

terzaetà

RIVISTA PERIODICA ATTE - ASSOCIAZIONE TICINESE TERZA ETÀ

ROSY NERVI & FLAVIO SALA

IN:



L'ULTIMA SCIANCES

È possibile innamorarsi nella terza età?

Ernesto e Vittoria si incontrano casualmente, entrambi over 65. I due sono caratterialmente opposti, ma tra loro nasce un legame che durante la commedia evolve oltre l'amicizia.

Le organizzazioni: ATTE, Pro Senectute, AILA-OIL, GenerazionePiù, Associazione Opera Prima e Generazione&Sinergie hanno il piacere di proporre questo spettacolo che vuole toccare un tema importante, quello dell'affettività e sessualità nella terza età. Non è mai troppo tardi per innamorarsi e per iniziare una nuova relazione. La pièce affronta questo argomento delicato con comicità ma senza banalizzarlo. Una pièce divertente che termina in un modo originale.

Rappresentazioni in tutto il Cantone

- 18 settembre 2024, Cinema Lux, Massagno, ore 15:00
- 25 settembre 2024, Centro Scolastico Canavée, Mendrisio, ore 15:00
- 10 ottobre 2024, Spazio Aperto, Bellinzona, ore 15:00
- 19 novembre, Sala dei Congressi, Muralto, ore 15:00

Con la partecipazione di Francesca Ravera, psicologa

Iscrizione obbligatoria entrando sul nostro sito: www.atte.ch oppure chiamando lo 091 910 20 21.

Per maggiori informazioni consultare il sito www.atte.ch.

Opinione pubblica e rivoluzione dell'informazione: un incontro sull'evoluzione dei mass-media

Come consuetudine, anche quest'anno in occasione della Giornata internazionale delle persone anziane, l'ATTE Cantonale ha organizzato un pomeriggio di riflessione e discussione su un tema d'attualità. Dopo la digitalizzazione nella terza e quarta età, i riflettori questa volta verranno puntati sulla rivoluzione in atto, ormai da più di un decennio, nel settore dell'informazione. Argomento centrale dell'incontro sarà infatti: **"Opinione pubblica e rivoluzione dell'informazione. Ruolo e responsabilità dei mass-media nella formazione dell'opinione pubblica oggi: sfide, opportunità e rischi, tra mass-media tradizionali e nuovi media"**.

Viviamo in un'epoca in cui l'informazione è accessibile come mai prima d'ora, con una vastissima quantità di contenuti disponibili a portata di click. Tuttavia, questa abbondanza di informazioni porta con sé anche una serie di sfide significative. La responsabilità dei mass-media nel plasmare l'opinione pubblica non è mai stata così grande e noi tutti, come fruitori di queste informazioni, dobbiamo essere consapevoli dei rischi e delle opportunità che ne derivano.

I mass-media tradizionali, come giornali, radio e televisione, continuano a giocare un ruolo fondamentale, ma sono affiancati e spesso superati dai nuovi media digitali, come i *social network* e le piattaforme *online*. Questi nuovi media offrono opportunità senza precedenti per la diffusione delle informazioni, ma presentano anche

rischi significativi, come la diffusione di *fake news* e la polarizzazione delle opinioni.

L'Incontro cantonale 2024 sarà un'occasione unica per approfondire questi temi di grande attualità. Abbiamo invitato esperti del settore e professionisti della comunicazione che ci guideranno attraverso un pomeriggio di dibattito e riflessioni. Discuteremo il ruolo dei giornalisti e delle nuove piattaforme digitali, esplorando come queste influenzano la formazione dell'opinione pubblica. Sarà un'opportunità per capire meglio come navigare nell'oceano di informazioni disponibili, imparando a riconoscere le fonti affidabili e a distinguere il vero dal falso.

Vi invitiamo a partecipare a questo incontro stimolante e arricchente. Sarà un momento importante per tutti noi, non solo per rimanere aggiornati sui cambiamenti in atto nel mondo dell'informazione, ma anche per riflettere insieme su come questi cambiamenti influenzano le nostre vite quotidiane e la società nel suo complesso. La vostra presenza e le vostre suggestioni saranno importanti per il buon esito di una tavola rotonda che vorrebbe contribuire alla costruzione di una consapevolezza collettiva sul tema dell'informazione. Per allietare il pomeriggio saranno inoltre previsti degli intermezzi musicali.

Vi aspettiamo numerosi il prossimo 24 ottobre all'Auditorium di Bellinzona.

Il Consiglio direttivo, Giampaolo Cereghetti

editoriale





Rivista periodica ATTE

Associazione Ticinese Terza Età
Anno XLII - N. 4 - Settembre 2024
Tiratura: 10.000 copie

Distribuzione:

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

Responsabile

Laura Mella

Hanno collaborato a questo numero

Veronica Trevisan, Maria Grazia Buletti, Claudio Guarda, Marisa Marzelli, Alessandro Zanolì, Maud Morotti, Franca Bonalumi, Giampaolo Cereghetti, Emanuela Epiney-Colombo, Silvano Marioni, Loris Fedele, Mario Maldini,

Corrispondenti dalle sezioni

Aldo Albisetti, Gian Piero Bianchi, Maurizio Lancini, Gabriele Brughelli

Comitato cantonale ATTE

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

Presidenti onorari:

Pietro Martinelli, Agnese Balestra-Bianchi

Segretario generale ATTE

Gian Luca Casella

Redazione terzaetà

c/o Segretariato ATTE
redazione@atte.ch

Segretariato ATTE

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

Impaginazione

Laura Mella

Stampa

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

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

In copertina: pannocchie di mais. Questo cereale è attualmente il più coltivato a livello globale. La Svizzera è tra gli stati con la resa - tonnellate per ettaro all'anno - maggiore al mondo (11 tonnellate per ettaro nel 2020).

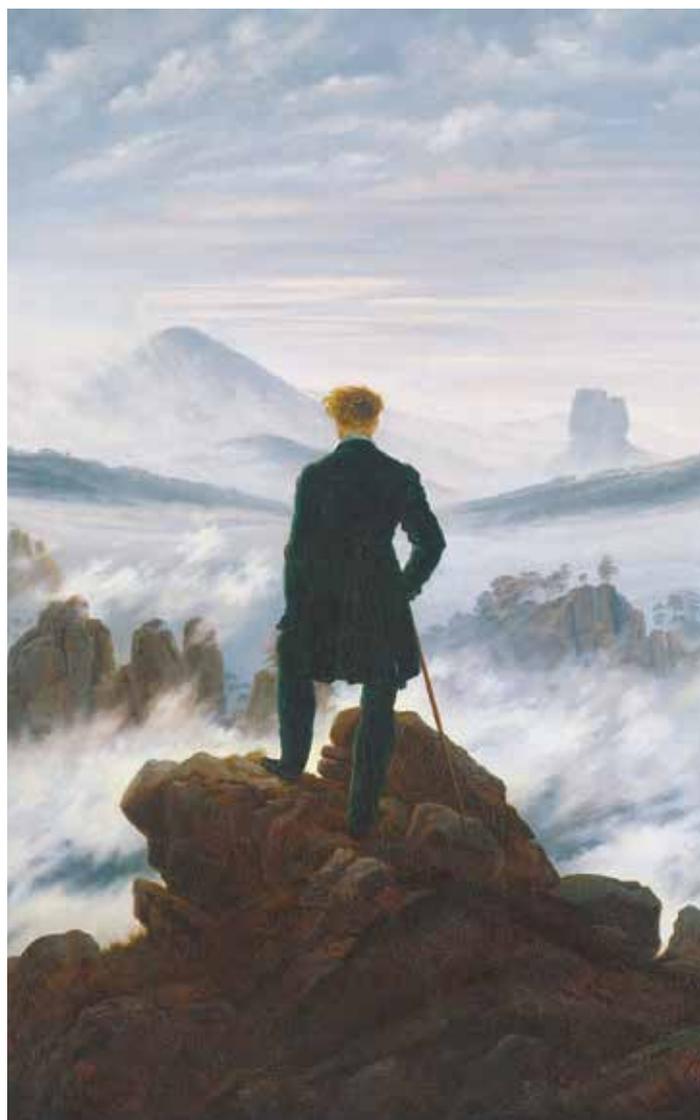
6



ATTUALITÀ ATTE

Uno sguardo ai servizi che riprendono a settembre e ai contenuti emersi in occasione dell'Assemblea cantonale di maggio.

21



ARTE

La grande arte di Caspar Friedrich, il più importante pittore del Romanticismo tedesco nel 250° anniversario della sua nascita.

12



SCIENZA

Perché la biodiversità è importante per l'uomo? Cosa stiamo facendo per preservarla? Ce lo spiega Loris Fedele nel suo articolo.

24



MUSICA

Un viaggio nel tempo con l'economista Martino Rossi.

29



SALUTE

Ottobre mese della vista, cosa si può fare per i nostri occhi.

16



TRADIZIONI

Fiabe e cinema, come cambiano le storie nei nuovi media.

30



VIAGGI

Alla scoperta delle bellezze dell'Ecuador.

VITA DELL'ATTE

33 PROGRAMMA VIAGGI

37 SEZIONI E GRUPPI

42 LA BACHECA

RUBRICHE

15 BUONO A SAPERSI

19 CINEMA

32 VOX LEGIS

36 CURIOSATTE

47 PER DISTRARSI

COLLABORAZIONI

27 ATIDU



CANTINE D'AUTUNNO IN TRENINO

6-9 ottobre 2024



TRIESTE E I SUOI CASTELLI

21-24 novembre 2024

Per informazioni: Segretariato ATTE Servizio viaggi, tel: 091 850 05 51/59, mail: viaggi@atte.ch

Riapre a settembre lo Sportello digitale

120 incontri, 240 ore di consulenza e 400 anziani supportati nelle difficoltà che incontrano usando cellulari e tablet. Sono questi i numeri dello Sportello digitale, servizio attivato dall'Associazione ticinese Terza Età (ATTE) con l'intenzione di creare uno spazio di incontro personalizzato e gratuito, dove le persone anziane possono trovare assistenza, chiedere informazioni e ottenere supporto per l'uso appunto di tablet e smartphone. Dopo la pausa estiva, lo Sportello è pronto a riaprire i battenti e sarà di nuovo attivo a partire da settembre nelle seguenti sedi: Locarno, Bellinzona, Arbedo Castione, Ambri, Maroggia e Chiasso.

Partito nel novembre del 2023 con il sostegno della Fondazione Ghisletta di Bellinzona e della Fondazione Cornelius Knüpffer di Lucerna, il progetto ha subito incontrato il favore del pubblico, tanto che le sedi in cui è stato attivato si sono presto moltiplicate. In sette mesi di attività le domande poste dagli utenti sono state le più variegata e hanno toccato diversi aspetti del mondo digitale tra cui l'archiviazione e l'invio di foto e video tramite cellulare o via mail, l'utilizzo dei social media e di Whatsapp, la creazione e la modifica di una password sicura, il riconoscimento facciale, l'installazione e l'utilizzo di applicazioni come quella delle FFS o ParkingPay. Ha risposto alle domande un nutrito gruppo di volontari che, con la loro preziosa collaborazione, ha costituito la base del successo dell'iniziativa.

Al fine di poter continuare a proporre questo servizio e di ampliarne l'offerta sul territorio, l'ATTE è sempre alla ricerca di nuove persone. Gli interessati possono rivolgersi alla responsabile del volontariato Katjuska Schär (volontariato@atte.ch).

Il calendario con le nuove date è pubblicato a pag. 14

Teatro di Chiasso: biglietti a prezzi speciali per i soci ATTE

Anche per la prossima stagione artistica al Cinema Teatro di Chiasso si rinnova l'accordo con ATTE, un'iniziativa che permette a tutti i soci del nostro cantone di usufruire di particolari facilitazioni sull'acquisto dei biglietti.

Da un lato sarà riproposta la possibilità di staccare un "Mini abbonamento", valido per quattro spettacoli di teatro, musica e danza al costo speciale di 90 CHF.

Ricordando che il cartellone della stagione 2024-20225 sarà presentato ufficialmente il prossimo 5 settembre, il titolo degli spettacoli compresi nell'abbonamento sarà comunicato in quella data. Il termine di iscrizione per chi fosse interessato alla formula promozionale è fissato al 12 ottobre 2024. Le richieste vanno inviate a cassa.teatro@chiasso.ch o telefonicamente allo +41 (0)58 122 42 78.

Un'altra possibilità per i soci ATTE è quella di usufruire di un'offerta agevolata a singoli spettacoli al prezzo di 25 CHF formando gruppi di minimo 10 persone.

Le prenotazioni vanno inviate entro due settimane dalla data dello spettacolo prescelto direttamente al gruppo ATTE di Chiasso (per informazioni scrivere a atte.chiasso@gmail.com o telefonare allo 079 511 24 74).

Solidarietà alla Mesolcina e alla Vallemaggia

I violenti nubifragi che si sono abbattuti sulla Mesolcina e sulla Vallemaggia lo scorso mese di giugno hanno provocato delle drammatiche perdite umane e materiali, di fronte alle quali anche l'Associazione Ticinese Terza Età è rimasta scossa. Quale segno di partecipazione solidale alla tragedia vissuta dalle popolazioni toccate dalle disastrose alluvioni, il Consiglio Direttivo ha deciso di versare a nome dell'ATTE un contributo finanziario simbolico ai Comuni di Cevio (1'500 CHF) Lavizzara (1'500 CHF) e Lostallo (1'500 CHF).

Cogliamo l'occasione per esprimere la più sincera vicinanza alle popolazioni colpite e ringraziare tutte le forze di intervento e i volontari che hanno lavorato e stanno ancora lavorando per ricostruire ciò che la furia della natura ha distrutto.

Volete fare parte di una giuria teatrale?

Dopo il successo delle precedenti edizioni, torna per la terza volta in seno al progetto Restez FIT!, il Tandem intergenerazionale anziani/giovani, durante il Festival Internazionale del teatro e della scena contemporanea (FIT) in programma a Lugano dal 4 al 13 ottobre. L'obiettivo è di dare agli anziani nuovi stimoli, suscitare la curiosità, valorizzare la loro visione, evitare l'isolamento sociale e creare un ponte con altre generazioni. Dieci anziani interagiranno con altrettanti ragazzi, formando la "Giuria dei saggi" e la "Giuria dei giovani", chiamate a discutere insieme alcuni spettacoli del FIT, per poi assegnare un premio.

Il FIT cerca dunque una decina di persone anziane amanti del teatro e desiderose di confrontarsi con dei giovani disposte ad impegnarsi per vari giorni. Dopo mezza giornata di preparazione (domenica 29 settembre, ore: 14:30-16:30) si richiede di assistere a cinque spettacoli del Festival (durata massima un'ora) tra il 6 e il 13 ottobre, in mattinata o nel pomeriggio al Teatro Foce di Lugano, seguiti da un incontro di discussione con il gruppo. Durante le pause pranzo (pranzo offerto) si potrà partecipare facoltativamente a trasmissioni della radio del Festival.

Le socie e i soci ATTE interessati possono rivolgersi per informazioni e iscrizioni alla curatrice del progetto Katia Gandolfi: tel: 091/225.67.61; e-mail: press@fitfestival.ch





Il nuovo Comitato, da sinistra: Aldo Albisetti, Giorgio Comi, Gabriella Conceprio, Eros De Boni, Franca Da Rin, Bruno Balestra, Giampaolo Cereghetti, Daniele Raffa, Mauro Chinotti, Daniel Burckhardt, Gabriella Petraglio, Pierre Spocci, Achille Ranzi, Fabio Sartori e Luca Maria Guidicelli.

Cronaca di un'Assemblea ricca di emozioni

Redazione

Alla presenza del Sindaco di Mendrisio Samuele Cavadini, giovedì 16 maggio si è tenuta al Mercato coperto di Mendrisio l'Assemblea cantonale dell'Associazione Ticinese Terza Età, durante la quale è stato nominato il nuovo comitato per il quadriennio 2024-2028, che sarà composto da: Aldo Albisetti, Bruno Balestra, Daniel Burckhardt, Giampaolo Cereghetti, Mauro Chinotti, Giorgio Comi, Eros De Boni, Achille Ranzi, Fabio Sartori, Pierre Spocci e dagli entranti Gabriella Conceprio, Franca Da Rin, Luca Maria Guidicelli, Gabriella Petraglio e Daniele Raffa. Confermato, per la terza volta, nel ruolo di presidente Giampaolo Cereghetti. Approvati all'unanimità il Rendiconto, il Consuntivo e il Rapporto di revisione 2023, così come il Preventivo 2024 e la nomina dell'Ufficio di revisione per l'esercizio 2024-2028. Della giornata, che si è svolta in un clima disteso, vi proponiamo qui alcuni momenti salienti.

Il saluto del Cosigliere di Stato Raffaele De Rosa

A causa di un impedimento dell'ultimo minuto il direttore del DSS non ha potuto presenziare all'Assemblea, ha però inviato un saluto letto in sala dal presidente Giampaolo Cereghetti: "A seguito di un impegno di lavoro sopraggiunto nel frat-

tempo, purtroppo devo comunicarvi che non potrò essere presente all'assemblea. Sono davvero molto dispiaciuto. Nell'impossibilità di farlo "in presenza", con questo scritto desidero trasmettervi il mio saluto e il mio pensiero di gratitudine per il vostro prezioso impegno. La vostra presenza sul territorio è molto importante, così come le numerose attività che proponete. Siete un punto di riferimento rilevante per le persone e contribuite in maniera significativa a promuovere la salute e il benessere psicofisico come pure a garantire la miglior qualità di vita possibile e un invecchiamento attivo".

L'omaggio poetico a chi ci ha lasciato

Prima di cedere la parola al Sindaco per il saluto a nome della Città, Giampaolo Cereghetti ha voluto rivolgere un pensiero alle socie e ai soci scomparsi nel corso degli ultimi mesi, con un ricordo commosso e riconoscente per Angelo Pagliarini, a lungo Presidente della Sezione ATTE Mendrisiotto e Basso Ceresio.

"Con sentimenti di vicinanza ai famigliari delle persone defunte, vi propongo di rendere omaggio alla loro memoria, ascoltando insieme la lettura di una poesia inedita di Fabio Pusterla, recentemente regalata ai pazienti dell'Ospedale Civico di Lugano, nell'ambito dell'iniziativa "Poésie à l'hôpital", sorta in Svizzera 9 anni fa e ormai presente in diverse strutture sanitarie, anche all'estero. L'idea ispiratrice è che la poesia possa arrecare beneficio all'animo e al cuore di chi soffre.

Nel componimento che s'intitola "Tono senza parole", Pusterla

ci offre un'immagine tenera e affettuosa della nipotina Gemma, di pochi mesi: i suoi versi contengono un messaggio di speranza dinanzi al ciclo della vita che si rinnova."

TONO SENZA PAROLE (Fabio Pusterla, *Inedito*)

*Dal vano della mia spalla sopravvanzi
sporgi la testa come un piccolo lemure
vedi dietro di me cose per me
invisibili, che un giorno forse mi dirai.*

Hai gli occhi sgranati alla luce del tutto.

*Ti canto a bassa voce
vecchie canzoni di dolore e speranza.
Un matto, penserebbe chi ascoltasse, un matto in
festa.
Ma basta per te il tono, il senso è lì.
Di parole per ora bisogno non hai.*



Le parole del Sindaco Samuele Cavadini

"Porto volentieri il benvenuto della città di Mendrisio, anche a livello personale, è un onore ospitarvi in questa sala che avete allestito con grande gusto e attenzione. La città di Mendrisio conta circa 16mila abitanti, 7200 sono donne e le persone over 65 sono circa il 25% della popolazione. Abbiamo una decina di centenari e molti ultra novantenni, quindi futuri centenari. Questi sono indicatori che si riscontrano anche a livello cantonale e fanno comprendere come la categoria di popolazione alla quale anche l'ATTE si rivolge, con grande sensibilità e attenzione, è sempre più importante, anche per le comunità locali come la nostra; tant'è che nelle strategie 20-35, predisposte nella scorsa legislatura, abbiamo proprio messo degli elementi strategici, quindi degli obbiettivi che vogliamo valorizzare nel corso dei prossimi anni, riguardanti i bisogni di questa fascia della popolazione, una fascia che per noi è sempre più importante e determinante, soprattutto lo sono il confronto, l'incontro, lo scambio di opinioni e il coinvolgimento.

Io ci tenevo a ringraziare anche l'ATTE Mendrisiotto e il gruppo qui di Mendrisio: per noi sono degli interlocutori importanti che ci permettono di capire meglio come rispondere a qualsiasi esigenza della nostra cittadinanza. Lo spirito è quello che abbiamo

messo nell'incipit, nell'introduzione delle linee strategiche, ed è una citazione di Italo Calvino, tratta dalle Città invisibili, che ci ricorda come in una città non godi delle 7 o 77 meraviglie ma della risposta che sa dare a ogni tua domanda. L'Ente pubblico è chiamato quindi a dare delle risposte, forse anche a trovare delle domande giuste, ma non può essere solo l'Ente pubblico a fornire queste risposte. È importante avere sul territorio delle antenne vigili e attive che ci aiutano insieme a soddisfare le esigenze, anche nuove, che nascono quotidianamente in un mondo che cambia anche abbastanza in fretta. Noi, per citare solo alcuni esempi, abbiamo già cercato di dare delle risposte con dei progetti direi innovativi e che si rivolgono non soltanto alle socie e ai soci dell'ATTE, ma cercano di essere il più inclusivi possibile. Modelli come la Filanda di Mendrisio, che è un centro intergenerazionale, dove l'incontro è dagli 0 ai 150 anni, hanno per noi un grande valore, perché permettono, come dicevo, l'incontro tra generazioni diverse, tra profili diversi e cercano di favorire l'inclusione nella nostra società attraverso lo scambio. Questo aspetto dello scambio ritengo sia determinante, perché chi rappresenta un vissuto importante nella vita di una società ha sempre qualcosa da dare ed importante che questo valore venga trasmesso. Diciamo che partendo dalla Filanda abbiamo cercato di sviluppare anche altri progetti come quello recente della Casa delle generazioni, dove anche l'ATTE di Mendrisio ha sede, proprio per far sì che anche lì avvengano degli incontri, degli scambi, delle condivisioni, insomma che possa accadere qualcosa che permetta, a chi si occupa sul territorio di creare aggregazione e di essere vicino alla popolazione, di incontrarsi e di costruire qualcosa assieme.

