
VISCHIO
ZAMPONE



CACCIA AL NUMERO MANCANTE

In tutti i tre casi seguite lo stesso schema per ottenere il numero che figura al centro del cerchio partendo dai quattro numeri negli esagoni. Quale numero va messo al posto del punto interrogativo?



Fonte: Lega svizzera per il cervello

Soluzioni:
1. La vita è meravigliosa 2. Il Grinch 3. Forrest Gump 4. Titanic 5. C'era una volta in America 6. Manhattan 7. Gli Intoccabili 8. Il padrino 9. Serie tv Lost 10. Serie tv Il trono di spade
GIOCHI IN RIMA messa - Sessa - Sessa - Sessa
CACCIA AL NUMERO MANCANTE Partendo dai numeri ai due estremi delle diagonali, si sottrae il più piccolo dal più grande. I due numeri che ne risultano vengono poi moltiplicati. Al posto del punto interrogativo va messo 10 (7-2=5; 3-1=2; 5x2=10). Sono possibili anche altre soluzioni.



Esserci sempre, da cento anni

Campagna sostenitori del Centenario

Un grande traguardo, un grande sostegno!



La Legge federale sull'assicurazione malattie (LAMal) non copre tutte le spese in caso di intervento di un'ambulanza, sia che si tratti di salvataggio, soccorso o trasporto, ma solo il 50%.

Coloro che non sottoscrivono un'assicurazione complementare si vedono costretti a saldare di tasca propria la parte non coperta della fattura.

Croce Verde Bellinzona prevede importanti agevolazioni, in caso di intervento di un'ambulanza, per i suoi soci sostenitori (fr. 40.-- persona singola o fr. 70.-- famiglie, vedi regolamento sostenitori su www.cvbellinzona.ch).

Un grande GRAZIE a coloro che, pur avendo una copertura assicurativa, sostengono e credono negli ideali umanitari del nostro Ente.

CROCE VERDE BELLINZONA, Via Rodari 6, 6500 Bellinzona 2
tel. 091 820 05 13, fax 091 820 05 29
sostenitori@cvbellinzona.ch www.cvbellinzona.ch