La sfida è capire come nei prossimi anni anche l'ATTE dovrà rivolgersi a una popolazione che sta cambiando. Immagino sia una sfida della quale siete ben consapevoli, io mi permetto di concludere con una grande rassicurazione: per me personalmente e per la comunità che ho il privilegio di rappresentare, l'ATTE è una realtà, l'ATTE è presente e per noi è un'importante partner nell'ambito dello sviluppo delle politiche comunali. Quindi grazie per quello che fate, per quello che avete fatto ma soprattutto per quello che farete, a livello cantonale ma anche proprio con un concetto di prossimità alle comunità relativamente piccole come quella di Mendrisio. Grazie."

Uno sguardo ottimista sul futuro

Facendo il punto della situazione, il presidente Giampaolo Cereggetti ha voluto sottolineare che l'anno 2023 e i primi mesi del 2024 confermano e consolidano la ripresa delle nostre attività. "Ciò legittima uno sguardo nel complesso ottimista sul futuro associativo: abbiamo fronteggiato momenti difficili e stiamo raccogliendo i frutti di un impegno collettivo". L'anno che ci siamo lasciati alle spalle ha registrato un bilancio incoraggiante sul fronte dei servizi gestiti centralmente, le cui cifre sono già state rese note su *terzaetà* di giugno; mentre su quello dei soci si è potuto notare un reallentamento del calo delle iscrizioni, sebbene il bilancio resti ancora leggermente negativo. "Le iniziative adottate per rendere più attrattiva la tessera societaria non hanno generato un'inversione di tendenza netta, – ha sottolineato Cereggetti – anche se si è registrata una crescita di nuovi iscritti rispetto all'anno precedente. Il reclutamento di membri, specialmente fra i giovani anziani, rimane una sfida attuale e richiederà ulteriori riflessioni. Bisognerà intensificare gli sforzi per adattarsi ai cambiamenti sociali e trovare strategie per superare gli stereotipi persistenti sulla vecchiaia. È indispensabile un mutamento di paradigma che valorizzi l'idea di un aumento della longevità, anziché una lettura solo pessimistica dei processi naturali d'invecchiamento.

Resta comunque, ed è importante sottolinearlo, che l'immagine dell'ATTE mantiene in generale una considerazione positiva nell'opinione pubblica".

Non è mancato nel discorso del presidente l'omaggio ai volontari: "Questo buon andamento, oltre che sul lavoro del personale, si fonda sull'apporto importante di volontarie e volontari: una componente risultata parzialmente in crisi negli ultimi anni, ma per la quale si colgono primi segnali di ripresa, sebbene non in tutti gli ambiti d'attività. Né i viaggi, né l'UNI3, né la rivista, così come tutte le altre attività sostenute nel Cantone, potrebbero avere successo senza l'aiuto di quella che da sempre si configura come la forza portante dell'ATTE: il volontariato.

Proprio alle centinaia di volontarie e volontari, attivi con varie responsabilità e mansioni, si deve in larga parte il bilancio positivo che si va tracciando. [...] Un sentito ringraziamento vada quindi a coloro che, con entusiasmo e impegno, dedicano il loro tempo al benessere degli altri, promuovendo con generosità l'inclusione sociale e il miglioramento della qualità di vita per tutte le generazioni.

Prima di accennare a qualche ipotesi per il futuro, desidero ringraziare le Autorità per il loro sostegno, così come il personale attivo nei CDSA o nelle diverse funzioni amministrative previste dall'organico. La mia riconoscenza va pure ai volontari membri del Comitato cantonale, del Consiglio direttivo e della Conferenza dei Presidenti sezionali per la disponibilità ad assumere compiti impegnativi e a sviluppare insieme la riflessione su questioni complesse, dimostrando la volontà di servire la causa dell'ATTE. Vorrei inoltre evidenziare il deciso cambio di passo nell'efficacia e tempestività nella gestione associativa, consentito dall'istituzione del Consiglio direttivo approvata dall'Assemblea nel 2023. Mantenendo stretti e frequentissimi contatti tra i suoi cinque membri, in questi mesi è stato possibile condividere e valutare una nutrita serie di problematiche, concertare e suggerire le scelte d'indirizzo agli altri organi dirigenti e contribuire in modo determinante alla concretizzazione delle soluzioni immaginate".

È in questo contesto che negli ultimi anni è stato delineato un "piano strategico", che fungerà da utile guida nel perseguimento degli scopi statutari e del miglioramento continuo tenendo presente alcuni punti chiave:

- Benessere globale per gli anziani
- Coinvolgimento sociale degli anziani e rapporti intergenerazionali
- Offerte di formazione lungo tutto l'arco della vita
- Innovazione e tecnologia per una migliore accessibilità ai servizi
- Rappresentanza e difesa degli interessi e dei bisogni degli anziani
- Informazione e aggiornamento sulle tematiche inerenti alla terza età e sugli indirizzi di fondo delle attività associative
- Sostenibilità e crescita grazie a una gestione finanziaria responsabile e all'ottimizzazione delle risorse.
- Mediante la collaborazione, l'innovazione e il coinvolgimento della comunità, occorrerà coltivare l'ambizione di costruire un futuro in cui l'invecchiamento sia interpretato come una fase di vita arricchente e significativa.

L'arte di invecchiare

Nella parte conclusiva del suo intervento, Giampaolo Cereghetti si è rivolto idealmente a quei giovani anziani riluttanti ad avvicinarsi alla nostra associazione, proponendo delle riflessioni sul significato dell'invecchiamento. "Invecchiare è una danza con il tempo, un'arte che ci sfida a trasformare la nostra percezione



della vita mentre il suo ritmo incalza. È come un viaggio attraverso stagioni mutevoli, dove la vecchiaia non è un destino segnato, ma una tela su cui dipingere la propria esistenza, possibilmente con colori vibranti. Nella sinfonia della vita, l'adattamento è la nostra partitura principale. Abbiamo imparato a suonare con maestria le note della giovinezza, ma ora ci troviamo di fronte a un nuovo 'movimento': quello della vecchiaia. È giunta l'ora di reinventare il nostro modo di essere nel mondo, trasformando i turbamenti giovanili e le esperienze dell'età adulta in una nuova forma di saggezza e apprendimento.

Non dovremmo temere il cambiamento, ma abbracciarlo con creatività. L'evoluzione non è una strada lineare, ma un intreccio di possibilità e sorprese. Come affermava già nel 1999 il filosofo e psicanalista James Hillman (in un saggio intitolato *La forza del carattere. La vita che dura*): «*Le ricerche condotte [...] in psico-gerontologia e le [...] scoperte neuro-scientifiche hanno consentito di superare il preconetto che definiva il processo di invecchiamento caratterizzato unicamente da irreversibile declino, perdite, deprivazioni e rinunce. I pregiudizi connotano persone e situazioni e rischiano di condizionare, di inibire le capacità dell'anziano che diventa inconsapevolmente come il contesto lo vuole*».

Se ammettiamo che uno dei problemi legati alla vecchiaia è anche l'immagine che se ne ha, dobbiamo sfidare questa idea e aprirci a nuove prospettive. Come affermava Hillman, «*Alla mente piacciono le idee. Ne chiede di fresche [...]. La mente si tiene occupata rigirando le idee [...]. Le nostre idee sulla vecchiaia hanno bisogno di essere cambiate*».

L'«arte di invecchiare» non è dunque solo una questione di tempo, ma di atteggiamento. È una scelta consapevole di vivere ogni giorno con curiosità e gratitudine, affrontando le sfide con coraggio e celebrando le gioie con allegria. Al di là delle maschere offerte dalla chirurgia plastica e delle illusioni di eterna giovinezza, risiede la bellezza autentica di una vita vissuta pienamente, con tutte le sue rughe e i suoi sorrisi. È un viaggio verso la saggezza, una ricerca continua di significato e di connessione con il mondo che ci circonda. Quindi, anziché resistere al fluire del tempo, danziamo con esso. Accogliamo la vecchiaia come un nuovo capitolo della nostra avventura, pieno di opportunità e di speranza. Perché invecchiare non è solo una questione di anni, ma soprattutto di come scegliamo di vivere ogni singolo istante».

Dal pubblico una constatazione sul nuovo Statuto

Una volta evase tutte le trattande si è passati all'ultima voce sull'ordine del giorno quegli "eventuali" che danno spazio alle osservazioni o agli spunti posti dai presenti. È così che dalla sala è emersa una critica concernente la divulgazione ai soci del nuovo Statuto dell'ATTE, approvato dall'assemblea lo scorso anno. Riprendendo quanto scritto su *terzaetà* di settembre 2023, cogliamo l'occasione per ricordare che, a suo tempo, alcune copie del nuovo Statuto erano state messe a disposizione dei soci nei Centri diurni, lo stesso è tuttora consultabile sul sito dell'ATTE: www.atte.ch (nel menu in alto, cliccare su "associazione" e poi chi siamo, quindi scorrere la pagina fino al bottone verde Statuto Atte e cliccare) e una copia cartacea può essere sempre richiesta chiamando il Segretariato allo 091 850 05 50.



La riflessione della professoressa Annamaria Astrologo

Una volta chiusi i lavori assembleari, la parola è passata alla ospite del giorno, la prof.ssa Annamaria Astrologo, che nel suo intervento ha parlato del valore e del significato della formazione in ogni stagione della vita. «Come Professoressa titolare dell'Università della Svizzera italiana – ha raccontato – mi confronto soprattutto con studentesse e studenti di Bachelor e di Master. Credo che oggi la sfida in questo ambito sia il raggiungimento di un equilibrio in grado di garantire una formazione di livello eccellente e l'utilizzo da parte dei giovanissimi di piat-

taforme di intelligenza artificiale come chat GPT che consente di scrivere testi simili in una varietà di stili e formati e di generare testi per siti Web, post per social media, descrizioni di prodotti...

A livello di strategia generale, l'USI incoraggia un uso creativo, critico e responsabile degli strumenti di IA generativa come ChatGPT e promuove la sperimentazione, il pensiero critico e le discussioni aperte con e su questi strumenti nell'insegnamento, nella ricerca, nel transfer e negli altri settori di attività dell'USI.»

Parlando del suo lavoro, la professoressa ha voluto ricordare il difficile momento del Covid. «La formazione non solo in USI ma in tutte le strutture universitarie ha subito un terremoto nel periodo pandemico. La pandemia ha stravolto la vita di tutti e ha rivoluzionato anche la formazione e l'insegnamento universitario. I docenti, da un giorno all'altro, sono stati catapultati in un nuovo mondo e sono stati obbligati a svolgere la formazione *online*, condividendo informazioni tramite uno schermo, non potendo guardare negli occhi i propri allievi e non avendo il polso sulle dinamiche di relazione del gruppo a cui insegnavano. Ammetto sinceramente che è stato un periodo difficilissimo anche sotto questo profilo che ha reso chiarissimo che lavorare in presenza è molto importante soprattutto quando si ha a che fare con studenti universitari giovani desiderosi di stimoli, di instaurare relazioni personali, di entrare in sintonia con i compagni e con i docenti».

L'USI, come ha poi sottolineato la professoressa, non si rivolge però solo ai giovani: «Se da una parte si occupa di formazione continua proponendo corsi di aggiornamento in diversi settori, dall'altra si rivolge alle fasce più fragili della nostra società. L'Università della Svizzera italiana, insieme all'Ufficio di assistenza riabilitativa del Canton Ticino ha infatti ideato un corso di formazione per le persone detenute o che sono state detenute, dal titolo «Narrare, dialogare e ricostruire». Le giornate alternano parti teoriche e laboratori con l'introduzione di alcune nozioni sul dialogo e sulla giustizia riparativa.

Questo paradigma di giustizia offre la possibilità di andare oltre a una concezione meramente retributiva valorizzando la comprensione della prospettiva dell'altro, mettendo al centro la vittima e migliorando la capacità di relazioni sociali della vittima e del reo. Quest'ultimo corso evidenzia che la formazione assume anche una dimensione sociale».

Annamaria Astrologo ha infine commosso l'intera sala parlando di invecchia-

mento attivo e dell'importanza che l'apprendimento e il sapere hanno durante tutto l'arco della vita. "Sembra banale – ha detto – eppure la vita me lo ha insegnato in modo duro. Sono professoressa titolare, sono mamma di due splendidi ragazzi, Bianca di 10 anni e Jacopo di 13 anni e sono anche figlia. Mia madre una splendida donna con una grandissima cultura che ha insegnato in Italia e che ha guidato con forza e determinazione la nostra famiglia, da alcuni anni è piegata da una forma di demenza inesorabile che le ha tolto la memoria, i ricordi, la parola e che la relega in un mondo in cui lei è sola e non può farci entrare. In un mondo di solitudine.

Il percorso è stato così veloce che neanche mi sono resa conto: avevo accanto la mia adorata mamma quando sono nati i miei ragazzi, l'avevo accanto quando mi sono separata e, nonostante le sue difficoltà, arrancando, è stata l'unica a trovare le parole che mi hanno scaldato il cuore. Poi, la demenza l'ha risucchiata e ora lei è nel suo mondo.

Ecco quando la guardo e mi prendo cura di lei penso che il sapere, che la parola, che la memoria, che l'apprendimento, che la curiosità sul domani, su una materia nuova è veramente qualcosa di meraviglioso di cui non dobbiamo mai dimenticarci e che dobbiamo coltivare, se e fino a quando ne abbiamo la possibilità. Dobbiamo farlo per noi stessi e anche per gli altri.

Perché per gli altri? L'interrogativo è legittimo.

Vi invito a riflettere su un recente fatto che avrete letto sui giornali. Nel 2016, le Anziane per il clima avevano accusato le autorità elvetiche di portare avanti una politica climatica con obiettivi e misure insufficienti, in violazione del loro diritto alla vita. Le persone anziane sono più vulnerabili agli effetti della crisi climatica e, in particolare, delle ondate di calore. Stando ad alcuni studi, le donne sarebbero più colpite degli uomini.

Il Tribunale amministrativo federale e successivamente il Tribunale federale, la più alta istanza giuridica in Svizzera, avevano respinto la richiesta di adottare obiettivi più ambiziosi nella riduzione delle emissioni.

Nel 2020, l'associazione, sostenuta da Greenpeace Svizzera, si era rivolta alla CEDU per denunciare la violazione di diversi diritti sanciti dalla Convenzione europea dei diritti umani.

Il 9 aprile 2024, la Grande Camera della Corte europea dei diritti dell'uomo ha decretato che, non facendo il necessario contro il crescente riscaldamento globale, la Svizzera viola i diritti delle donne più anziane. Concretamente, il tribunale ha constatato una violazione dell'articolo 8 (diritto al rispetto della propria vita privata e familiare) e riconosciuto lo status di vittima all'associazione Anziane per il clima, che attualmente conta oltre 2500 aderenti. *«Un'associazione non profit impegnata nella lotta al cambiamento climatico che conta poco più di duemila iscritte, la cui età media è di settantatré anni, riesce nell'impresa di far condannare un Governo per la sua insufficiente azione per il clima. Anche una lettura distratta della notizia è capace di trasmettere immediatamente il sapore di una rivoluzione gentile ma inarrestabile per l'ambiente, i diritti umani e la partecipazione popolare, che travalica pregiudizi di genere e di età.»* (Lavinia Monti, Crisi climatica, le conseguenze giuridiche della sentenza Cedu sulle "Anziane per il clima", Il Sole 24 ORE del 23 aprile 2024)

Si tratta di donne anziane che hanno fatto la storia. Il loro investimento di tempo, energie ma anche sapere, cultura e conoscenze ha rivoluzionato la vita per tanti. In questo senso, condividendo con voi come pensiero conclusivo che la formazione che gli anziani dedicano a loro stessi, può portare grandi benefici anche alla società nel suo complesso perché, se investita, ne possiamo beneficiare tutti. Il mio auspicio è che la società lo comprenda e investa di più in tal senso.



Biodiversità: un nome che comprende tutti noi

di Loris Fedele

Lo hanno definito un “patto di pace con la natura” l’accordo internazionale sottoscritto due anni fa a Montreal, in Canada, nella 15esima Conferenza delle Nazioni Unite sulla Biodiversità. Denominato Kunming-Montreal, l’accordo ha fissato l’obiettivo di proteggere efficacemente il 30% della terra e del mare del nostro pianeta entro il 2030. Obiettivo ambizioso al quale devono tendere i 196 Stati, tra i quali la Svizzera, che hanno ratificato la Convenzione sulla diversità biologica (UNCBD). Si tratta di una Convenzione che è lo strumento giuridico per *“la conservazione della biodiversità, l’uso sostenibile delle sue componenti e la giusta ed equa condivisione dei benefici derivanti dall’utilizzo delle risorse genetiche”*. Quest’anno, alla fine di ottobre a Cali, in Colombia, la successiva 16esima Conferenza delle Parti (COP) su questa tematica è chiamata a confermare che le nazioni firmatarie di due anni fa si siano davvero impegnate a fissare obiettivi nazionali e ad attuarli. In poche parole, una volta di più, si fa il punto sulla situazione a livello politico. Il segretario generale delle nazioni Unite, Antonio Gutierrez, ha ribadito più volte negli ultimi tempi la necessità di *“riflettere sul nostro rapporto con il sistema di supporto vitale dell’umanità: dall’aria che respiriamo e dal cibo che mangiamo, dall’energia che ci alimenta alle medicine che ci guariscono, la nostre vite dipendono interamente dagli ecosistemi sani”*. Ricordava Gutierrez che le nostre azioni stanno innescando disastri in diversi angoli del pianeta, che un milione di specie animali e vegetali sono a rischio di estinzione per colpa di un habitat degradato, che la crisi climatica e l’inquinamento aggravano la situazione, proprio perché portano a

una perdita della diversità biologica. Non a caso fin dal 1992, dopo la famosa Conferenza di Rio sullo stato del pianeta, si fissarono delle Convenzioni, una delle quali appunto è quella sulla diversità biologica (UNCBD), al fine di tutelare questo bene fondamentale per l’umanità.

Biodiversità e salute

Per biodiversità si intende un’ampia varietà di piante, di animali e di microorganismi, con un concetto che include anche le differenze genetiche di ciascuna specie. La biodiversità riflette le differenze tra varietà di colture e di razze sviluppatesi in un delicato equilibrio tra di loro: ecosistemi diversi come laghi, foreste, deserti e paesaggi agricoli, che ospitano una miriade di interazioni tra gli esseri umani, gli animali e i vegetali. Tutto compone la biodiversità e quindi una sua riduzione e, peggio ancora, perdita finisce per minacciare tutti noi. Ne va della nostra salute e qualità di vita. Esistono dati conosciuti sui quali dobbiamo riflettere: più dell’80% della dieta umana è costituito dalle piante, il 20% delle proteine animali per circa 3 miliardi di persone lo forniscono i pesci, tre quarti dell’ambiente terrestre e due terzi di quello marino sono significativamente alterati dalle azioni umane. Il disboscamento legale sulla Terra risulta sicuramente eccessivo mentre quello illegale, guidato dalla sete di guadagno, a seconda dei luoghi dove è praticato incide moltissimo, posizionandosi tra il 10 e il 30% del commercio globale. Questi sono dati che devono costituire campanelli d’allarme per l’umanità, chiamata a svolgere un ruolo importante nella protezione dell’ambiente e nell’affrontare la crisi climatica.



Preservare o ripristinare gli ecosistemi

La conservazione locale degli ecosistemi e degli habitat naturali è una esigenza fondamentale: in ogni luogo specifico, se la biodiversità cala, bisogna cercare di mantenere o ricostruire le popolazioni di specie vitali nei loro ambienti. Qualora gli abitanti delle zone a rischio non avessero i mezzi e le possibilità di operare in questo senso, devono essere benvenuti gli aiuti esterni, scientificamente mirati, perché il mondo è uno solo e appartiene a tutti. Dal momento che gli Stati hanno diritti sovrani sulle proprie risorse biologiche, è fondamentale che abbiano la consapevolezza della loro situazione locale.

Tutti devono prestare attenzione allo sviluppo di quei mezzi scientifici, tecnici e istituzionali che possono fornire le conoscenze di base necessarie all'elaborazione e all'attuazione delle misure appropriate per la salvaguardia della biodiversità. La conservazione e l'uso durevole della biodiversità sono indispensabili per far fronte alle esigenze alimentari, sanitarie e sociali della popolazione mondiale.

La situazione in Svizzera

Per quanto riguarda casa nostra l'Ufficio federale dell'Ambiente sul suo sito ufficiale (www.bafu.admin.ch) denuncia che la biodiversità in Svizzera è sotto pressione. Scrive che sebbene le misure di promozione diano i loro frutti a livello locale, il suo stato continua a peggiorare: un terzo delle specie e la metà dei tipi di ambienti naturali sono a rischio. Da noi la biodiversità patisce l'importante cambiamento di utilizzazione dei suoli avvenuto nel secolo scorso, dettato dalle "nuove e mutevoli esigenze e abitudini sociali" e – citiamo sempre dal bafu – "la perdita e l'utilizzazione intensiva dei suoli, il frazionamento e la frammentazione degli spazi vitali dovuta a infrastrutture e insediamenti, il carico eccessivo di azoto e prodotti fitosanitari". I biotopi

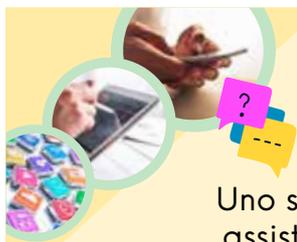
di importanza nazionale annoverano paludi e torbiere alte, zone golenali, siti di riproduzione degli anfibi e prati e pascoli secchi. Negli ultimi 20 anni gli ecosistemi sono diventati più ricchi di nutrienti e più secchi, causando la scomparsa di specie tipiche. L'Ufficio dell'Ambiente dice che le specie estinte sono già 242 e che le "Liste rosse" indicatrici del rischio avvertono che un terzo delle specie esaminate è minacciato. È in corso un impoverimento della diversità genetica nei suoli e a vari livelli. Detto ciò non mi pare giusto flagellarci: la Svizzera ha cominciato a proteggere alcune nostre zone fin dal 1875. Dal 1914 c'è un Parco Nazionale protetto, dal 2001 siti di protezione degli anfibi, dal 2010 prati e pascoli secchi protetti. Tuttavia non basta. Per il 2020 si riprometteva di proteggere il 17% delle zone designate per la biodiversità, ma ha raggiunto solo il 13,6%.

Nel Canton Ticino possiamo vantare un territorio variato e ricco di biodiversità, oltre a una attenzione accresciuta per il nostro patrimonio ambientale, ma non bisogna abbassare la guardia. Dal 2002 abbiamo in vigore una Legge cantonale sulla protezione della natura (LCN). Per chi fosse interessato posso anche ricordare un libro pubblicato in Ticino, "Alla scoperta della biodiversità" di Ivan Sasu (biologo), Eric Vimercati (ingegnere ambientale), Marcello Martinoni (geografo), Salvioni Edizioni 2021, dove sono proposti 27 itinerari per passeggiate in alcune zone protette del Cantone. Si può così scoprire dietro l'angolo di casa la natura nella sua complessità. Distanze e difficoltà di percorso sono molto variate, per natura e lunghezza: ci sono percorsi facili come la visita alle Bolle di Magadino o alla zona alluvionale della Legiuna in Val di Blenio, oppure più lunghi e impegnativi come sull'altopiano della Greina o ai Denti della Vecchia. Tutti sono minuziosamente descritti, illustrati e commentati. A voi la scelta.



La biodiversità si può scoprire dietro gli angoli di casa nostra, lungo 27 itinerari che attraversano alcune zone protette del Cantone. Ce ne sono per tutti i gusti: semplici e di breve durata così come lunghi e più impegnativi.





SPORTELLO DIGITALE

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

CALENDARIO INCONTRI SETTEMBRE - DICEMBRE 2024

LUNEDÌ

CD ATTE LOCARNO

14.30 - 16.30

Settembre: 2 - 9 - 16 - 23 - 30

Ottobre: 7 - 14 - 21

Novembre: 4 - 11 - 18 - 25

Dicembre: 2 - 9 - 16

CD ATTE LUGANO

14.30 - 16.30

Settembre: 2 - 16 - 23 - 30

Ottobre: 7 - 14 - 21

Novembre: 4 - 11 - 18 - 25

Dicembre: 2 - 9 - 16

MARTEDÌ

CD ATTE BELLINZONA

C/O (BIBLIOTECA) VIA
RAGGI 8B 1°PIANO

9.30 - 11.00

Settembre: 3 - 17

Ottobre: 1 - 8 - 22

Novembre: 19

Dicembre: 10

14.00 - 16.00

Settembre: 10 - 24

Novembre: 5 - 12 - 26

Dicembre: 3 - 17

MERCOLEDÌ

ATTE MAROGGIA

C/O CASA COMUNALE,
VIALE STAZIONE 6

14.30 - 16.30

Settembre: 4 - 18

Ottobre: 2 - 16

Novembre: 6 - 20

Dicembre: 4 - 18

CD ATTE AMBRÌ

15.00 - 16.30

Settembre: 11

Ottobre: 2 - 16

Novembre: 6 - 20

Dicembre: 4 - 18

GIOVEDÌ

GRUPPO L'INCONTRO ARBEDO CASTIONE

14.30 - 16.30

Settembre: 19

Ottobre: 31

Novembre: 21

VENERDÌ

CD ATTE CHIASSO

14.30 - 16.30

Settembre: 6 - 13 - 20 - 27

Ottobre: 4 - 11 - 18 - 25

Novembre: 8 - 15 - 22 - 29

Dicembre: 6 - 13

CD ATTE BIASCA

Dal lunedì al venerdì previo appuntamento chiamando lo 091 862 43 60



atte

associazione
ticinese terza età

www.atte.ch

Progetto sviluppato con il contributo di



CORNELIUS KNÜPFFER
STIFTUNG

Come smaltire i rifiuti elettronici

di Silvano Marioni

Secundo l'Ufficio di statistica la metà degli svizzeri tiene telefoni, tablet e PC portatili in un cassetto invece di smaltirli correttamente. Una tendenza, non solo elvetica, che potrebbe essere migliorata seguendo alcuni consigli.

L'aumento dei rifiuti elettronici è un fenomeno moderno causato dalla crescente dipendenza dalla tecnologia, dal continuo rilascio di nuovi modelli e dalla rapida, e spesso programmata, obsolescenza dei dispositivi. Si stima che a livello mondiale la quantità di rifiuti elettronici è quasi raddoppiata dal 2010 al 2022, passando da 34 miliardi di kg a 62 miliardi. Di questi, circa 10 miliardi di kg riguardano apparecchiature informatiche e di telefonia mobile. Purtroppo, solo un quarto dei rifiuti elettronici viene smaltito e riciclato correttamente. Questo crea gravi problemi di inquinamento per la presenza materiali tossici come piombo, mercurio, berillio, cadmio, cromo e altri componenti pericolosi. Oltre a comportare uno spreco, che porta a un ulteriore depauperamento delle risorse, se non smaltiti correttamente, questi materiali possono contaminare il suolo, l'acqua e l'aria provocando problemi di salute a causa delle emissioni tossiche e dell'accumulo di sostanze nocive nell'ambiente.

Un corretto riciclaggio dei rifiuti elettronici offre anche dei vantaggi economici. Questi rifiuti contengono metalli preziosi come oro, argento, rame e terre rare che possono essere recuperati e riutilizzati. Ad esempio, da una tonnellata di vecchi cellulari, circa 5'000 dispositivi, si possono ricavare 300 grammi di oro, 1.5 kg di ar-

gento, 600 kg di rame e quantità minori di palladio, tantalio e terre rare. Le stime indicano che a livello mondiale ogni anno vengono smaltiti circa 5 miliardi di cellulari, il che fa capire il potenziale valore economico legato al riciclaggio dei rifiuti elettronici. In Svizzera, il riciclaggio dei rifiuti elettronici è regolamentato dall'Ordinanza concernente la restituzione, la ripresa e lo smaltimento degli apparecchi elettrici ed elettronici ed è finanziato attraverso una "tassa di riciclaggio anticipata" (TRA), pagata al momento dell'acquisto di un nuovo apparecchio. In questo modo i consumatori possono restituire i vecchi dispositivi in modo semplice e senza costi aggiuntivi presso i rivenditori o i punti di raccolta autorizzati.

Come ci si deve comportare con i vecchi apparecchi?

Innanzitutto, valutare se è possibile riutilizzarli. Un vecchio cellulare o un vecchio computer potrebbero essere riciclati con nuove funzioni: come secondo telefono o come computer dedicato alla visione di film in streaming o per il salvataggio dei dati. Da ultimo potrebbe essere donato a qualcuno che ne possa fare un uso didattico. Se un apparecchio ha un valore sto-



rico, o potrebbe averlo in futuro, si può donarlo all'Associazione per la storia dell'informatica della Svizzera italiana (ASTISI) per la sua raccolta di materiale storico (vedi riquadro).

Se proprio non ci sono alternative si possono smaltire seguendo le regole in vigore, consegnando i vecchi dispositivi al rivenditore di apparecchi elettronici più vicino. La cosa più importante di cui bisogna preoccuparsi è assicurarsi che sull'apparecchio non siano più presenti i nostri dati. Computer, tablet e cellulari possono contenere informazioni personali che è fondamentale cancellare per evitare che qualcuno possa riutilizzarle in futuro, mettendo a rischio la nostra privacy e sicurezza. Non basta cancellare documenti, foto o altro spostandoli nel cestino; in questo modo vengono semplicemente rimossi dall'elenco dei dati visibili, ma restano comunque nella memoria o sul disco. Chiunque, con programmi appropriati, potrebbe recuperarli. Per questo motivo, i dati devono essere cancellati definitivamente, naturalmente preoccupandosi di salvarli su un nuovo dispositivo.

Ci sono diversi modi per cancellare definitivamente i dati. Per cellulari e tablet, è possibile ripristinare i valori di fabbrica, un'opzione che si trova solitamente nel menu delle impostazioni. Questo li riporta alle condizioni originali di quando sono stati acquistati. È importante ricordarsi di togliere la scheda SIM e le eventuali schede di memoria. Per computer e laptop, se si desidera mantenerli funzionanti per donarli a qualcun altro, il modo più semplice per rimuovere tutte le informazioni è riformattare il disco rigido. Se non si è in grado di farlo, si può chiedere aiuto a un professionista. Se si desidera una maggiore sicurezza, è preferibile distruggere i dispositivi trapanando il disco rigido dopo averlo estratto dal computer. Questo vale anche per eventuali dischi esterni. Anche le schede di memoria, le chiavette USB e altri supporti di memorizzazione, come i CD, devono essere resi inservibili prima di essere smaltiti.

ASTISI, un'associazione per la storia delle tecnologie informatiche

L'Associazione per la Storia dell'Informatica della Svizzera Italiana (ASTISI) è nata nel 2021 con l'obiettivo di preservare l'importante raccolta di materiale storico informatico (hardware, software, documentazione) accumulato in oltre 40 anni dal Professor Carlo Spinedi presso le scuole cantonali e la SUPSI. Oggi lo scopo dell'Associazione è far conoscere la storia delle tecnologie informatiche nella Svizzera italiana, per comprendere meglio il presente e il processo di digitalizzazione in atto nella società. ASTISI organizza conferenze e interviste ai pionieri del settore, realizza video divulgativi e didattici e si occupa del restauro e della conservazione del materiale storico.

Se avete vecchie apparecchiature informatiche potete donarle all'ASTISI e contribuire in questo modo alle attività di ricerca storica e divulgazione dell'Associazione. Basta consultare la pagina www.astisi.ch e alla voce "Contatti" inviare un messaggio scegliendo l'opzione: "Desidero contribuire alla collezione".

tradizioni



Le fiabe e il cinema

Cosa cambia e cosa resta delle storie tradizionali nei nuovi media

di Veronica Trevisan

La rete delle fiabe tradizionali negli ultimi decenni ha intrecciato al suo interno varie revisioni contemporanee in diversi media, dal cinema ai fumetti, alla narrativa giovanile, ai cartoni animati, ai videogiochi, alla pubblicità e altro ancora, dando come risultato fiabe reinterpretate, racconti dove la morale originaria viene talvolta esaltata e altre volte completamente ripensata o respinta. In alcune occasioni si creano mescolanze fra elementi di una fiaba e tratti di un'altra e questo ibridismo investe anche i personaggi, che spesso incarnano una posizione dove il bene e il male non sono poi così distinti e chiaramente percepibili come tali. Non è rara la parodia o la presa di posizione su temi sociali e di genere. A questa trasformazione della fiaba tradizionale nel racconto contemporaneo sono stati dedicati molti studi da parte di discipline diverse, perché questo processo di "ibridazione" di simboli e generi narrativi è un fenomeno pervasivo e merita di essere analizzato. Già negli anni Settanta, con le correnti culturali di protesta e le istanze femministe, che puntavano a riplasmare i ruoli delle donne nella famiglia e nel lavoro, i lavori di scrittori di fama mondiale come Margaret Atwood o Angela Carter ma anche, più in piccolo, i libri di Marina Valcarengi, hanno ampiamente (e c'è da chiedersi quanto legittimamente) rimesso in discussione le figure tradizionali delle eroine fiabesche. Un lavoro ancora più massiccio lo ha fatto il cinema, dove tanti temi di attualità sono stati portati all'interno dei racconti di magia tradizionali, con intenti diversi: sollevare domande su temi sociali, riproporre ritratti di personaggi fiabeschi in chiave che si considera (a ragione o a torto) più adeguata all'era contemporanea, trovare nuovi modi per raccontare storie vecchie di millenni. In queste narrazioni, non solo, come detto, i personaggi non sono sempre ben definiti, ma non è chiaro se essi si schierano dalla parte del bene o meno (con quali conseguenze sulle giovani menti degli spettatori è un altro tema meritevole di approfondimento). In ogni caso, questa febbrile attività di riscrittura e revisione delle fiabe è in atto da tempo. Certo, le fiabe sono sempre state soggette a mutamenti e reinterpretazioni, con il trascorrere delle

epoche storiche e dei contesti culturali. Gli studiosi di folklore ne sono consapevoli, ma sanno anche che una fiaba di magia ha sempre determinate caratteristiche: di solito si colloca in una dimensione atemporale, in un luogo imprecisato, dove si muovono eroi ed eroine alle prese con sfide difficili il cui superamento garantirà loro la felicità. Nessuno, né fra i narratori, né fra gli ascoltatori, si sognerebbe di "trascinare" il racconto nelle ambientazioni della vita reale. Proprio questo, invece, fanno molti film a soggetto fiabesco, portando i racconti in un contesto di attualità, storicizzandoli. Ad esempio, in un film come *Ever After* (diretto da Andy Tennant nel 1998), la pronipote dell'eroina afferma che Cenerentola e il suo principe vissero per sempre felici e contenti e la favola non è mai stata così reale. Per concludere la storia che ha appena raccontato ai due uomini identificati come i fratelli Grimm, la donna mostra la "vera" scarpetta di cristallo dell'eroina.

Cenerentola quindi, diventa qui una storia di famiglia o, per lo meno, una leggenda che, in quanto tale, parte da un fondo di verità. In questo caso, il plot trae ispirazione dalla fiaba (quella narrata dai Grimm, non la versione edulcorata di Perrault) per presentare una donna attiva e forte, alla quale le ragazze della fine del XX secolo possono ispirarsi nella vita reale. Sembra che il film attribuisca un certo grado di plausibilità storica alla storia di Cenerentola, fondando la sua credibilità su una vicenda familiare. Un'operazione simile la fa il film *Beastly* (diretto da Daniel Barnz, 2011), dove la storia de *La Bella e la Bestia* viene

ambientata nella New York del ventunesimo secolo, per parlare delle ansie adolescenziali. Il protagonista, Kyle Kingston, figlio di un giornalista televisivo, vive per il suo aspetto fisico ma subisce un incantesimo che lo rende mostruoso. Da quel momento, ha un anno di tempo per far innamorare una ragazza di sé o porterà quelle sembianze per tutto il resto della sua vita.

Un'altra operazione di mescolanza (in questo caso di generi) messa in atto da molti film sulle fiabe è la parodia di alcune fiabe. *Enchanted* (regia di Kevin Lima, 2007) inizia con una scena che evoca le aspettative dell'arrivo del principe da parte di *Biancaneve* e *La bella addormentata nel bosco* come sono presentate nei film della Disney Corporation, ma poi la principessa delle fiabe, Giselle, si ritrova inaspettatamente costretta a sopravvivere nella confusione ostile di New York. Il rapporto tra il cartone animato della fantasia Disney e l'ambientazione realistica di New York è basato sul contrasto: quando i personaggi delle fiabe si ritrovano a New York, il loro arrivo è un'esperienza traumatica: Giselle scambia un ladro per un aiutante, il suo principe scambia i lavoratori dei servizi pubblici per contadini e via dicendo. *Enchanted* è stato prodotto dalla Disney quasi in risposta a un'altra celebre serie di film ispirata alle fiabe con intento parodistico: *Shrek* (il primo film, basato sull'omonimo libro del 1990 di William Steig, è dei registi Andrew Adamson e Vicky Jensen, 2001; il secondo è stato firmato da Andrew Adamson, Kelly Asbury e Conrad Vernon, 2004 mentre il terzo da Chris Miller e Raman Hui, 2007). In questo

Amy Adams è Giselle in *Enchanted* (2007)
© Walt Disney





di analisi psicologica della strega cattiva de *La Bella addormentata nel bosco*, per spiegare che in origine era una fata buona e che la sua crudeltà è frutto di sofferenze d'amore, spingendo quindi chi segue la storia a schierarsi dalla sua parte. Modifiche sostanziali nella caratterizzazione dei personaggi e nella struttura dello sviluppo narrativo vengono introdotte anche in *Biancaneve e il cacciatore* (2012, regia di Rupert Sanders). Anche qui abbiamo una strega cattiva che in realtà è una donna traumatizzata da un re malvagio (Ravenna) e una principessa guerriera che non richiede l'aiuto di nessun principe (ma viene comunque salvata da un bacio d'amore vero). Anche qui, si "tradisce" la vera fiaba per riproporre una versione diversa. Ma i personaggi delle fiabe incarnano delle funzioni e non è un'operazione senza conseguenze sul piano del significato quella di stravolgerli completamente.

caso sembrerebbe che il successo derivi dal proporre una storia che finisce per contraddire o capovolgere l'ispirazione originaria. Qui abbiamo un principe narcisista che fallisce ogni volta il "salvataggio" della principessa, un orco buono e altruista ma costretto a vivere da solo per i pregiudizi degli uomini e una principessa che sceglie di diventare orco per amore. Quindi nessun personaggio segue la natura che lo ha contraddistinto per millenni, ma ne incarna un'altra, in aperto contrasto con la prima. Lo stesso avviene in *Maleficent* (2014, regia di Robert Stromberg) dove si applica una sorta

Anche perché, va detto, nessuno ci riesce davvero: alla fine, infatti, tutti questi film, pur professando (esplicitamente o meno) un ipotetico distacco dai canoni narrativi della fiaba, non riescono a rinunciare al romanticismo e al lieto fine che questa propone. Allora viene da chiedersi se queste reinterpretazioni siano veramente dei modi per dare nuova linfa a dei personaggi già noti inserendoli in contesti contemporanei oppure dei tentativi non



sempre riusciti per proporre storie nuove senza però avere la fantasia necessaria per elaborarle. Una cosa è certa: le fiabe di magia non si lasciano manipolare facilmente e sanno riemergere sempre, proponendo simboli eterni di importanza fondamentale per l'uomo.

Sopra a sinistra Shrek con la principessa Fiona nel primo film della serie, © DreamWorks; a destra Angelina Jolie in *Maleficent* (2014) © Walt Disney Pictures. Qui sotto: Kristen Stewart e Chris Hemsworth in *Biancaneve e il cacciatore* (2012) © Universal Pictures





Per tempistiche legate alla stampa della rivista, quest'anno del Festival abbiamo potuto cogliere solo i primi momenti: dalla serata prefestival, passando per l'apertura ufficiale alla ex Magistrale e poi quella in Piazza Grande la sera di mercoledì 7 agosto, il film del pomeriggio, con la musica suonata dal vivo, e la prima festa glamour.
(Foto: © Locarno Film Festival / Ti-Press).

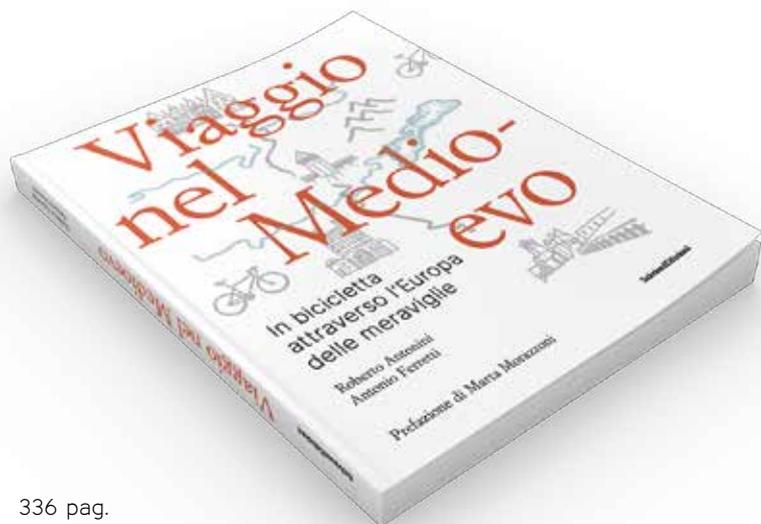
STORIA



NOVITÀ
LIBRARIA

VIAGGIO NEL MEDIOEVO IN BICICLETTA ATTRAVERSO L'EUROPA DELLE MERAVIGLIE

di Roberto Antonini e Antonio Ferretti



336 pag.
19 x 25.5 cm
Fr. 38.-

Roberto Antonini pedala e cura la parte più storica, quella che ci conduce nel nostro passato e tra le 33 località del viaggio tra Assisi e Bruges, Antonio Ferretti che pure pedala, intingendo la penna nel passato sportivo e letterario, ci racconta man mano il percorso tra le diverse località in un viaggio lungo 2315 km. Protagonisti la meraviglia per quel millennio e l'altrettanto spettacolare attuale bellezza europea. Una pedalata nel continente, un viaggio nella Storia. Con la prefazione della scrittrice Marta Morazzoni (Premio Campiello), l'introduzione di Federico Fioravanti, a cui si deve l'idea e l'organizzazione del più importante festival di storia medievale d'Italia che si svolge ogni autunno a Gubbio, oltre a un'intervista a quello che è stato un dei più grandi storici dell'Età di mezzo, Jacques Le Goff.

Ordinazioni • www.salvioni.ch • info@salvioni.ch • 091 821 11 11

 **SalvioniEdizioni**
📍 📷 Seguici per tutte le novità!

beecare.ch



BeeCare

Perché a casa tua, è meglio.

 091 980 44 68

Servizio spitex • Badanti • Collaboratrici domestiche



La grande arte di Caspar Friedrich

di Claudio Guarda

Dopo quella di Winterthur, si è da poco conclusa anche l'antologica che il Museo di Berlino ha dedicato al più importante pittore del Romanticismo tedesco in occasione del 250° anniversario della sua nascita. Ne parliamo qui analizzando tre suoi celebri dipinti.

Cosa si dipingeva in Europa, specie in Francia e Italia ma anche in Germania, nei primissimi anni dell'Ottocento quando il tedesco Caspar David Friedrich (1774-1840) raffigurava nebbie e montagne frananti, albe e tramonti, paesaggi innevati o marine avvolte dal silenzio? Un po' ovunque, sull'onda delle scoperte di Ercolano (1738) e Pompei (1748), imperava il Neoclassicismo, il cui più grande teorico era stato proprio lo storico dell'arte e archeologo tedesco Johann Joachim Winckelmann (1717-1768). Un movimento che in Francia si sarebbe presto connotato politicamente nello Stile Impero, come celebrazione dell'età napoleonica e della sua aristocrazia ad opera di insigni artisti quali Jacques-Louis David e Jean Auguste Ingres, mentre in Italia primeggiavano Antonio Canova e Andrea Appiani. Un'arte indubbiamente colta ed elitaria, che rilanciava miti, forme e soggetti del mondo antico come possibile orizzonte di rinascita per una Nuova Roma e un Nuovo Impero.

Ma il vento sarebbe presto cambiato. Interessanti avvisaglie nella raffigurazione del paesaggio si scorgevano già in Inghilterra, ad opera di Constable (1776-1837) e di Turner (1775-1851), ma del tutto ignote al loro coetaneo Friedrich che lavorava isolato tra Dresda e la costa Baltica.

Si veda questo suo paesaggio innevato del 1807 (immagine qui sopra): qui non c'è alcuna intenzione di citazionismo colto, c'è solo l'incontro di un uomo con un angolo incontaminato di natura. Lo si direbbe un dipinto caratterizzato da un marcato naturalismo, almeno in apparenza, ma che lascia anche col fiato sospeso per quel suo silenzio irreale, per quelle brume che ovattano il fondale, quei corvi che volano basso, quei miseri tronchi di quercia mutilati dall'inclemenza del tempo, come scheletri che, resistendo, si elevano ancora al cielo. Quel paesaggio ci viene incontro come se qualcosa dovesse rivelarsi da un momento all'altro: c'è qualcosa di strano che si intrude nell'osservatore, ma non sapresti dire

Di Caspar Friedrich si parlerà anche a gennaio in occasione del corso UNI3 "Dalla pittura di 'paesaggio' all'arte come riflessione sulla natura". I dettagli nell'insero allegato a questa rivista.

Immagini
 Dettagli da Caspar Friedrich, *Tomba unna nella neve*, 1807. Seguono *Lo spuntare della luna sul mare*, 1822 e *Viandante sul mare di nebbia*, 1818. In basso a sinistra, di un realismo solare, *Dolmen at Raklev* di Johan Thomas Lundbye, 1839.



cosa, forse quell'atmosfera così carica di attesa, quell'infinito spazio che si perde lontano in contrasto con la rigorosa precisione di erbetta e ramoscelli che in primo piano spazio spuntano tra le neve. Se a questo punto capita poi di leggere il titolo – *Tomba unna nella neve* – allora non è più solo questione di spazio, anche il tempo sembra sprofondare in un lontano passato carico di suggestioni e di interrogativi: perché quei massi al centro della composizione, evidenziati dall'andamento del terreno, celebrati e protetti dalle tre grandi querce, non sono più semplice natura, sono invece cultura, sono storia e civiltà, memoria di vicende antiche (gli Unni di Attila) in lotta contro l'impero romano, come lo erano in quegli stessi anni Friedrich e non pochi suoi compatrioti contro le mire espansionistiche di Napoleone. Di colpo lo scenario mentale si amplifica: quel tumulto nella foresta coperta di neve dilata tempi e spazi, attiva il filo di una storia sul confine della pros-

sima nebbia. Tempo e spazio, popoli e civiltà paiono allora dissolversi di fronte all'incontrastata certezza della morte. Lo sapeva bene Friedrich per averlo sperimentato di persona durante un'infanzia segnata da dolorosi lutti. Era nato il 5 settembre 1774 a Greifswald, piccola cittadina della Pomerania sulle rive del mar Baltico, sesto di dieci figli, da una famiglia luterana di umili origini, con il padre che fabbricava saponi e candele. Sua madre morì quando aveva sette anni, poi due sorelle, ma ancor più tragica sarà la morte del fratello, suo compagno di giochi quando, tredicenne, si spezzò la lastra di ghiaccio su cui stavano pattinando e lui fu salvato da Johann che però vi restò annegato. Caspar ne porterà un senso di colpa, di solitudine e melanconia, per tutta la vita. Anche per questo agli idilliaci scenari di stampo neoclassico, egli sentirà più affini i paesaggi invernali e le nebbie autunnali, le ore liminari del giorno, le albe e i tramonti, i notturni con i chiari di

luna: tutti soggetti che diverranno poi costitutivi della poetica romantica. Sintomatico che fin dai suoi primi disegni acquarellati o colorati in seppia Friedrich non cercasse qualcosa da copiare, per dar prova della propria bravura, o un' idilliaca veduta da raffigurare, bensì un tono, un'atmosfera in cui specchiarsi, un'ambientazione in cui veder riflessi i propri sentimenti del vivere. Seguendo ostinatamente questa sua personale inclinazione, marcata pure da insuccessi e continue difficoltà economiche dovute anche all'affermarsi dello stile *Biedermeier* (il dipinto qui in basso mostra l'enorme differenza di approccio sullo stesso tema, la tomba unna, visto nella pagina precedente), verrà poi dimenticato dopo la morte, ma sarà riscoperto più tardi come una delle figure fondanti del romanticismo tedesco ad opera di Simbolisti e Surrealisti per via dei suoi paesaggi visionari.

Friedrich fu infatti tra i primi e maggiori a sostituire al concetto classico dell'arte come ricerca del Bello Ideale quello dell'arte come specchio di un sentimento soggettivo dell'anima, come consonanza o dissonanza tra il pittore e il mondo che lo circonda. È la cosiddetta poetica del 'Sublime' in base alla quale, non solo il bello ma anche la melanconia e il dolore, perfino il pericolo, lo smarrimento e la morte – come scriveva il teorico Edmund Burke nel 1757 – “producono le più forti emozioni che l'anima sia in grado di recepire.” Ciò significa girar pagina e affermare il primato del sentimento Sublime sul Bello: una maniera radicalmente nuova di intendere ruolo ed essenza del fare arte, di fondamentale importanza per la storia del moderno. Basti osservare quell'altro





«Se un quadro ha un effetto sull'anima dell'osservatore, se mette la sua mente in uno stato d'animo 'bello', allora ha soddisfatto il primo requisito di un'opera d'arte.»
(Caspar Friedrich)

suo dipinto, *Lo spuntare della luna sul mare*, del 1822: un quadro dai toni bassi e terrosi, soprattutto in primo piano, e assolutamente inusuale per l'epoca, con i personaggi arretrati sulla linea mediana del dipinto, perché non ingobbrino la scena, di schiena per di più e in contro-luce: come a dire che ciò che conta non è il di qua in primo piano destituito di significato, ma il di là, l'oltre posizionato sul fondo: dove, dietro alle brume del giorno, sta per accendersi la luce tremula di quella luna che potrebbe rischiarare il buio della notte consentendo, forse, più agevole viaggio a quei navigli non ancora giunti in porto. Ma cos'è che li affascina da farli restare tanto fermi di fronte a quell'evento? Di certo quel che vedono, ma forse ancor più quel che pre-sentono: forse quella luce lontana e incerta che tutti vorremmo finalmente sorgesse e rassicurasse? Perché tutto pare immobile, ma tutto è ancora *in fieri*: tutto può ancora capitare. La pittura ci cala dentro l'incerta labilità del tempo che passa per rapporto a un qui e a un là, meglio a un altrove: affascinante ma anche irraggiungibile?

Caspar Friedrich è abilissimo nel far nascere domande o nel creare immedesimazioni da parte dello spettatore che si trova in terza posizione dietro ai personaggi e non può che interrogarsi sul perché siano tanto assorti e silenti di fronte a quella luna che sale e a un mare piatto, senza aliti di vento. La sua pittura ci inchioda lì: maestro com'è non solo di strategia comunicativa, capace di toccare punti sensibili e scoperti dell'osservatore semplicemente servendosi di alcuni elementi apparentemente descrittivi, ma anche di strategia compositiva che ti porta nel

punto nevralgico del dipinto. Si noti infatti come il dipinto sia costruito su una doppia linea curva: quella che dall'angolo basso a sinistra perviene a quello di destra passando attraverso la sommità dei massi dove si trova il cuore dell'opera: i personaggi, la luna e i navigli immobili... sui quali converge pure l'altra linea curva e contrapposta che taglia il cielo. Nella coinvolgente verticalità dei tre personaggi colti di schiena si congiungono la gravità opaca della terra e la luce lontana del cielo, con tutte le sensazioni, gli interrogativi o le possibili attese che percepiamo in loro ma che, forse, sono anche nostre. Quanto raffigurato da Friedrich ha poco a che fare con la rievocazione dei miti classici o dell'Arcadia bucolica, anche perché protagonisti delle sue pitture sono dei borghesi proprio come tutti noi, uomini dei nostri tempi, non già dei sopravvissuti aristocratici di corte.

Forse lo sentiamo ancor più nel *Vian-dante sul mare di nebbia*, del 1818. Come dice il titolo, questo dipinto rinvia a un tema ricorrente e molto simbolico, tanto nella letteratura quanto nella pittura di tutti i tempi: quello del viaggio sia fisico che figurato come esperienza del vivere, metafora di crescita personale e quindi di possibile evoluzione lungo il corso degli anni. Su questo primo tema, Friedrich ne inserisce e fonde un secondo che è quello dell'ascensione della montagna, con tutto quanto di simbolico ciò porta con sé tanto come elevazione dello spirito quanto come luogo di incontro tra Dio e l'uomo. Protagonista del dipinto è chiaramente un uomo borghese per il quale quel che conta non è solo conoscere luoghi o scalare montagne impervie, ma vivere profonde

esperienze come quella che sta vivendo in questo momento. Ancora una volta Friedrich ci pone a confronto con un uomo che, contraddicendo le regole elementari della buona pittura accademica, volge le spalle all'osservatore: il che ci obbliga a immaginare o intuire quali e quanti pensieri passino ora dentro di lui e quale gamma di sentimenti si agiti dentro il suo cuore.

Perché il lungo viaggio della vita che lo ha portato fin lì, ecco che è arrivato a un punto dove oltre non si può andare: ep-pure il mondo davanti a lui non è finito, si espande ancora su lontananze che si direbbero senza fine, ma alle quali egli non può accedere perché davanti a lui c'è il vuoto; non solo: non le può neppure vedere distintamente perché avvolte dentro un mare di nebbia che vela il paesaggio, ne sfuma i contorni, scioglie le forme. Un mondo sospeso, galleggiante, fatto di parvenze che l'occhio (e con esso anche la mente) non può dominare né ricondurre ad unità: perché lo trascendono, vanno oltre i limiti della sua fisicità. È su quel confine che ogni essere umano si deve arrestare: più oltre non può andare perché la sua mente "naufra in quel mare", come scriveva Giacomo Leopardi, quando, per un breve attimo, i due poli del finito e dell'infinito, del caduco e dell'eterno vengono a contatto. Quel viandante è immagine di ogni uomo che cerca la propria strada verso una possibile meta oppure le risposte alle tante domande che la vita gli pone. Ma è anche metafora dell'inermità di ogni sforzo umano, per cui non resta che chinare il capo e accettare un destino che è più grande sia delle nostre forze che delle nostre capacità intellettive: la radice più profonda del romanticismo ottocentesco.

Martino Rossi: un viaggio nel tempo

di Alessandro Zanoli

È capitato con molti intervistati coinvolti in questa nostra ispezione "sociologico-musicale" dedicata alla passione per il jazz. Una volta formulata la nostra richiesta, l'interessato (o l'interessata) hanno risposto candidamente: «Ma, in fondo, io non so se posso definirmi proprio un vero appassionato di jazz...». Poi, nel corso della chiacchierata sull'argomento che è seguita, ecco invece venire a galla riferimenti e conoscenze, esperienze personali e gusti, che mostrano un non comune interesse e un'ottima competenza su questo particolare genere musicale. È un po' come se il vero appassionato di jazz non sapesse di esserlo, oppure tendesse a minimizzare la sua predilezione...

La stessa cosa è successa quando abbiamo preso contatto con il nostro interlocutore di questa puntata, l'economista Martino Rossi. Molto conosciuto per i suoi importanti contributi realizzati all'interno dell'Ufficio delle Ricerche economiche, poi come direttore della Divisione dell'Azione Sociale e delle Famiglie del Dipartimento Sanità e Socialità, Rossi ci accoglie nella sua casa con un ottimo sottofondo musicale jazzistico, perfettamente in tema con la nostra conversazione (sia detto tra parentesi: della sua predilezione ci aveva informato sua figlia, la collega giornalista Sara Rossi Guidicelli).

«Devo dire che in realtà la mia passione per il jazz si è sviluppata unitamente ad altri interessi musicali, come quelli per il rock progressivo dei Pink

Floyd o dei Jethro Tull, per i cantautori a partire da Brel e Brassens, e poi anche per la musica classica, soprattutto barocca». Si tratta di un interesse che potremmo definire generazionale, perché era condiviso da molti altri coetanei di Rossi, che hanno vissuto le loro esperienze giovanili negli anni sessanta. «La musica di quel periodo rifletteva un periodo storico esaltante in cui si voleva "cambiare il mondo". Musica di protesta, voglia di rinnovamento, di rottura con il passato. Il jazz e le altre musiche come rivendicazione di libertà, con nuovi stili di vita e di impegno».

Per Martino Rossi, quindi, il jazz era uno degli elementi di una colonna sonora dalla forte valenza sociale e politica: voce degli afro-americani contro le discriminazioni, così come i cileni Inti Illimani suonavano per la liberazione da Pinochet e Mikis Theodorakis per la liberazione della Grecia dai colonnelli. In forma aggressiva questa vocazione emergeva nel Free Jazz. «Beh, bisogna dire che i suoi brani più radicali diventavano una musica non proprio gradevole all'ascolto. Musicalmente apprezzavo di più i grandi del "bebop" (Monk, Parker, Coltrane, Davis...) e le contaminazioni del jazz con la musica classica. Pensiamo agli Swingle Singers, che univano in modo magistrale lo swing ai brani di Bach, oppure al Modern Jazz Quartet, con le sue opere raffinate e, a modo loro, classicheggianti».

È interessante notare come per Martino Rossi l'esperienza di ascolto del jazz sia legata al desiderio





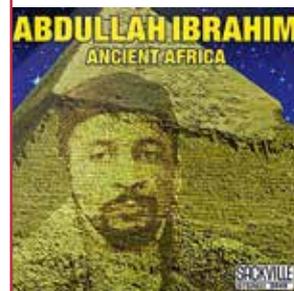
di sentirsi parte di una certa comunità, di dividerla con amici e conoscenti. «Mi spostavo in vari luoghi dove potevo vivere la mia esperienza con persone che avevano la stessa passione». Non molto tempo fa, ad esempio, Rossi si è recato a Losanna per ascoltare, assieme ad amici che vivono lì, un grande sassofonista americano, Joe Lovano, protagonista di un film al Festival di Locarno. «Nel corso degli anni mi è piaciuto anche recarmi in luoghi che hanno fatto parte della storia del jazz. Ad esempio, a New York ho assistito a concerti negli storici locali del Cotton Club e del Village Vanguard. Del primo ricordo un'interpretazione esaltante di un classico di Duke Ellington, del secondo, invece, l'irritante richiesta di una nuova consumazione per poter continuare ad assistere allo spettacolo. Un'esperienza molto gettonata, all'epoca, era il festival Umbria Jazz itinerante da una città all'altra. Nel nostro cantone ho seguito spesso e volentieri Estival Jazz di Lugano e JazzAscona».

Un momento che Martino Rossi ricorda con grande piacere (e che siamo molto contenti di poter registrare, per rinnovarne il ricordo) è stata la rassegna che il Festival di Locarno aveva dedicato ai film sul jazz, nel 2003. «Penso sempre con gratitudine alla direttrice del festival di allora, Irene Bignardi. Quell'anno non mi ero nemmeno un film della retrospettiva "All that jazz": tutti magnifici».

Notando come questo ci sembri un ulteriore esempio della grande attenzione che il Ticino ha tributato al jazz nel corso degli anni, abbiamo chiesto al nostro interlocutore se non gli sembra che il jazz in fondo sia ben radicato del nostro Cantone. «Non so se si possa dire che il Ticino abbia una particolare affinità con il jazz. Se sì, si potrebbe essere tentati di spiegarlo con una battuta, ipotizzando cioè che i ticinesi si sentono forse un po' "i neri della Svizzera"! Ma penso piuttosto, anche per il jazz, alla nostra sensibilità verso ciò che si muove nella cultura della vicina Italia. Il jazz era già presente prima del regime fascista, ma questo lo ha in parte messo al bando

come "musica negroide", "non italiana", mentre in Ticino ha potuto prosperare anche grazie a Radio Monteceneri inaugurata negli anni trenta. Verso la fine della guerra, il jazz ha poi conosciuto una nuova diffusione in Italia, spinto dalla presenza delle truppe americane. In Ticino, lo sviluppo economico del dopoguerra ha visto nascere una nuova generazione di industriali e banchieri aperti al mondo, e ha ampliato la possibilità per tutti di viaggiare favorendo il contatto anche con la realtà cosmopolita del Jazz». Quello che è sicuro è che possiamo oggi godere di possibilità di ascolto davvero ottime, grazie alle varie rassegne internazionali organizzate in Ticino. La nostra cultura jazzistica è poi rafforzata dalla presenza di un'ottima scuola di Jazz, come la SMUM. Se gli si chiede di citare un momento che gli è rimasto particolarmente impresso nella sua storia di appassionato di jazz, Martino Rossi cita con vivacità il bellissimo concerto tenuto da Abdullah Ibrahim Dollar Brand nel 1991 a Bellinzona. «Ricordo che sotto la tenda progettata da Mario Botta ed eretta sul prato di Castelgrande per il 700mo della Confederazione, quel concerto dedicato alla cooperazione svizzera allo sviluppo è stata un'esperienza bellissima, con il pianista da solo a eseguire una lunga ballata dedicato alla sua "Ancient Africa". Sì, quel momento è veramente impresso nella mia memoria».

L'accento di Rossi è di grande interesse e ci aiuta a considerare come il jazz avesse fatto un'ottima figura in quel contesto. Grazie poi alla seguente esibizione di Franco Ambrosetti e degli "Swiss Leaders", George Gruntz e Daniel Humair, il Ticino in quell'occasione aveva dato un suo tocco eminentemente jazzistico alla commemorazione federale; un fatto davvero significativo. E noi ringraziamo di cuore Martino Rossi, e la sua passione per il jazz, che ce l'hanno ricordato.



Sopra gli Swingle Singers in un concerto del 1964, qui a lato il sassofonista Joe Lovano, nella pagina accanto Martino Rossi nel suo studio.

Scopri i valori
**dell'acqua
potabile**
fornita dalle
AIL SA.



www.ail.ch

ail

Stannah

Ecco cosa dicono di noi i nostri clienti:



Servizio impeccabile
e collaboratori molto
efficienti e cordiali.

Claudia



Eccellente

Non c'è **nient'altro** da aggiungere.



Servizi di alta qualità
svizzera a vostra
disposizione

091 210 72 49

sales@stannah.ch
www.stannah.ch



Assicurazione invalidità: rimborsi più veloci grazie al nuovo portale

di Maria Grazia Buletti

L'Ufficio cantonale dell'assicurazione invalidità (AI) ha da poco varato il nuovo portale online che permette agli assicurati di generare, trasmettere e gestire in modo semplice e veloce diverse tipologie di fatture per l'ottenimento del relativo rimborso. Ciò significa che la richiesta di rimborso da parte degli assicurati può essere avanzata interamente online, caricando le fatture sul portale FADA, e verificandone lo stato e monitorandone il pagamento.

«Fino a poco tempo fa, il processo per il rimborso delle fatture da parte dell'Ufficio AI agli assicurati avveniva in formato cartaceo o per e-mail. Ora c'è una nuova modalità di fatturazione che comporta un cambiamento globale di pensiero: da un lato facilita e velocizza l'operazione, d'altra parte non dobbiamo dimenticare che anziani o persone che ancora non hanno confidenza con l'informatica necessiteranno di un po' di tempo ed eventualmente di accompagnamento per adattarsi a questa nuova forma di digitalizzazione che, ad ogni modo, permette una trasmissione, un'elaborazione e una soluzione velocizzate per tutte le fatture in questione». È la riflessione di Cinzia Santo di ATiDU la quale, come sempre, ricorda che l'Associazione è a disposizione per ogni domanda o aiuto richiesto, sia per registrarsi che per accedere a FADA.

E a proposito dei rimborsi a cui avere diritto, ATiDU rammenta le indicazioni salienti: «Per quanto attiene ai rimborsi di chi beneficia di una rendita AVS, i deboli d'udito possono beneficiare di 1.237 franchi per due apparecchi acustici "semplici e adeguati", ma non hanno diritto al rimborso forfettario per batterie e riparazioni, e non sono loro rimborsate le spese di viaggio connesse con accertamento o adattamento di un mezzo ausiliario. Invece, ai beneficiari dell'AI basta inserire la richiesta in FADA per vedersi riconosciuti due apparecchi acustici (pari a 1.650 franchi), e 80 franchi annui per le batterie come anche 200 franchi per danni elettronici e 130 per altre riparazioni. Infine, si ricorda che per le problematiche uditive con il portale FADA c'è pure modo di inviare richieste all'Ufficio AI per apparecchi acustici, per fatturazioni e, ad esempio, per spese mediche legate all'impianto cocleare, semplicemente inviando le fatture con il nuovo sistema online». Dunque, con FADA è cambiato il sistema di rimborso che è ora più snello e velocizzato.

Contatti & Info: info@atidu.ch

FADA, il portale online per il rimborso delle fatture AI

di Maud Morotti

Come responsabile del servizio valutazione prestazioni dell'assicurazione invalidità (AI), mi occupo della gestione delle fatture delle prestazioni. Il portale FADA permette agli/alle assicurati/e di gestire le fatture in modo semplice e veloce, così da ottenere il rimborso più rapidamente possibile. L'assicurato/a riceve subito una e-mail di conferma con l'indicazione dello stato delle fatture inserite sul portale.



Ci teniamo molto all'estensione dell'uso della fatturazione digitale e già oggi tutte le prestazioni dell'AI possono essere fatturate elettronicamente. I vantaggi offerti sono molti, si tratta di uno strumento di comunicazione immediato attraverso il quale si può seguire il trattamento del rimborso in tempo reale e consultare in ogni momento lo stato delle fatture. Le fatture inserite resteranno registrate sul portale creando un archivio al quale attingere in qualsiasi momento. Sul portale, è possibile aggiornare i dati personale riducendo al minimo gli errori, ottimizzando il lavoro quotidiano e permettendo una comunicazione più efficace.

È sufficiente andare sul sito www.ti.ch/fada, cliccare "Registrati/Iscriviti a FADA": si viene guidati nella registrazione oppure, se già eseguita, si accede per l'inserimento delle fatture o dei dati. Per qualsiasi informazione il Servizio valutazione prestazioni è a disposizione: Tel.: +41 91 821 94 10, e-mail: uai@ti.oai.ch.

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!



Guidare in sicurezza nella terza età

Il TCS dedica particolare attenzione agli automobilisti, proponendo corsi di formazione e aggiornamento per giovani e adulti, al fine di mantenere alta la sicurezza alla guida. Nel 2023, il numero di incidenti automobilistici in Svizzera ha raggiunto quota 8'078 (fonte USTRA), cifra che sottolinea la cruciale necessità di un aggiornamento costante per chi ha anni di guida alle spalle.

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

Corso Terza Età: 17 e 24 ottobre

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

Tariffe:

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

Non Soci: CHF 200

Il pranzo è offerto.



Corso Generazione 70+: 22 ottobre

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

Tariffe:

Soci TCS: CHF 150 - Non Soci: CHF 250

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

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

CORSI TCS - TAGLIANDO DI ISCRIZIONE

Nome e cognome: _____

Indirizzo: _____

Telefono: _____

Data di nascita: _____

Sono socio TCS Non sono socio TCS

Sono interessato al: **Corso Terza Età (17.10)** **Corso Terza Età (24.10)** **Corso Generazione 70+ (22.10)**

N° Patente: _____

N° Targa: _____

Data e firma: _____

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



Un giorno per la vista

di Laura Mella

Ogni secondo giovedì del mese di ottobre si celebra la Giornata mondiale della vista. Un appuntamento che punta alla prevenzione di malattie oculari che, se non curate, possono pregiudicare la qualità visiva: circa l'80% dei casi di cecità sono considerati prevenibili. Abbiamo colto l'occasione per porre alcune domande alla Società svizzera di oftalmologia.

Come cambia l'occhio con l'età?

«Con il passare degli anni l'occhio inizia a presentare difficoltà nella messa a fuoco da vicino (la cosiddetta presbiopia), cala anche la percezione del contrasto e la velocità di adattamento alle diverse condizioni di luminosità.»

Quali sono le principali malattie che colpiscono questo organo con l'età della pensione?

«Le principali patologie che insorgono con l'invecchiamento dell'occhio sono la cataratta (opacizzazione del cristallino), la secchezza oculare e la degenerazione maculare (malattia degenerativa che colpisce la parte centrale della retina, la cosiddetta macula).»

È possibile fare della prevenzione? Allenare l'occhio perché invecchi bene?

«A scopo preventivo è utile avere un'alimentazione sana e proteggere gli occhi dai raggi UV con occhiali da sole. Di importanza fondamentale è la diagnosi precoce delle patologie oculari (prevenzione secondaria), e dunque le visite oftalmiche di depistaggio.»

A partire da quale età bisogna sottoporsi regolarmente a una visita oculistica?

«In generale a partire dai 45-50 anni si consiglia una visita oculistica ogni 2 anni.

Se si soffre di malattie sistemiche, quali ad esempio il diabete, le visite vanno programmate almeno una volta all'anno. Anche in presenza di una familiarità per malattie agli occhi (glaucoma, maculopatia, retinopatia) si consigliano controlli oftalmici regolari.»

Ci sono dei segnali ai quali bisogna prestare particolare attenzione perché potrebbero essere dei campanelli d'allarme?

«Nel caso di un calo visivo improvviso, unilaterale, oppure in caso di visione "ondulata" è bene non sottovalutare i sintomi e prenotare subito una visita. Anche in caso di visione di "flash" di luce o comparsa di ombre nel campo visivo va consultato al più presto uno specialista.»

Che cos'è il glaucoma e chi colpisce? Può essere preso in tempo?

«Il glaucoma è una malattia cronica che porta ad un progressivo danno a livello del nervo ottico con conseguente riduzione del campo visivo. Può colpire chiunque e a qualsiasi età, anche se il rischio aumenta con l'avanzare degli anni. Dato che in fase iniziale non dà sintomi è importante controllare regolarmente la pressione intraoculare (che è il fattore di rischio principale per lo sviluppo del glaucoma) da un oftalmologo per poterlo diagnosticare per tempo e intraprendere la terapia necessaria.»

Curiosando tra le ciglia

Lo sapevi che...

- **Il bulbo oculare** di una persona adulta **pesa circa 8 grammi**, ha un diametro di 2,5 centimetri e al suo interno contiene 107 milioni di cellule.
- **Gli uomini vedono in media meglio delle donne.** Tuttavia, il 2% di queste ultime può nascere con una mutazione genetica che permette di vedere 100 milioni di colori contro il milione di una persona normale.
- Poiché **la cornea umana è molto simile a quella degli squali**, la cornea di questi ultimi viene spesso utilizzata sull'uomo durante alcuni interventi chirurgici.
- **Il sistema visivo consuma il 65% della potenza del cervello** ed è il sistema che impiega maggiori risorse in tutto il corpo.
- **L'iride dell'occhio** è unica per ogni individuo, essa **contiene infatti 256 caratteristiche uniche** contro le 40 delle impronte digitali.
- Contrariamente a quel che si potrebbe pensare, **i pirati indossavano una benda sull'occhio per vedere meglio.** In questo modo abitavano un occhio alla luce e uno al buio, assicurandosi acutezza visiva in ogni condizione.
- **Gli occhi possono ripararsi autonomamente** e in breve tempo: un graffio non grave sulla loro superficie può guarire senza alcun intervento entro 48 ore.
- **L'occhio umano può porre la sua attenzione su circa 50 oggetti** al secondo.
- **Le pupille si dilatano o si restringono a seconda delle emozioni:** quando guardiamo la persona amata possono raggiungere anche il 45% in più.

Ecuador, tra conquistadores, natura e storia

di Franca Bonalumi

Furono gli spagnoli di Pizarro, per lo più avventurieri al servizio della corona spagnola, a conquistare l'attuale Ecuador. Con grandi desideri di potenza e ricchezza, ma anche con grande coraggio, riuscirono ad annientare secolari imperi come quello degli Aztechi o quello degli Incas ed a imporre attraverso l'architettura, la scultura, la pittura la loro religione. Cominciando proprio da Quito che ne divenne ben presto la capitale. Una vera città d'arte dove costruirono palazzi, conventi e chiese riccamente decorate.

Ed è proprio da Quito che inizia il mio percorso alla scoperta di questo piccolo paese quasi schiacciato tra il Perù, la Colombia e il mare. Piccolo, ma nella sua pur piccola estensione, in grado di offrire paesaggi molto vari e suggestivi, natura, colore, cultura. Costruita nel 1534, Quito conserva ancora il fascino e l'atmosfera coloniale. Mi accoglie secondo lo schema classico di tutti gli insediamenti urbani spagnoli in America Latina. Con le case intonacate di bianco, i tetti con le tegole rosse, le sue grandi piazze, le stradine tortuose dove si affacciano gli antichi palazzi della nobiltà spagnola, i balconi con le balaustrate in ferro battuto, i *patios* fioriti, i conventi cinquecenteschi dei vari ordini monastici, ma soprattutto con le sue chiese, il cui interno è una profusione di oro e intarsi. Magnifiche testimonianze di quel passato sono la cattedrale di San Francesco, la chiesa più antica dell'Ecuador. Oppure quella della Compagnia dei Padri Gesuiti, dove anche qui si nota una ricchezza d'oro incredibile: nessun risparmio per ornare pareti, soffitto e altare, persino le colonne intarsiate sono coperte da fogli d'oro. Ce-

lebre è pure quella della Merced che rappresenta una fusione di stili (moresco, gotico, barocco). Fuori dalla chiesa, nelle piazze è tutta un'invasione di lustrascarpe, per lo più ragazzini, e di venditori indios che espongono i loro prodotti d'artigianato tra i sapori forti che provengono dalle misteriose spezie che occhieggiano dalle bancarelle.

Tre paesi in uno

L'Ecuador con i suoi diversi ambienti, le sue varietà di zone geografiche e anche di climi, è un paese che in realtà ne racchiude tre: la foresta amazzonica, la costiera caratterizzata dai numerosi corsi d'acqua che scendono dalle Ande favorendo così l'agricoltura e la Sierra, formata da due elementi paralleli delle Ande, separate da un vasto altipiano largo da 40 a 60 Km. Poi, attraverso una vegetazione tipica dei panorami andini, c'è l'impressionante sfilata dei vulcani. E sono parecchi. Un posto dove c'è come un viale lungo circa 500 km fiancheggiato da una serie di vulcani, sovente impennacchiati di fumo, tra cui spicca il Chimborazo (6'267 metri) o il Cotopaxi, uno dei vulcani attivi più alti del mondo con i suoi 5'897 metri. Cima che appare a tratti, tra le nuvole, coperta da nevi perenni striate di lava. Una catena di vulcani imponente, modellata da valli e altipiani abitati dagli indios che difendono le loro coltivazioni, ma soprattutto difendono la loro cultura, le loro tradizioni. Vedute indimenticabili sui vulcani e sugli imprevedibili picchi nevosi, irregolari, che mi si paravano davanti agli occhi, magari all'improvviso, tra le nuvole cacciate dai venti, perennemente in cammino. Sono paesaggi questi che suscitano grandi emozioni!

A Riobamba i vulcani finiscono, ma non terminano qui le Ande e vale quindi la pena di proseguire fino a Cuenca, città dalla forte impronta coloniale, ma anche famosa per i suoi cappelli di panama. Ed è da Cuenca che il mio percorso riprende fino a Ingapirca (muro dell'Inca) dove in posizione strategica, sorgono le rovine più significative dell'Impero Inca in Ecuador. Il resto dei siti è stato distrutto dagli stessi Inca che preferirono distruggere le loro belle città piuttosto che consegnarle intere ai conquistadores.

Il pittoresco mercato di Otavalo

Una trasferta di poco più di due ore da Quito, tra montagne, laghi, coltivazioni e gruppetti di lama che mi scrutano incuriositi, mi conduce a Otavalo, uno dei villaggi delle Ande dove si svolge il mercato settimanale più pittoresco, tradizionale e originale dell'Ecuador. La piazza principale è una festa di colori, di suoni, di variopinte bancarelle, tra rotoli di tessuto, pesanti coperte per le fredde notti della Sierra, curiosi arazzi di lana, raffiguranti il più delle volte montagne e lama, dove trovano spazio cuffie, guanti e i rustici maglioni fatti a mano. Mercato traboccante di oggetti artigianali ma anche punto d'incontro per una moltitudine di indios provenienti dai villaggi vicini. Un'occasione particolare per ammirare anche il gusto nel vestire che osservano gli otavalegni. Gli uomini indossano immacolati pantaloni bianchi, ponchos blu, i capelli annodati a treccia. Le donne dai visi neri cotti dal sole da cui spuntano le grosse trecce nere, vestono gonne colorate, a più strati, con le eleganti camicette ricamate, e i lunghi scialli neri sulle spalle. Al collo le tipiche, scintillanti collane di vetro dorato a più giri. Ma poi, indimenticabile, l'invito a visitare la scuola di Otavalo e l'accoglienza da parte dei bambini, piccoli, vestiti tutti uguali che con canti, molto tristi per la verità, e con l'accompagna-

mento musicale del maestro, sono riusciti a strappare anche una qualche lacrima di commozione!

Un patrimonio di manufatti e musica

Non solo natura e mercati, l'Ecuador offre anche parecchi reperti emersi durante gli scavi di varie zone archeologiche. Una testimonianza delle varie culture che si sono susseguite in Ecuador. Prima fra tutte la Valdivia con le sue famose, graziose statuette intagliate nella ceramica, "le Veneri". Ritraggono, per la maggior parte, enigmatiche figure femminili. Enigmatiche perché spesso le statuine presentano caratteristiche sia maschili che femminili. Notevole è pure la cultura che svilupparono i Mochica, un'antica popolazione di agricoltori che influenzò tutta l'area andina. Oggetti piccoli, ma molto particolari, lavorati con metalli preziosi, sono quelli provenienti dall'isola Tolita, considerati tra i più raffinati. Molte altre sono le culture che hanno segnato le varie tappe di questo paese, ben rappresentate sia nel "Museo Guayasamin di Quito", oppure al "Museo del Banco Central dell'Ecuador" a Quito. Poi c'è la musica che ha un ruolo molto importante fra gli eredi delle popolazioni andine. Tra quelli a fiato c'è il tanto conosciuto, melodioso, ma anche molto malinconico flauto, immanicabile colonna sonora di ogni paese andino, che mi ha accompagnato ovunque in questo piccolo paese, piccolo scrigno di piacevoli sorprese, situato, come ben indica il suo nome, proprio sull'Equatore.

E sono Ecuador, infine, anche le isole Galapagos. Una manciata di isole vulcaniche che si tuffano nell'Oceano Pacifico, ad oltre mille chilometri dalla costa, dove iguane, sule, otarie e tartarughe trovano rifugio, creando quello straordinario, prezioso laboratorio naturale. Quello in cui Charles Darwin mise a punto nel 1835 la sua teoria dell'evoluzione.



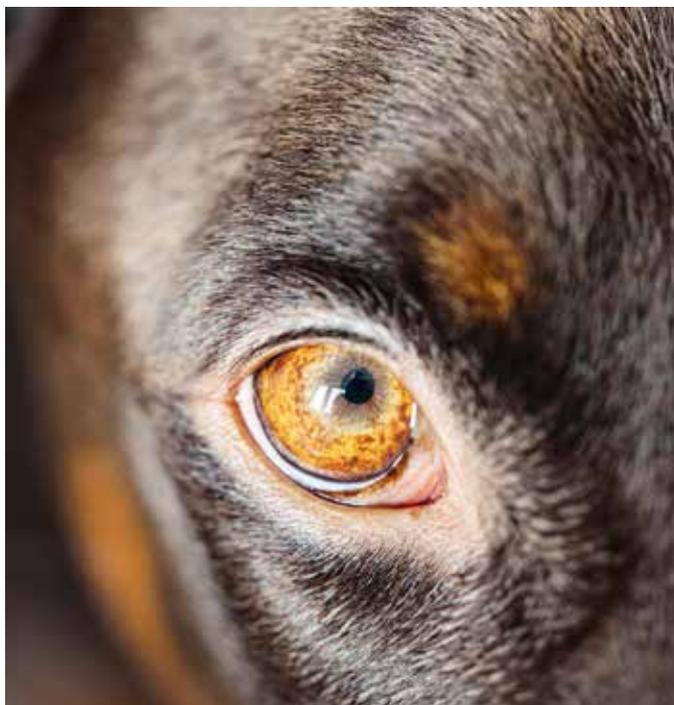
Responsabilità civile del detentore di animali: danno domestico e torto morale

di Emanuela Epiney Colombo

La signora A, pensionata, si trovava a passeggio con il suo cagnolino quando quest'ultimo è stato aggredito da due grossi cani, proprietà di Y, scappati dal loro recinto lasciato aperto per disattenzione. Nel trambusto che ne è seguito la signora A è caduta a terra e ha picchiato il braccio destro. Trasportata in ambulanza all'Ospedale, la signora A è stata operata diverse volte per una frattura scomposta dell'omero e ha dovuto affrontare un percorso riabilitativo importante. Il proprietario dei due cani è stato condannato per i reati di lesioni colpose e atti contro la pubblica incolumità, avendo lasciato aperto per negligenza il recinto del cancello ove erano custoditi i suoi cani, che già avevano avuto comportamenti a rischio, e avendo omesso di avvertire l'autorità della fuga.

La signora A ha notificato il sinistro all'assicurazione responsabilità civile del signor Y, all'assicurazione contro gli infortuni (LAINF) e all'Ufficio dell'assicurazione invalidità (AI). L'infortunata ha ricevuto prestazioni AI e LAINF, in particolare una rendita completa di invalidità e un'indennità per menomazione dell'integrità (IMI) 44'100 CHF. Ha poi avviato causa di risarcimento in sede civile, chiedendo la condanna del signor Y al versamento in suo favore di 479'726.30 CHF a titolo del risarcimento del danno subito a causa dei due cani. Il danno si componeva di 369'726.30 CHF per il danno domestico passato e futuro, 70'000 CHF per torto morale, 10'000 CHF per danno diretto (spese mediche e di trasporto non riconosciute dall'assicurazione infortunio) e 30'000 CHF di spese legali.

Il detentore dei cani ha contestato tutto, in particolare i fatti all'origine dell'incidente, l'esistenza di danni fisici permanenti e il loro calcolo, la risarcibilità delle spese rivendicate e l'esistenza di un torto morale. In prima sede il Pretore ha riconosciuto alla signora A l'importo 25'916 CHF, di cui 25'900 CHF per torto morale e 16 CHF per le spese legali non coperte dalle assicurazioni. Su appello della signora A, che rivendicava il versamento di 395'892.35 CHF, e su appello adesivo del signor Y, che voleva pagare solo 16 CHF, la Seconda Camera civile del Tribunale d'appello ha deciso l'11 dicembre 2023 (decisione n. 12.2023.84) di respingere entrambi i ricorsi. I giudici di appello hanno rilevato che la signora A non aveva indicato nei suoi allegati di causa né provato con l'istruttoria il danno casalingo (o domestico) asseritamente subito. Non è notorio, osservano i giudici, che una persona adulta svolga realmente lavori domestici. La persona che chiede il risarcimento del danno domestico deve spiegare come è organizzata l'economia domestica in cui vive, la ripartizione dei compiti e le attività che svolgeva e avrebbe svolto se non avesse avuto l'infortunio, e il grado dell'impedimento. Accertati tali elementi, il giudice può poi calcolare il danno, in tre passaggi che richiedono di calcolare il tempo dedicato ai lavori domestici senza l'incidente, la capacità residua di svolgere tali compiti dopo l'incidente, e il valore dell'attività domestica persa. La signora A aveva omesso di pre-



cisare quale era la ripartizione dei lavori domestici nella sua economia domestica e quali lavori ella svolgeva concretamente, limitandosi a riferimenti generici alle statistiche sul danno domestico. L'istruttoria non aveva permesso di portare elementi concreti che potessero permettere di fare un confronto tra le attività svolte in precedenza e quelle ancora possibili dopo l'infortunio. Ne derivava che non era possibile neppure stimare il grado di impedimento domestico, che non equivale al grado d'invalidità riconosciuto dall'AI.

Dal canto suo il signor Y non voleva versare alcunché per il torto morale e negava un nesso causale tra l'incidente e i danni subiti dall'infortunata. I giudici hanno accertato, sulla base di numerose perizie mediche, che la signora A soffriva di una frattura multipla dell'omero con un'omartrosi secondaria e una lesione del nervo ascellare, causa di un danno permanente alla mobilità e alla caricabilità del braccio, oltre a un persistente disturbo post-traumatico da stress di grado lieve. I danni erano stati causati dall'incidente provocato dai cani del signor Y, che ne doveva rispondere. Per il calcolo dell'indennità in risarcimento del torto morale i giudici hanno precisato che non si tratta di risarcire un danno economico, ma una lesione del benessere emotivo. L'importo di f44'000 CHF versato dall'assicurazione infortunio a titolo di indennità per menomazione all'integrità non tiene conto dell'aspetto soggettivo e vi era quindi spazio anche per il risarcimento del torto morale in sede civile. La signora A aveva riportato lesioni permanenti al braccio destro, che la limitavano nelle attività quotidiane e nelle passioni sportive (bicicletta, nuoto, escursioni, sci di fondo), e aveva dovuto affrontare un lungo e difficile periodo di guarigione, con episodi di ansia e paure per i dolori patiti e le complicazioni nelle cure. Un'indennità per torto morale di 70'000 CHF, secondo i giudici, non era iniqua, di modo che il signor Y è stato condannato a versare un'indennità di 25'900 CHF, dopo deduzione dell'indennità IMI di 44'100 CHF già versata dall'assicurazione infortuni.

Chi chiede il risarcimento del danno, in conclusione, deve indicare già negli scritti di causa tutti gli elementi concreti e pratici, anche quelli apparentemente banali (come la ripartizione dei compiti all'interno della famiglia). È inoltre sempre utile ricordare che gli importi per il torto morale sono in Svizzera ben lontani da quelli usuali in altri Stati, in particolare negli U. S. A.

Proposte brevi

Escursione: I bagni di Craveggia (Valle Onsernone)

11 settembre 2024
Soci ATTE CHF 30.00
Non soci CHF 40.00
Con Roger Welti

Milano Navigli con visita guidata a S. Eustorgio, Cappella Portinari e navigazione lungo il Naviglio

17 settembre 2024
Soci ATTE CHF 98.00
Non soci CHF 118.00

Lago di Iseo: treno dei sapori Gusto Divino con pranzo incluso!

25 settembre 2024 - Iscrizione solo in lista d'attesa
Soci ATTE CHF 140.00
Non soci CHF 160.00

Biella e Santuario di Oropa

Con Mirto Genini
28 settembre 2024
Soci ATTE CHF 125.00
Non soci CHF 145.00

Genova - antica repubblica marinara, capitale di un impero coloniale e finanziario

Con la prof.ssa R. Lenzi
5 ottobre 2024
Soci ATTE CHF 125.00
Non soci CHF 145.00

Escursione: Coppelle in Capriasca

9 ottobre 2024
Soci ATTE CHF 30.00
Non soci CHF 40.00
Con Roger Welti

Treno del Foliage (Locarno-Domodossola) in collaborazione con FART - Visita guidata di Domodossola con pranzo incluso!

10 ottobre 2024
Soci ATTE CHF 110.00
Non soci CHF 130.00

Milano - Mostra Picasso

Con la prof.ssa S. Gualazzini
16 ottobre 2024 - Iscrizione solo in lista d'attesa
Soci ATTE CHF 100.00
Non soci CHF 120.00

Milano - Musical "La febbre del sabato sera"

19 ottobre 2024 - Iscrizione solo in lista d'attesa
Soci ATTE CHF 90.00
Non soci CHF 110.00



Santa Maria Maggiore - Fuori di Zucca in collaborazione con FART - con pranzo incluso!

20 ottobre 2024
Soci ATTE CHF 95.00
Non soci CHF 115.00

Milano - Musical "La febbre del sabato sera" - seconda data

26 ottobre 2024 - Iscrizione solo in lista d'attesa
Soci ATTE CHF 90.00
Non soci CHF 110.00

Escursione: Castagne e grà in Vallemaggia

26 ottobre 2024
Soci ATTE CHF 30.00
Non soci CHF 40.00
Con Roger Welti

Calvignano - Visita alla Cantina Travaglino

Con degustazione e pranzo inclusi!
Con Mirto Genini
9 novembre 2024
Soci ATTE CHF 148.00
Non soci CHF 168.00

Milano - Mostra E. Munch

Con la prof.ssa S. Gualazzini
12 novembre 2024 - Iscrizione solo in lista d'attesa
Soci ATTE CHF 100.00
Non soci CHF 120.00

Milano - Musical "La febbre del sabato sera" - terza data

16 novembre 2024
Soci ATTE CHF 90.00
Non soci CHF 110.00

Milano - Visita del Duomo

27 novembre 2024
Soci ATTE CHF 90.00
Non soci CHF 110.00

continua a pag. 34



Introduzione alla lettura cartina e utilizzo app

27 novembre 2024 (13:30-16:30)

In preparazione
Con Roger Welti

Monza

Con la prof.ssa R. Lenzi
29 novembre 2024
In preparazione

Grazzano Visconti - Mercatino di Natale

1° dicembre 2024
Soci ATTE CHF 60.00
Non soci CHF 80.00

Santa Maria Maggiore - Mercatino di Natale

In collaborazione con FART - pranzo incluso
6 dicembre 2024
Soci ATTE CHF 75.00
Non soci CHF 95.00

Introduzione alla lettura cartina e utilizzo app

Pratica sul terreno
7 dicembre 2024 (tutto il giorno)
In preparazione
Con Roger Welti

Ricetto di Candelo - Mercatino di Natale

Pranzo incluso!
14 dicembre 2024
In preparazione

Locarno - Concerto Gospel

Teatro di Locarno
22 dicembre 2024
Soci ATTE CHF 29.00

Tour 2024

Le città Anseatiche

Lubecca, Rostock, Wismar e Stralsund
12-18 settembre 2024 - Iscrizioni solo in lista d'attesa

Cantine d'autunno tra vigneti e tesori d'arte in Trentino

06-09 ottobre 2024

Portogallo

19-26 ottobre 2024 - Iscrizioni solo in lista d'attesa

Tour del Marocco

5 - 12 novembre 2024 - Iscrizioni solo in lista d'attesa

Roma - Città Eterna

11 - 14 novembre 2024

Tour del Marocco - seconda data

19 - 26 novembre 2024

Trieste

21-24 novembre

Costa Rica - Pura Vida

7 - 17 dicembre 2024

Umbria

09 - 12 dicembre 2024

Capodanno ad Abano Terme

26 dicembre 2024 - 6 gennaio 2025

Capodanno in Emilia - I Ducati di Parma e Piacenza

29 dicembre 2024 - 2 gennaio 2025

Viaggi musicali

Venezia - teatro La Fenice

Con opera "La Traviata" di G. Verdi
30 novembre - 1° dicembre 2024

Trekking, mare e montagna

Moena - Val di Fassa - Trekking

07-14 settembre 2024

Isole Eolie Trekking

23.settembre - 02 ottobre .2024 - iscrizioni solo in lista d'attesa

Mare

Senigallia

08- 15 settembre .2024

Puglia: Vieste

08 - 18 settembre 2024 - Iscrizione solo in lista d'attesa

Terme autunno

Abano Terme

19 - 29 settembre

Montegrotto Terme

19 - 29 settembre

Abano Terme

29 settembre - 6 ottobre 2024

Montegrotto Terme

29 settembre - 6 ottobre 2024

Abano Terme

6 ottobre - 13 ottobre 2024

Montegrotto Terme

6 ottobre - 13 ottobre 2024 Viaggi

Proposte 2025

Viaggi

Moena - Val di Fassa

22 febbraio - 1° marzo 2025

Proposte brevi 2025

Escursione: Gandria, la vecchia e il sasso della Prede- scia

8 gennaio 2025

Soci ATTE CHF 30.00

Non soci CHF 40.00

Con Roger Welti

Milano Teatro Repower - I Legnanesi

19 gennaio 2025 ore 15:30

Soci ATTE CHF 110.00

Non soci CHF 125.00

Milano Teatro Repower - Musical "Grease"

23 febbraio 2025 ore 15:30

Soci ATTE CHF 110.00

Non soci CHF 125.00

Milano Teatro degli Arcimboldi - Musical Mamma Mia

3 maggio 2025 ore 16:30

Soci ATTE CHF 140.00

Non soci CHF 160.00

Milano Cirque du Soleil - Alegria

Under The Grand Chapiteau

24 maggio 2025 alle ore 17:00

Soci ATTE CHF 175.00

Non soci CHF 195.00

Per informazioni, programmi dettagliati e iscrizioni:

Segretariato ATTE, Servizio viaggi

CP 1041, Piazza Nosetto 4, 6501 Bellinzona

Tel. 091 850 05 51/59, viaggi@atte.ch

Consulta anche il nostro sito: www.atte.ch

Come comunicato sull'edizione di giugno, torniamo a sbirciare dietro le quinte delle FFS, grazie a un'altra avventura vissuta da Mario Maldini quando lavorava sui treni in veste di Capotreno. Questa volta il nostro socio si trova alle prese con dei viaggiatori dalle mani troppo leste... Buona lettura.

Storie di ladri

Zurigo, stazione ore 23.40
Capodanno 1983

Folta la presenza di italiani sul marciapiede 4. Rientrano tutti in patria dopo un soggiorno natalizio con i loro parenti. Sono in attesa del 387 proveniente da Stuttgart e diretto a Milano.

I 2 agenti di scorta, Capotreno (Ct) e Conducente, danno le necessarie e precise informazioni sulla ubicazione delle carrozze e dei posti riservati; si assiste così ad una ordinata e spedita salita dei viaggiatori.

Tra questi, non sfugge all'attenzione del Ct, l'andirivieni di tre persone molto ma molto sospette.

00:06 Luce verde

Puntuale come sempre, il convoglio, trainato da un locomotore Re 6/6 e composto da 12 vetture delle Ferrovie italiane (FS), riceve l'ordine di partenza. Al conducente viene assegnato il controllo dei biglietti nelle 8 vetture di testa.

Evasi i "lavori d'ufficio" (compilazione del Rapporto Internazionale Veicoli, stesura del Foglio di Corsa e riordino dei bagagli nel bagagliaio), il Ct inizia, dalla coda del treno, il controllo biglietti rendendo in modo particolare attenti tutti i viaggiatori circa la presenza di tipi sospetti.

Erstfeld ore 01:15 Ultima fermata prima di Bellinzona.

Terminati i lavori di routine il Capotreno può dedicare ora, come sua abitudine, tutta l'assistenza ai suoi ospiti. Questa volta però, valutando la situazione indossa il cappotto sopra l'uniforme, toglie il berretto e si mimetizza in un coupé oscuro e occupato parzialmente da una famiglia. L'attesa non è lunga! Nella semioscurità la porta viene aperta lentamente dal corridoio esterno. Con l'immediata e violenta reazione del capofamiglia, l'intruso, in un italiano stenterello, si scusa dicendo che ...voleva semplicemente dei fiammiferi...

Il Ct è sicuro, ma questo già dopo il primo incontro, che questi "elementi" appartengono alle numerose bande di ladri che



da tempo operano sui treni notturni internazionali e decide di seguirli rimanendo alla dovuta distanza e osservando i diversi tentativi. Udendo le forti lamentele dei viaggiatori molestati, esce allo scoperto gridando: "fermi polizia"! Immediatamente mette le manette al più vicino. Il secondo fa dietro front mentre il terzo, 1 metro e 95 di disonestà, tenta di avere la meglio sul Ct che però, grazie alle sue nozioni di difesa, si divincola e lo fa indietreggiare. L'energumeno vorrebbe estrarre dalla tasca del voluminoso mantello un "qualche cosa" ma non ne ha il tempo. Il Ct, temendo il peggio, lo precede usando la sua bomboletta a gas. Alla presenza di 2 viaggiatori accorsi per aver udito le grida, il tizio desiste dai suoi propositi e decide di guadagnare la piattaforma, sicuro di trovare la maniglia dell'allarme che fa fermare il treno e poter in seguito fuggire. Purtroppo per lui, tale dispositivo nelle vetture FS lo si trova solo nei compartimenti. Sotto gli occhi dell'attonito Ct, apre la porta del vagone, si cala dai 3 gradini, richiude e rimane così aggrappato dall'esterno mentre il treno ha già raggiunto la velocità di 80/90 km/h, velocità che aumenterà nella galleria del Gottardo a 125 km/h.

Richiesta di fermata straordinaria

Con l'apparecchio ricetrasmittente il Ct ordina al macchinista l'immediato arresto del treno ad Airolo dando tutte le informazioni al facente servizio. Durante il rimanente percorso raccoglie le testimonianze dei viaggiatori e ammanetta pure

l'altro componente della banda.

Malgrado i suggerimenti dati, non tutto era filato liscio! Vittima del sonno, un'anziana copia si rivolgeva al Ct per denunciare la "scomparsa" di una borsa contenente, fra le altre povere cose, un portafoglio con una sola banconota di 50000 lire. Un vero dramma per queste persone. La borsa, dopo una breve ricerca, viene trovata in un cestino del WC, ma dei soldi nessuna traccia. Allora il Ct raggiunge il... ladro, si appropria del ben fornito portafoglio (frutto di chissà quanti furti), toglie (strana coincidenza?) la banconota e la riporta al legittimo proprietario. Il Ct non dimenticherà mai il grazie, un grande sorriso e un'arancia in regalo!

A Bellinzona, tutti vengono accompagnati dagli agenti della Polizia cantonale nei loro uffici. Allestendo il verbale il Ct apprende che il macchinista del treno, che viaggiava in direzione opposta, si era fermato a Göschenen per avvertire il Capostazione che, in galleria, aveva sentito sulla cabina di comando, un forte colpo.

I commenti della stampa?

La Stampa non fu magnanima con il Ct! I giornali, a titoli cubitali, insinuavano persino che il malcapitato viaggiatore era stato letteralmente buttato dal treno dal funzionario...! Malgrado la Procura del Canton Uri, che aveva svolto le indagini necessarie ed aveva assolto pienamente il Ct, rendendo pubblico che sui resti del fuggitivo, condannato in patria per omicidio ed evaso dalle carceri, era stata trovata una pistola carica con colpo in canna. Il Blick e tutta la stampa nostrana, ingenerosi con gli articoli nei confronti del Ct, non ritennero necessario, alla fine delle indagini, formulargli delle scuse.

Una delle tante avventure vissute, in passato, sui treni notturni internazionali da uno dei 6 agenti speciali scelti dalla Direzione delle FFS per proteggere il viaggiatore. Banditi che rientravano in patria, arrestati con armi e refurtiva, frutto di rapine oltralpe, corrieri di droga, evasi dalle carceri CH, bancarottieri ricercati dall'Interpol, un esercito di borsaioli provenienti da più parti del globo ammanettati sui treni e nelle stazioni (Zurigo HB era la Mecca). Una collezione di delinquenti (documentata) che ha reso interessante ed... eccitante la professione del Capotreno.

BIASCA E VALLI

Pranzo dell'amicizia

Quest'anno il pranzo dell'amicizia organizzato da ATTE Leventina si è svolto presso il Centro Pettine di Ambri il 10 luglio 2024 ed ha riscosso un enorme successo. Infatti gli iscritti erano una novantina tutti soddisfatti dell'ottimo pranzo preparato con maestria dai responsabili del centro di Ambri ai quali va il nostro più sentito ringraziamento. Come ciliegina sulla torta il Coro ATTE Leventinella diretto dalla maestra Lydia Rodesino si è esibito coinvolgendo tutti i presenti interpretando un gran numero di canti intrattenendo i presenti fino a tarda serata. Un grazie particolare a tutti indistintamente ed un arrivederci al prossimo anno.

Gruppo Blenio e Riviera

Un'interessante e piacevole gita

Mercoledì 22 maggio il gruppo Blenio e Riviera

di ATTE Biasca e Valli, in collaborazione con il gruppo Leventina, ha organizzato una visita all'Azienda agraria cantonale di Mezzana. I partecipanti hanno superato la quarantina!

Ci ha accolti il Direttore e ci ha guidati il sig. Widmer che ci ha fatto conoscere la storia dell'Azienda e quanto offre questo bell'angolo del nostro Paese. Si è preso contatto con le diverse colture, con il frutteto. Si son potute avere conoscenze sugli animali presenti e sulle attività che qui vengono svolte. I nostri soci hanno poi avuto la possibilità di acquistare le piantine da trapiantare nel proprio orto. Queste attività ci mantengono in forma anche se poi provocano qualche mal di schiena... La trasferta è poi continuata al Centro ATTE Il Caslaccio a Castel San Pietro. Qui abbiamo ricevuto una calorosa accoglienza. Ci hanno deliziato con un antipasto, dei pizzoccheri eccezionali e un dessert sopraffino. Abbiamo conosciuto anche il nuovo presidente

del gruppo, i volontari instancabili, gli aiutanti, che si sono dedicati a questa giornata. A rallegrare la nostra giornata c'erano pure due musicisti con chitarra e fisarmonica. I nostri soci hanno così potuto cantare in compagnia. L'ambiente era di allegria. Eravamo tutti contenti. Abbiamo poi dovuto salire sul bus velocemente poiché si stava scatenando un forte temporale.

Una bella esperienza, poiché così si allargano le conoscenze, si creano nuove amicizie anche con il gruppo che ci ha ospitati. Infatti si è creata un'intesa e il desiderio di trovarci nelle Tre Valli per ricambiare la bella accoglienza che ci hanno riservato.

Un grazie va a tutti gli organizzatori e ai numerosi partecipanti.

BELLINZONESE

Riflessioni su "Lettura" attività ATTE

"Mi piace la gente che sa ascoltare il vento sulla propria pelle, sentire gli odori delle cose catturarne l'anima. Quelli che hanno la carne a contatto con la carne del mondo. Perché lì c'è verità, lì c'è dolcezza, lì c'è sensibilità, lì c'è ancora amore". (Alda Merini)

Con queste parole di Alda Merini vorrei introdurre le riflessioni del gruppo di "Lettura" del lunedì, alla biblioteca della sezione ATTE di Bellinzona, aggiungendo che l'ascolto della lettura ad alta voce ci rende attenti, stimola scambi personali e di apertura verso l'altro.

Il gruppo racconta:

«Mi sono avvicinata a metà anno al gruppo di lettura organizzato dall'ATTE Sezione Bellinzona, ne sono molto soddisfatta; ha ampiamente esaudite le mie aspettative. Durante queste due ore settimanali di lettura ci sono stati proposti libri scelti con cura e competenza, divertenti e interessanti, stimolando in noi partecipanti un bel dialogo che spazia su ogni argomento. Per me è un sano e piacevole passatempo.»

«L'ascolto della lettura per me è stata una sorpresa, qualcuno che si occupa di me, che attiva l'ascolto attraverso la voce, il ritmo, la cadenza e, molto importante il contenuto. In questo gruppo mi sono subito sentita a mio agio e, da subito, dopo l'ascolto della lettura i punti di scambio sono stati arricchenti e stimolanti, alla ricerca di altre letture.»

«Un deserto del Cile, una clinica degli anziani, un bar/commissariato... Un Cane famoso, un ottantenne molto originale e un barista intra-

prendente... Tutti questi elementi mi hanno affascinato e stimolato la conversazione.»

«Grazie di cuore Nives per l'impegno, la freschezza delle scelte dei racconti, la capacità di trovare letture brevi e coinvolgenti. Grazie a tutto il gruppo nel quale mi sono subito sentita a mio agio e che mi ha stimolato riflessioni anche accese, ma sempre interessanti e divertenti. Spero che questo momento di condivisione possa continuare. Un grazie a Nives per l'impegno.»

Concludiamo ringraziando la sezione ATTE Bellinzona e in particolare la conduttrice del corso signora Nives Ferrari, per avere organizzato questi incontri.

Vallemaggia Family reunion

Il 23 giugno scorso il gruppo Canti popolari di ATTE Bellinzona è stato invitato a cantare al raduno "Vallemaggia Family reunion" ai Ronchini di Aurigeno. A questa manifestazione hanno partecipato un centinaio di emigranti provenienti da tutto il mondo, America, Canada, Australia, ecc., di origini valmaggiesi.

Il coro, circa 25 persone, si è diletto a cantare i nostri canti popolari, coinvolgendo nel canto

anche gli emigranti. È stata una giornata molto piacevole e coinvolgente dal punto di vista umano, arricchita da nuove simpatiche conoscenze.

Chi volesse saperne di più su questa manifestazione può consultare la pagina Facebook "Vallemaggia Family reunion", nella quale trovate informazioni e fotografie.

Uscita ai laghetti di Audan

La voglia di stare assieme, di passare una giornata in piacevole compagnia ha sfidato il maltempo che imperversava sul Ticino, con piogge molto intense e raffiche di vento. Il 21 giugno scorso ATTE Bellinzona ha organizzato un'uscita di una giornata ai laghetti di Audan, alla quale hanno partecipato circa 25 partecipanti accompagnati dai volontari della nostra sezione.

Visto il maltempo, e non potendo passeggiare attorno ai laghetti, in mattinata abbiamo fatto tappa al caseificio di Airolo dove abbiamo sorseggiato caffè e cappuccini, e dove i nostri utenti hanno potuto apprezzare la vasta scelta di formaggi e fare acquisti. Poi ci siamo recati ai laghetti di Audan vicino ad Ambri, dove ci aspettava un ottimo pranzo al Grotto.

Per allietare il pomeriggio dei nostri partecipanti abbiamo organizzato una tombola, sempre molto apprezzata, con ricchi premi.

Verso le 17 abbiamo fatto ritorno alle nostre case e, malgrado il maltempo, tutti sono rientrati contenti di aver trascorso una giornata in compagnia. Attività come queste sono importanti per i nostri anziani, aiutano ad alleviare la loro solitudine, fanno bene al morale, specialmente durante le giornate piovose e grigie.





LOCARNESE

Coro ATTE "Lago Maggiore" - Si riprende!

Il Coro "Lago Maggiore" riprenderà le sue prove settimanali lunedì 9 settembre 2024 alle ore 14:30 presso il Centro ATTE, Residenza "PerSempre", a Locarno in Via Varesi 42B.

Purtroppo lo scorso anno sociale ci siamo dovuti accomiare dal maestro del Coro GianPietro Milani che ci ha diretti sin dal 2006. A fine dicembre 2023 ha dovuto lasciare questo impegno causa malattia. Abbiamo però avuto l'occasione di congedarci da lui, ad inizio gennaio, durante un bel momento conviviale. Durante questi anni è riuscito a trasmettere a tutti i coristi l'amore per il canto. Regolarmente ci proponeva nuovi canti e con la sua innata professionalità, dopo alcune

prove, il coro era pronto ad esibirsi.

Per ognuno di noi coristi, oltre ad essere stato il nostro maestro, è stato pure un prezioso amico, lo ricorderemo come uomo instancabile e collaboratore, attivo e nel contempo particolarmente modesto.

Ora abbiamo però un nuovo maestro nella persona di Nuno dos Santos, un giovane pieno di entusiasmo che ha accettato di dirigere il nostro coro. In lui riponiamo molta fiducia e gli facciamo di tutto cuore i migliori auguri per questo suo incarico.

Il Coro vorrebbe accogliere nuove voci per cui se leggendo queste poche righe l'idea di cantare con noi e con il nuovo maestro ti stuzzica, non esitare e presentati alle nostre prove! Ti aspettiamo!

LUGANESE

Un torneo di tennis unico, unendo disabilità e terza età

Venerdì 28 giugno si è tenuta presso il Centro Cadro Panoramica la prima edizione del Torneo di tennis che unisce membri del Gruppo Paraplegici Ticino (GPT) e membri dell'Associazione Ticinese Terza Età (ATTE). L'evento ha rappresentato una prima a livello ticinese.

Dodici partecipanti, tra cui due giocatori e due giocatrici di tennis in carrozzina, si sono affrontati in un torneo di doppio. Grazie a due gironi round-robin si sono stabilite le migliori coppie, che hanno disputato due semifinali e una finale per decretare i vincitori dell'edizione. La particolarità del torneo è rappresentata dalla formula che ha visto cambiare a rotazione non

soltanto gli avversari, ma anche i compagni e le compagne durante i gironi qualificatori. Il tutto ha quindi favorito l'integrazione, la conoscenza e la condivisione tra i membri delle due associazioni ticinesi. Molti tra i presenti, inoltre, hanno osservato per la prima volta le modalità di gioco del wheelchair tennis, ovvero il tennis in carrozzina, promosso da diversi anni dal GPT e dal maestro di tennis Massimo Bramati, organizzatore della manifestazione.

Il torneo è stato vinto dalla coppia mista composta da Aurora (giocatrice di tennis in carrozzina, GPT) e Bruno (ATTE). Dato il riscontro positivo da parte dei partecipanti, il desiderio è di rendere l'appuntamento una tappa fissa annuale nei calendari delle due associazioni.



ATTE Lugano alla Panchina dell'amicizia: nuove attività per tutti

Nel parco di Villa Carmine, in via Trevano a Lugano, è stata installata la Panchina dell'amicizia. Questo progetto, promosso dall'associazione non-profit Gentletude, si pone l'obiettivo di incoraggiare uno stile di vita più empatico, per combattere la solitudine. Il Centro Atte di Lugano, della vicina via Beltramina, ha visto in questa iniziativa un'ottima occasione di collaborazione.

"Non c'è miglior idea che uscire dal proprio orticello e unire le forze per raggiungere insieme obiettivi comuni - spiega la coordinatrice Lorenza Casoli - vogliamo rendere felici tutti coloro che desiderano trascorrere del tempo in compagnia". Gentletude e Atte Lugano hanno così deciso di integrare i loro programmi di attività, per proporre un'offerta ancora più ricca. In caso di bel tempo gli incontri si svolgeranno quindi nello splendido e ombreggiato parco di Villa Carmine. Ma di che attività si tratta? "Dobbiamo essere sempre innovativi. Abbiamo sentito da parte dei nostri utenti un grande bisogno di benessere, calma e serenità, abbiamo quindi deciso di proporre attività olistiche, che pensano alla salute della persona a tutto tondo. Sono esperienze adatte a chiunque, davvero coinvolgenti - conclude Lorenza Casoli - provare per credere".

Gruppo Melide

Lo scorso 2 maggio, nella Sala Comunale di via al Doyro a Melide con una forte presenza di soci, si è tenuta la conferenza del Dr. Augusto Gallino, noto cardiologo, sul tema "Anziani e prevenzione al sistema cardiocircolatorio".

Il Dr. Gallino ha saputo attirare l'attenzione dei presenti con una dotta conferenza, comprensibile da parte di tutti. Ci sono state tante domande da parte dei nostri soci, domande alle quali il conferenziere ha dato risposte in modo semplice e chiaro. Questo in una materia non facile da spiegare. Insomma un bel pomeriggio, interessante ed istruttivo, che porta valore aggiunto alla nostra attività.

Gruppo Alto Vedeggio

Cama, il nucleo dei Grotti

Il nostro attivo Comitato ci ha riproposto lo scorso 11 giugno l'uscita ai grotti di Cama, che l'anno passato era stata annullata a causa dell'afa opprimente, perché allora rischiava di rendere infida l'escursione. In trentadue amici abbiamo questa volta sfidato Giove pluvio e la meteo ci è stata abbastanza favorevole.

Il professor Peduzzi, nostra competente e appassionata guida, ci ha accolti e accompagnati lungo un percorso di avvicinamento ai grotti ben ideato. Durante la piacevole camminata, profittando della posizione sopraelevata, abbiamo potuto renderci conto di come il nucleo di grotti sia posizionato rispetto al fondovalle e come i sagaci, nonché abili contadini del tempo siano riusciti a inserire tra i massi di una frana post-gla-

ciale una serie di costruzioni differenziate – 49 grotti, appunto – tutte predisposte per sfruttare “una corrente d’aria proveniente dal sottosuolo (in dialetto: *fiadire*)”, che ha permesso e permette, in assenza dei moderni frigoriferi, di conservare a temperatura e umidità costanti generi alimentari e di conforto quali burro, formaggi, salumeria, frutta e ovviamente il vino. Sarebbe probabilmente stato interessante visitare l’interno di qualche tipologia di quelle costruzioni (dalla semplice caverna al grotto vero e proprio con locali abitabili); un provvidenziale acquazzone ci ha costretti – evviva il piovasco! – a rifugiarsi nel grotto adibito a ristorante, dove ci siamo piacevolmente attardati, gustando pure una squisita fetta di torta offertaci dalla cortese gerente (grazie ancora!).

L’uscita prevedeva però anche una merenda, presso il grotto Matafontana di San Vittore, dove abbiamo potuto rificillarci per bene, facendocene anche un baffo del temporale che si è nel frattempo scatenato; temporale che ha fatto da piacevole colonna sonora ai nostri allegri e leggeri conversari.

L'Eramo di Santa Caterina del Sasso

Il 4 luglio abbiamo infilato una benefica finestra di bel tempo, utile per visitare un luogo incantevole eretto a picco sul lago Maggiore: si tratta dell’Eremo di Santa Caterina del Sasso, che si trova a Leggiuno (Varese). Ci siamo arrivati percorrendo con il torpedone strade non proprio agevoli (un bravo vada all’autista!), che di solito sono conosciute dai ciclamatori che compiono il periplo del lago.

Per accedere al sito abbiamo profittato di un ascensore, montato in un pozzo ricavato nella



montagna, che ci ha permesso di scendere fino alla galleria, che dà sullo sperone di roccia, che a sua volta affaccia sul Lago Maggiore: da lì la vista è tanto spettacolare quanto sorprendente. Una guida ci ha permesso di conoscere l’Eremo che è stato costruito nei secoli a partire dalla prima cappella del XII secolo su su nel tempo fino ai giorni nostri. La prima costruzione semplice è stata affiancata nei secoli da due chiesette, poi conglobate nell’attuale edificio sacro (XVI sec.), che testimonia con la sua pianta lievemente curva l’esigenza di assecondare l’andamento dell’imponente costone roccioso, su cui è edificata. Anche gli affreschi a tema biblico/religioso danno conto stilistico dei vari secoli in cui sono stati realizzati e della vita monastica, che ne ha abitato il sito. Insomma: in uno spazio circoscritto si trova di che rivivere il tempo l’arte e la storia. E i nostri occhi si sono colmati di meraviglia. All’Eremo visse il fondatore – il Beato Besozzi – poi nei secoli si sono succeduti

i Domenicani, quindi i Carmelitani, poi gli Oblati di S. Benedetto; oggi il luogo di culto è affidato alla Comunità dei Frati Francescani di Betania, che raggruppa, nello stesso convento, sia frati sia suore. Al termine della visita, per risalire i 51 metri di dislivello verticale e raggiungere il piazzale d’ingresso al sito, alcuni di noi hanno affrontato una scalinata: è stata una felice scelta, perché l’acciottolato è comodo, la salita non risulta impervia, malgrado i 268 gradini. In compenso il colpo d’occhio, che si stende sul Lago Maggiore e l’ampio panorama, hanno ripagato ampiamente dello sforzo profuso i nostri coraggiosi.

A ogni nostra uscita culturale segue un pranzo in comune, che anche questa volta ha soddisfatto il 23 amici, che hanno partecipato alla giornata. Sulla via del ritorno abbiamo pure avuto la gradita possibilità di fermarci a Varese per una passeggiata tra i vicoli pedonalizzati della città. Insomma: una bella, appagante giornata.

Gruppo Collina d'Oro Gita al San Salvatore

La ripresa delle attività dopo la nomina del nuovo Comitato è stata caratterizzata da un’uscita al San Salvatore, meta molto conosciuta da tutti i Luganesi, anche se molte persone lo ricordano in relazione a passeggiate molto lontane nel tempo, a volte persino delle passeggiate scolastiche.

La fortuna ci ha assistiti in quel periodo di condizioni atmosferiche piuttosto avverse concedendoci una splendida giornata di sole, molto gradita dalla cinquantina di partecipanti che hanno apprezzato la risalita con le nuove vetture della Funicolare, recentemente messe in servizio.

Arrivati in vetta ognuno ha potuto godersi lo splendido panorama su Lugano e dintorni o visitare i dintorni della Chiesetta di San Salvatore; parecchi hanno preferito gustarsi un buon caffè sulla terrazza del Ristorante Vetta scambiando quattro chiacchiere con gli amici.

In seguito è stato servito un aperitivo ed il gustoso pranzo che ci ha fatto apprezzare le capacità dei cuochi e la qualità del servizio offerto dall’equipe del ristorante Vetta.



Con particolare piacere abbiamo gradito i complimenti rivolti agli organizzatori per aver scelto questa meta facilmente raggiungibile senza che fossero necessari spostamenti che, con il traffico attuale, a volte risultano molto impegnativi.

Cena del fritto di lago

Anche quest’anno il Comitato ha voluto rispettare una tradizione che si ripete da anni: quella di una cena in giardino a base di pesce di lago fritto. Anche questo appuntamento mirato a far trascorrere ai partecipanti una spensierata serata estiva in compagnia ha attirato l’interesse di più di cinquanta soci.

La cucina è stata assicurata da un amico di Montagnola, Mauro Sinigaglia, esperto cuoco e gastronomo della Macelleria Collina di Montagnola. Tutti hanno espresso dei lusinghieri apprezzamenti per l’ottima cucina e la qualità del servizio assicurato dai membri del Comitato, tant’è che i 60 kg di pesce di lago sono svaniti nel nulla in pochissimo tempo e questo lo dice lunga più dei complimenti.

Dobbiamo sottolineare l’ottima collaborazione di tutti i membri del Comitato con alla testa il Presidente Aurelio Gilardini, un particolare ringraziamento a tutti ed in particolare a Daniela Cassina che ha curato il rifornimento di tutto il necessario per questa ruscitissima cena.

MENDRISIOTTO E BASSO CERESIO

Gruppo Maroggia

Proposta dal Gruppo ATTE Maroggia e dal Gruppo Regione Solidale Basso Ceresio, la visita al paese di Maroggia, guidata da Maurizio Lancini, Segretario del Gruppo ATTE Maroggia, Presidente del Consiglio Parrocchiale ed ex municipale del Comune di Val Mara, ha preso il via nel pomeriggio di mercoledì 12 giugno. Sulla Piazza del Lavatoio i numerosi partecipanti sono stati accolti dal Presidente del Gruppo ATTE Maroggia, Gianmario Bernasconi, che ha dato loro il benvenuto anche a nome del Presidente sezionale Giorgio Comi, assente per altri impegni dell'Associazione.

Il tuffo nella storia e nell'arte di Maroggia è durato un paio di ore e la passeggiata sul territorio di quello che oggi è uno dei tre quartieri del Comune di Val Mara è stata bella ed interessante nonostante un piccolo disturbo causato dalla pioggia che cadeva da un cielo imbronciato. L'itinerario è stato ricco di testimonianze storiche dei tempi antichi e moderni. I visitatori sono stati accompagnati a vedere il Lido comunale diviso in due dalle acque del fiume Mara che nasce sul Sighignola, hanno percorso il Lungolago fino alla Chiesa con il piccolo porto, hanno visitato la chiesa parrocchiale dedicata ai Santi Pietro e Paolo risalente al XVII secolo ed hanno visto



il Pontile della Società Navigazione Lago di Lugano costruito di recente. Dopo una camminata sulla passerella del porto galleggiante hanno raggiunto la Cappella di Maria Ausiliatrice inaugurata nel 2004 e da lì hanno potuto gettare uno sguardo alla elegante Villa Petrucci stretta tra gli edifici degli ex Collegi Manzoni e Don Bosco. La salita all'Oratorio della Beata Vergine della Cintura è stata piacevole e giunti in cima sono entrati a visitare l'edificio sacro risalente al XVIII

secolo, un gioiello in pietra rossa ed in stile barocco-slavo. Sono poi passati davanti al nuovo Mulino, al di sopra del quale si stagliano le sagome delle due imponenti torri e, tra una informazione e l'altra ricevute dalla guida e dal Presidente Bernasconi, hanno raggiunto il nucleo storico coi tetti sovrastati da una torretta di un antico convento. La visita al villaggio cullato dalle acque del Ceresio si è conclusa con un rinfresco servito nel giardino del Centro del Gruppo ATTE Maroggia.



La sicurezza a portata di mano

Il servizio di Telesoccorso è un sistema di allarme che consente di condurre in sicurezza una vita autonoma. In caso di bisogno basta premere il pulsante per parlare con la Centrale d'allarme 144, l'operatore prenderà immediatamente contatto con una persona di fiducia, un medico o un'ambulanza.



Associazione Ticinese Terza Età
www.atte.ch - telesoccorso@atte.ch
Tel. 091 850 05 53



TELESOCORSO
DELLA SVIZZERA ITALIANA

Saluti da Milano Marittima



Erano oltre trenta le socie e i soci ATTE che lo scorso 2 giugno sono partiti alla volta di Milano Marittima per trascorrere in compagnia una settimana nel segno del sole e del mare. Per scoprire quali proposte il nostro Servizio viaggi ha in programma per l'autunno, una bella panoramica la potete trovare a pag. 33.

TORNEO CANTONALE DI BOCCE



Il Mendrisiotto si aggiudica i primi due scalini del podio

Si è tenuto lo scorso 12 giugno al Ristorante Tenza di Castione l'annuale Torneo cantonale ATTE di bocce, 32 i giocatori in capo per un totale di 16 coppie (4 dal Mendrisiotto, 3 dal Luganese, 4 dal Bellinzonese, 4 da Biasca e Valli e 1 dal

Locarnese), una cinquantina in tutto le persone che hanno partecipato all'evento. Belle le partite e agguerrite le coppie che, a suon di bocciate, si sono fatte strada nella classifica. Alla fine a primeggiare è stato il Mendrisiotto. Sul primo gradino del podio sono infatti saliti Claudio Vannossi e Eros Piffaretti seguiti, al secondo posto, da Ivana Croci e Fabio Cadei. Terzo posto invece

per Giovanni Tanadini e Fabio Chierichetti (Locarnese). La premiazione si è conclusa con una gradita sorpresa per la segretaria Alessia Mennillo e la responsabile della rivista Laura Mella che, commosse, si sono viste regalare un bel vaso di orchidee. Un caloroso ringraziamento a tutti gli organizzatori e agli arbitri che hanno reso possibile la giornata.

SEZIONE BELLINZONESE

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

Appuntamenti fissi presso il Centro Diurno: Pomeriggi in compagnia

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

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

Lunedì, ore 13:30-15:30

Gruppo di lettura e condivisione: lettura di racconti scelti in base a caratteristiche che li rendano interessanti e comprensibili a tutti i partecipanti, considerando l'importanza di far emergere emozioni e riflessioni e di favorire un dialogo fra i partecipanti il più aperto possibile al termine della lettura. Per informazioni: Nives Ferrari, animatrice del gruppo, nr. 079 345 75 58. Giovedì, ore 15:00-17:00.

Apertura al pubblico

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

Gruppo di canto spontaneo

Martedì, dalle 14:00 alle 16:00 con Pietro Bianchi, musicologo. Per informazioni e per partecipare presentarsi il giorno dell'incontro.

Sportello digitale

Via Raggi 8b, 1° piano, citofonare Biblioteca, il martedì, mattina o pomeriggio nelle seguenti date: martedì 09:30-11:00, 3/17 settembre, 1/8/22 ottobre, 19/26 novembre e 10 dicembre 2024 pomeriggio 14:00-16:00, 10/24 settembre, 5/12/26 novembre e 3/17 dicembre 2024
Uno spazio di incontro personalizzato e gratuito, dove trovare assistenza, chiedere informazioni e ottenere supporto per l'uso di smartphone e tablet. Presentarsi senza annunciarsi.

Pranzo della domenica con Kurt

8 settembre, 13 ottobre, 10, novembre, 8 dicembre 2024. Ritrovo dalle ore 11:30. Menu: antipasto, secondo con contorno, dolce, bibite e caffè: fr. 18.- Iscriverti entro il lunedì precedente a Rita 079 682 91 92 o a Marlis 079 792 79 09; massimo 50 posti.

Gioco del bridge

Incontri settimanali di due ore, il giovedì pomeriggio. Per informazioni: Laszlo Tölgyes, 076 396 97 28.

Gioco degli scacchi

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

La Fortezza di Bellinzona

Visita alla mostra e due conferenze

Non siamo più nel Medioevo. Dai castelli alla fortezza

venerdì, 20 settembre 2024, ore 14:30
Bellinzona, castello Sasso Corbaro. Visita accompagnata alla mostra con la co-curatrice Eva Carlevaro. Durata 1 ora. Adatto a persone senza difficoltà motorie. Iscrizioni entro il 10 settembre al nr. 091 826 19 20 (segretariato ATTE).

Bellinzona chiusa delle Alpi dal VI al XIX secolo, venerdì 27 settembre e mercoledì 3 ottobre 2024, ore 14:30, Centro Diurno ATTE.

Conferenza UNI3 con il prof. Marino Viganò, storico. Ulteriori informazioni e per iscriversi vedi programma UNI3.

Conferenza informativa

Casa anziani: quanto mi costi?, venerdì, 18 ottobre 2024, ore 14:30, Bellinzona, Centro Diurno ATTE. Bruno Cariboni, direttore della Fondazione casa anziani di Giubiasco, informerà sul calcolo della retta, sugli eventuali aiuti statali e risponderà alle domande dei presenti. Partecipare senza iscriversi.

Per il corpo e per la mente

Sono aperte le iscrizioni dei corsi che si terranno presso il Centro Diurno ATTE, nel periodo settembre-dicembre 2024

Yoga da seduti – Lu jong

Esercizi semplici per rimanere attivi con Federica Dubbini del Centro Armonia. 12 incontri, due gruppi. Lunedì dal 16.09. al 09.12.2024, ore 10:00-11:00, mercoledì dal 19.09. all'11.12.2024, ore 17:00-18:00. Costo fr. 140.-, numero minimo di partecipanti 9. Iscrizioni entro il 9 settembre scrivendo a info@attebellinzonese.ch o telefonando allo 091 826 19 20 indicando il giorno scelto.

Allena...mente (Brain gym)

Il Brain Gym attiva i due emisferi cerebrali e li stimola a cooperare pienamente. Esercizi per migliorare apprendimento e benessere con Giovanna D'Onofrio. 5 incontri. Venerdì 20 e 27 settembre, 4, 11 e 18 ottobre, ore 10:00-11:00. Costo fr. 60.-, numero minimo partecipanti 8. Iscrizioni entro il 9 settembre scrivendo a info@attebellinzonese.ch o tel. 091 826 19 20

Ginnastica dolce

Esercizi per la mobilità e per il rinforzamento muscolare, prevenzione delle cadute con Alessandra Gorla, fisioterapista. 9 incontri, da giovedì 03.10.2024 al 12.12.2024, ore 10:15-11:15 costo fr. 110.-. Numero minimo partecipanti 9. Iscrizioni entro il 15 settembre 2024 scrivendo a info@attebellinzonese.ch o tel. 091 826 19 20

Danze etniche popolari e internazionali

La danza favorisce agilità, attenzione, reazione, memoria, orientamento, equilibrio, resistenza, respiro, gioia e buonumore, con Paola Bonetti. 5 incontri: martedì: 1, 8, 15, 22 e 29 ottobre 2024, ore 09:30-11:00. Costo fr. 70.- da versare il primo

giorno del corso, numero minimo di partecipanti 6, massimo 12. Iscrizioni entro il 15 settembre 2024 a Paola Bonetti, tel. 078 831 64 65

Pittura espressiva

Dar voce alla propria creatività esprimendosi liberamente, senza regole e condizionamenti, con l'uso di materiali artistici, con Federica Dubbini del Centro Armonia. 4 incontri, mercoledì 6, 13, 20 e 27 novembre 2024, ore 15:00-16:15. Costo: fr. 70.- materiale compreso. Numero minimo partecipanti 8. Iscrizioni entro il 15 ottobre 2024 scrivendo a info@attebellinzonese.ch o tel. 091 826 19 20

Ginnastica in acqua

A Giubiasco, nella piscina delle scuole medie con Claudia Tagliabue, 30 incontri settimanali, secondo calendario scolastico da mercoledì, 25 settembre. 1° gruppo: ore 14:45-15:30 - 2° gruppo: ore 15:30-16:15. Costo fr. 130.-. Iscrizioni entro il 9 settembre 2024 telefonando al nr 091 826 19 20, indicando l'orario scelto.

Gioco delle bocce

A Castione, al Bocciodromo Tenza. Incontri settimanali, il martedì dal 10 settembre, ore 14:00.

Gli aggiornamenti e le nuove proposte, saranno annunciati sulla bacheca del Centro, tramite la newsletter "l'agenda del territorio", pubblicati nel sito www.attebellinzonese.ch e sui quotidiani.

Gruppo di Arbedo-Castione

Centro sociale, 6517 Arbedo, aperto tutti i giovedì dalle 14:00 alle 17:00. Quando c'è il pranzo dalle 11:30. Corrispondenza: Gruppo ATTE "L'Incontro", 6517 Arbedo. Iscrizioni: Centro sociale, Rosaria Poloni tel. 091 829 33 55, Paola Piu tel. 091 829 10 05.

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

<https://atte-arbedocastione.blogspot.com>.

Inoltre per i partecipanti ai ritrovi del giovedì è a disposizione il programma mensile.

Gruppo di Sementina

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

Festa dei compleanni con controllo della pressione

Martedì 24 settembre (con apericena di benvenuto), 22 ottobre e 26 novembre ore 14:00

Tombola

Martedì 1 ottobre, 12 novembre (con pranzo alle 12:00) e 3 dicembre (con l'arrivo del San Nicolao) ore 14:00, ritrovo al Centro

Gita

Martedì 8 ottobre (programma segue)

Pranzo in musica

Martedì 15 ottobre, 19 novembre, ore 12:00, ritrovo al Centro

Castagnata con coro ATTE

Martedì 5 dicembre, ore 14:00, ritrovo al Centro

Festa degli auguri

Martedì 10 dicembre, ore 12:00, ritrovo al Centro

Gruppo Visagno-Claro

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

A settembre **passeggiata in Val di Blenio** con visita al Museo della radio. La locandina particolareggiata sarà esposta nei soliti luoghi.

SEZIONE BIASCA E VALLI

Via Giovannini 18/20, 6710 Biasca,
tel. 091 862 43 60, www.attebiascaevalli.ch.
Presidente Eros De Boni, via Stradone Vecchio sud 22, 6710 Biasca, tel. 091 862 25 85,
eros.deboni@bluewin.ch

Attività sportive e gite: Centro diurno Biasca, tel. 091 862 43 60, coordinatore Centro: 079 588 73 47.

Centro diurno socio assistenziale Biasca

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

Il programma mensile del CDSA si può consultare sul sito: www.attebiascaevalli.ch.

Centro diurno Faido

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

Pranzo e festa dei compleanni

Mercoledì 4 settembre iscrizioni entro il 2.9), 2 ottobre (iscrizioni entro il 30.9), 13 novembre (iscrizioni entro l'11.11) e 11 dicembre iscrizioni entro il 9.12). Le iscrizioni sono obbligatorie e vanno fatte a Silva nr. 079 442 86 62. Il ritrovo è alle 12:00.

Tombola

Mercoledì 23 ottobre e 27 novembre. Ore 14:00.

Centro diurno Monte Pettine, Ambrì

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

Ginnastica dolce

Tutti i mercoledì dalle 10:00 alle 11:00

Lavoretti manuali

Tutti i giovedì lavoretti a maglia o altro dalle 15:00 alle 17:00

Bollito misto

Giovedì 17 ottobre. Segue locandina

Apericena

Lunedì 11 novembre. Segue locandina

Coro Ra Froda

Martedì 10 settembre ore 14:00

Centro diurno Olivone

c/o Casa Patriziale, coordinatrice
Sonja Fusaro-DeLuigi

Merenda e pranzi mensili aperti a tutta la popolazione della Valle di Blenio

Merenda:

mercoledì 18 settembre, con 2-3 giri di tombola.
Ritrovo ore 14:00-17:00 (iscrizione entro il 16 settembre)

Pranzi:

mercoledì 23 ottobre, pranzo d'autunno e alcuni giri di tombola (iscrizione entro il 21),
mercoledì 27 novembre, pranzo con Nello e alcuni giri di tombola (iscrizione entro il 25 novembre),
1 mercoledì 8 dicembre pranzo di Natale e alcuni giri di tombola (iscrizione entro il 16 dicembre)
Iscrizioni: obbligatorie alla coordinatrice Sonja Fusaro no.079 651 03 31 Ritrovo: ore 12:00, al centro di Olivone c/o Casa Patriziale

INFO: le date dei pranzi potrebbero subire variazioni così come le tombole che potrebbero essere sostituite da conferenze o altro.

Nuoto

I corsi per l'anno 2024/2025 inizieranno dopo la metà di settembre. I corsisti/e verranno convocati personalmente tramite formulario di adesione.

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

CineATTE

Venerdì 11 ottobre, ore 15:00, Cinema Blenio, "Oro e acqua minerale", documentario RSI di Michelangelo Gandolfi con la presenza in sala del regista che interagirà con il pubblico.

Mercoledì 4 novembre, ore 15:00, cinema Blenio, pomeriggio al cinema sul tema nonni-bambini. Riservate le date.

Gruppo Blenio-Riviera

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

Corso di francese

Lunedì 9 settembre al Centro diurno di Biasca dalle ore 14:00

Ballo liscio

Giovedì 10 ottobre, 14 novembre e 12 dicembre al ristorante Alla Botte, Pollegio, inizio ore 14:00

Castagnata con tombola

Venerdì 25 ottobre all'Osteria Rubino, Acquarossa, inizio ore 14:00

Panettonata

Martedì 10 dicembre, con la partecipazione del Coro "RA FRODA" all'Osteria Rubino, Acquarossa, inizio ore 14:00

Coro Ra Froda

Tutti i martedì (seguendo il calendario scolastico) dalle ore 14:00 prove del Coro "Ra Froda" al Centro ATTE di Biasca

Gruppo della Leventina

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

Ballo

Giovedì 3 ottobre, 7 novembre e 5 dicembre.
Ore 14:00, ristorante Alla Botte, Pollegio

Tombola

Mercoledì 25 settembre, al centro ATTE di Ambrì, inizio ore 14:30.

Coro Leventinella

Le prove riprendono all'inizio di settembre al lunedì, presso il centro ATTE a Faido.

Gita in Vallemaggia

Venerdì 20 settembre (con il Gruppo Blenio/Riviera); visita al museo di Cevio; nel pomeriggio spostamento a Bosco Gurin. Informazioni e dettagli seguiranno, numero massimo di iscritti: 30.

Conferenza

In autunno, a Faido. Data e dettagli da definire.

Castagnata

Mercoledì 20 novembre, al centro ATTE di Ambrì. Informazioni seguiranno sulle locandine.

SEZIONE LOCARNESE E VALLI

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

Informazioni aggiornate sulla programmazione: www.locarno.atte.ch

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

Attività:

CORO: lunedì

GIOCO CARTE: tutti i giorni

PÉTANQUE: mercoledì (nel giardino del centro, solo in caso di bel tempo)

LAVORI A MAGLIA: mercoledì. Non è richiesta iscrizione. Gratuito. Ciascuno porta il materiale che intende usare. Una volontaria appassionata di lavoro a maglia è disponibile per consigli. Interessante lo scambio di idee e informazioni tra i partecipanti.

TOMBOLA: giovedì

PRANZI: giovedì. Annunciarsi entro il martedì. Massimo 50 posti.

LAVORI MANUALI: giovedì

UNI3: vedi programma Corsi UNI3

Sportello digitale

Spazio di incontro personalizzato e gratuito, dove trovare assistenza, chiedere informazioni e ottenere supporto per l'uso di smartphone e tablet. Centro diurno ATTE Locarno. Dalle 14:30 alle 16:30 nei seguenti lunedì: 2, 9, 16, 23 e 30 settembre; 7, 14, 21 ottobre; 4, 11, 18 e 25 novembre; 2, 9 e 16 dicembre.

PREVENZIONE DELLA SALUTE

Martedì 10 settembre, ore 14:30-15:30 Centro Diurno ATTE Locarno. **Il mantenimento della memoria** con l'infermiera ALVAD Juliana Cicak. Entrata libera. Dopo la presentazione viene data la possibilità di un controllo della pressione e della glicemia.

Conversazione in inglese

Louise Burckhardt, docente madrelingua inglese con lunga esperienza professionale, offre un corso (7 incontri) di conversazione inglese per chi parla già abbastanza bene la lingua. Argomenti a seconda degli interessi dei partecipanti. Ripasso grammaticale all'occorrenza. Dalle 14:30 alle 15:30. Centro Diurno ATTE Locarno
Mercoledì 25 settembre, 2 e 23 ottobre, 6 e 20 novembre, 4 e 18 dicembre. Costo Fr. 35.- per soci ATTE, Fr. 50.- per non soci. Iscrizione: entro il 17 settembre al n.ro 079 554 41 26 (Louise)

Movimento a ritmo di musica

Con Silvana Marzari, insegnante di Rio Abierto
Il venerdì dalle 14:30
6 settembre (prova gratuita), 3, 20 e 27 settembre, 4, 18 e 25 ottobre. Presso il Centro ATTE di Locarno
Costo: per il ciclo di 6 incontri: fr. 60.- per Soci ATTE / fr. 70.- per non soci. Iscrizione: entro il 10 settembre al n.ro 079 765 76 51 (Silvana)

CONFERENZE:

Martedì 24 settembre, **Ascendenti e discendenti - Il pendolo della genealogia**, ore 14.30-16.30. CD ATTE Locarno. A cura di Fabio Chierichetti, caporedattore del "Bollettino" della Società Genealogica della Svizzera Italiana. Entrata libera.

Venerdì 11 ottobre 2024, ore 14.00 – 15.30,
Dottore, ho male: è artrite o artrosi? Centro Diurno ATTE Locarno. A cura della dottoressa Laura Zanisi (organizzata dalla Lega ticinese contro il reumatismo)

Tradizioni e cultura delle nostre Valli raccontate tramite gli Archivi RSI

Con Carla Norghauer e ospiti della regione riscopriamo il territorio. Evento aperto al pubblico organizzato dalla SSR Svizzera italiana CORSI in collaborazione con l'Associazione Ticinese Terza Età, Sezione Locarnese e valli.

Lunedì 14 ottobre ore 16:00, Sala Comunale di Lodano (Maggia). Segue rinfresco.
Grazie ai contenuti audiovisivi degli Archivi RSI riscopriremo le tradizioni, gli usi e i costumi delle nostre Valli e di come si adoperava il servizio pubblico per valorizzarli e tramandarli nel tempo.

Per ragioni organizzative è gradita l'iscrizione: 058 135 92 32 oppure e-mail a info@ssr-corsi.ch. Vi aspettiamo numerosi!

Gruppo del Gambarogno

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

Tombola

Giovedì 5 settembre, 3 ottobre, 24 ottobre (con castagnata), 7 e 21 novembre, inizio ore 14:00, Centro Rivamonte, Quartino

Gita

Giovedì 19 settembre, da definire

Ergoterapia

Giovedì 17 ottobre, ore 14:00, Salone Comunale Magadino

Pranzo di Natale

Giovedì 12 dicembre, da definire

SEZIONE LUGANESE

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

Centro diurno socio assistenziale di Lugano

Il Centro rimane aperto dal lunedì al venerdì dalle 09:00 alle 17:00, il sabato dalle 11:00 alle 17:00, si può giocare alle carte, pranzare e svolgere diversi corsi che vengono pubblicati anche sul sito: lugano.atte.ch oppure richiedere le informazioni allo 091 972 14 72.

Si ricorda che il Centro prende a carico persone con bisogni di assistenza. È possibile pranzare dal lunedì al sabato così come giocare a carte. Regolarmente vengono organizzati corsi di diverso genere sia di attività fisica, sia di attività creative così come corsi di approfondimento delle lingue

Pranzi

Dal lunedì al sabato con la Fondazione Sirio

Tombola

Sabato 14, 21, 28 settembre, 12, 19, 26 ottobre, 9, 16, 23 novembre, 7 e 14 dicembre. Al Centro, ore 14:30. Merenda offerta da settembre a dicembre.

Pomeriggio in musica

Venerdì 27 settembre, 31 ottobre, 29 novembre, 19 dicembre; dalle 14:00 alle 16:30

Coro

Il coro "Insema par Cantà" tiene le prove al martedì dalle 13:45 alle 15:45 al Centro diurno ATTE in via Beltramina 20 A. Informazioni a Trudy allo 079 218 74 24

Sportello Digitale

Dal mese di settembre tutti i lunedì dalle 14:30 alle 16:30

Offriamo inoltre diversi corsi (caffè filosofico, diversi tipi di ginnastica, acquagym, Nordich Walking, passeggiata meditativa, tennis, riflessologia plantare, shiatsu, francese lettura, inglese principianti, tedesco, balli caraibici, GAG, Taichiquan, corsi di stimolazione cognitiva...) tutte le informazioni su: www.lugano.atte.ch o chiamando lo: 091 972 14 72.

Coro lirico di Lugano

Domenica 10 novembre, ore 17:00, **Concerto di gala Puccini al LAC** con brani corali e solistici da Le Villi, La Bohème, Tosca, Turandot. I Soci ATTE godono di uno sconto del 10% sul biglietto. Interessati rivolgersi allo 079 695 83 01, mail info@corolirico.ch. Prenotazione obbligatoria. Per ulteriori informazioni sulle altre attività dell'anno vedi la pagina Concerti/Eventi sul sito del coro: www.corolirico.ch.

Gruppo Alto Vedeggio (compreso Torricella-Taverne)

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

Museo della Radio

Giovedì 12 settembre: uscita pomeridiana e visita al Museo della radio sul Monte Ceneri. Merenda al grotto (locandina appesa agli albo comunali).

Pranzi

Giovedì 26 settembre, 24 ottobre, 28 novembre, 12 dicembre

Gruppo di Breganzona

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

Gite

Martedì 10 settembre passeggiata di una giornata alle **Isole di Brissago**.

Martedì 17 o 24 settembre, passeggiata di ½ giornata per una **visita alla Radiotelevisione** con merenda (data da convenire).

Martedì 8 ottobre, passeggiata di ½ giornata alla **Villa Olmo di Como** con merenda.

Tombola

Venerdì 25 ottobre

Pranzo

Venerdì 15 novembre

San Nicolao

Venerdì 6 dicembre, al pomeriggio festeggiamo il San Nicolao

I Soci saranno informati di volta in volta tramite circolare.

Gruppo Capriasca, Origlio, Ponte Capriasca Val Colla

6950 Tesserete Telbrüi 9, atte@capriascavalcolla.ch

Ginnastica dolce al lunedì dal 16 settembre al 16 dicembre e dal 13 gennaio al 16 giugno 2025
Attività sospesa in concomitanza con le vacanze scolastiche. Orario: 14:15-15:00. Centro socioculturale Comune di Capriasca a Tesserete. Monitore: fisioterapista, specializzato in terapia manuale. Partecipanti: fino a un massimo di 16 partecipanti (le prime 16 iscrizioni). Costo: fr. 75.00 per persona da consegnare all'inizio dell'attività. Iscrizioni e/o informazioni: 076 444 09 32 (Romana Frigeri, referente ginnastica dolce).

Camminare in compagnia al giovedì mattina dal 5 settembre al 19 dicembre 2024. Ritrovo: ore 09:15 presso l'Arena sportiva di Tesserete, lato Scuola elementare. Rientro ore 11:00. Per maggiori informazioni telefonare alla monitorica responsabile Simona Eberli, 076 393 40 86 o Corrado Piattini, referente ATTE Gruppo regionale Capriasca, Origlio, Ponte Capriasca e Val Colla, tel. 079 377 42 12.

Tombola settimanale al giovedì dal 19 settembre presso il Centro socioculturale a Tesserete, organizzata dall'Associazione Pom Rossin dalle ore 14:30 alle 16:30.

ESCURSIONI

Venerdì 27 settembre, Intragna-Rasa-Intragna
Ritrovo: 07:30 Centro sportivo di Tesserete.
Distanza: 11.21 km. Salite/discese: 908 m/909 m.
Escursionismo: 4h e 35'. Pranzo ristorante

Venerdì 18 ottobre (data di riserva 25 ottobre), Giro alla scoperta del paesaggio della Valle di Muggio, accompagnati da Mario Zanetta.
Dettaglio itinerario da stabilire: consultare il sito web attecapiascavalcolla

Venerdì 24 novembre, Certara-Capanna San Lucio-Certara, escursione chiusura annuale. Ritrovo: 08:30 Centro Sportivo di Tesserete.
Distanza: 11.00 km. Salite/discese: 590/50 m.
Escursionismo: 3h 35' (salita 2h, discesa 1h e 35')

Iscrizioni: telefonare a Corrado Piattini, 079 377 42 12 o annunciarsi per posta elettronica corrado*piattini@bluewin.ch.

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

Centro diurno, Via dei Camuzzi 7, Montagnola, tel. 091 994 97 17. Il Centro diurno è aperto lunedì, mercoledì e giovedì pomeriggio dalle 14:00 alle 17:30. Le attività sono condizionate dalla presenza dei soci. A volte ci viene comunicato che per questi pomeriggi nessuno intende frequentare il Centro. Per eventuali informazioni rivolgersi al Segretario, arch. Sergio Garzoni (tel. 076 3292522) o e-mail (seo.garzoni@gmail.com)

A seconda delle condizioni atmosferiche il giardino e il campo bocce saranno agibili fino alla prima settimana di settembre; in seguito le attività si svolgeranno nella sala interna del Centro. Prevediamo inoltre:

Pranzo

A settembre in sede proiezione di filmati storici sulla Città di Lugano e dintorni
A novembre in sede con un ospite

Gita

A ottobre gita di un giorno con meta da stabilire

Il programma fino a dicembre verrà deciso in seguito.

Le date non sono ancora fissate e verranno comunicate tramite le locandine esposte in sede ed agli albi comunali di Collina d'Oro o comunicazioni agli interessati.

Gruppo di Melide

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

Pranzo di fine estate con grigliata

Giovedì, 11 settembre

Gite

Mercoledì, 2 ottobre, Airolo, visite Infocentro Autostrada A2 e al Caseificio, Pranzo al Ristorante del Caseificio.

Giovedì, 24 ottobre, Curio, visita al Museo Malcantonese.

Giovedì, 7 novembre, Castione, visita al Panificio Coop Ticino.

Pranzo di Natale

Domenica, 24 novembre al Ristorante Nuvola Blu di Melide

Pomeriggio con film

Giovedì, 12 dicembre, in sede (sala multiuso Melide)

Tombola natalizia

Giovedì, 19 dicembre

SEZIONE MENDRISIOTTO E BASSO CERESIO

Presidente Giorgio Comi, via Industria 13, 6850; gcomi@atte.ch. Seguitemi sull'agenda della Sezione ATTE Mendrisiotto su www.attemomo.ch.

Le attività sul territorio le organizziamo in accordo con i Gruppi Locali, seguite le indicazioni affisse nei Centri diurni e nella nostra agenda online.

Sportissima

Domenica 8 settembre, con la gestione del campo da bocce e il gazebo ATTE

Concerto con rinfresco

Giovedì 19 settembre, dalle 15:30 a Bodio, per i 20 anni del consiglio anziani. Viaggio organizzato con mezzi privati.

Conferenza

Venerdì 27 settembre, l'"Ageismo", a cura di Cristian Maggioni, dalle 17.30 a Muralto, per i 20 anni del Consiglio degli anziani

Iseo e Treno dei Sapori

Mercoledì 2 ottobre, tutto il giorno, gita in pullman

Museo Fisogni di Tradate

Venerdì 11 ottobre, gita in pullman e visita del Museo Fisogni di Tradate, pranzo e visita della Casa Macchi Morazzone

Scrittura creativa

Sabato 12 ottobre, evento finale e letture scelte su "L'arte della libertà Tra le piaghe del passato, le pieghe del presente, i desideri del futuro." Nel pomeriggio, Mendrisio, Teatro Centro sociale Casvegna

Festa dei compleanni

Sabato 26 ottobre, dalle 11:30, a Mendrisio, ACD, compleanni ATTE, pranzo e festeggiamenti per chi compie 80, 90 e 100 anni.

Incontro dei Gruppi locali ATTE del Mendrisiotto e Basso Ceresio

Mercoledì 27 novembre dalle 10:00 alle 15:00, luogo da definire, riunione progettuale con pranzo.

Conferenza

Mercoledì 27 novembre dalle 17:00, "Cercare su internet: da Google all'intelligenza artificiale" a cura di Silvano Marioni, Casa delle generazioni, Mendrisio

Abbiamo in previsione altre attività. Vi invitiamo a frequentare i Centri diurni di Castel San Pietro - Caslaccio, Chiasso, Maroggia, Mendrisio e Novazzano per avere le ultime novità.

Le informazioni di dettaglio sono poi inviate ai Soci

della Sezione con un indirizzo di posta elettronica ma sono anche distribuite nei Centri diurni e sono visibili su www.attemomo.ch.

Gruppo Caslaccio

Centro diurno ATTE Castel San Pietro "Caslaccio del Pepo", Via Caslaccio 2, 6874, Castel S. Pietro. Informazioni e iscrizioni: mccaslaccio@attemomo.ch.

Nello Spazio aperto del Caslaccio di Castel San Pietro, alla mattina dalle 09:00 Mara ci aspetta per un caffè, un tè e un po' di compagnia.

Attività aperte a tutti:

Le attività sono aperte a tutti
LUNEDÌ: 14:00 - 16:00 - Attività ricreative e pittura
MARTEDÌ: 14:00 - 16:00 - Attività ricreative
MERCOLEDÌ: 14:00-16:00 - Incontri e attività intergenerazionali
GIOVEDÌ: alle 12.00 è possibile pranzare insieme, prenotandosi allo 076 758 31 14 (Mara)
Dalle 14:00 alle 16:00 - bocce e altre attività di gioco
VENERDÌ: 10:00-12:30 - Cuciniamo e pranziamo insieme

Pasti fuori programma

Su prenotazione da lunedì a giovedì Mara (076 758 31 14)

Bocce e tennis fuori programma

Su prenotazione da lunedì a venerdì

Yoga sulla sedia

Ogni lunedì 17:00-18:00

Yoga sul tappetino

Ogni giovedì 10:30-11:30
attività con e per ogni età. Per info rivolgersi a Flavio (079 230 24 85)

SoulCollage®

Creiamo delle carte che con il tempo vanno a formare un mazzo personalizzato. Guardare, discutere e interrogare le carte insieme al gruppo è divertente e arricchente. Costo di partecipazione fr. 20.- (2 ore) compreso il materiale. Martedì 10 settembre - "Il gatto che c'è in noi", 8 ottobre - Racconto una fiaba "Occhi di albero", 12 novembre - "La lanterna di San Martino"; ore 15:00 -17:00. Info: Luisa 079 816 83 27

Altre attività con data da definire:

grafologia, incontro sulle orchidee, accogliamo i bambini della Scuola elementare di Balerna

Gruppo di Chiasso

Sede via Guisan 17, 6830 Chiasso
Tel. 091 683 52 82 (segreteria telefonica)
Aperto durante gli eventi programmati

Nordic Walking

Lunedì fino al 28 ottobre dalle ore 9:15 a Seselegio

Burraco

Tutti i lunedì, (escluso il 23 settembre) ore 14:30 in sede. Sabato 9 novembre 2024 TORNEO CANTONALE DI BURRACO in sede.

Ginnastica dolce

Martedì, dal 17 settembre al 26 novembre, ore 10:00 in sede

Yoga

Mercoledì, dal 2 ottobre al 11 dicembre ore 9.30
in sede

Incontri della salute

Martedì 17 settembre, 15 ottobre, 12 novembre,
10 dicembre

Tombola

Giovedì 12 e 19 settembre, 3, 17 e 24 ottobre, 7,
14 e 28 novembre, 5 e 12 dicembre; ore 14:30 in
sede

Sportello digitale

Tutti i venerdì ore 14:30, in sede

Attività fuori sede

GB Galleria Baumgartner Mendrisio mercoledì 18
settembre ore 14:30

La Galleria Baumgartner di Mendrisio, celebre per
la sua collezione di materiale ferroviario e postale,
offre ai soci di ATTE la possibilità di partecipare
ad una presentazione – in anteprima – della
sua prossima esposizione, dedicata ad un nuovo
plastico ferroviario.

La visita guidata durerà ca. 90 minuti, al termine
si potrà gustare una “merenda” nella caffetteria
della galleria. Per informazioni scrivere a [atte.chiasso@mail.com](mailto:chiasso@mail.com) o telefonare a 079 511 24 74

Soggiorno termale ad Abano

Dal 22 al 29 settembre

Palazzo Federale Berna

Giovedì 23 ottobre 2024 (seguirà programma)

Pranzo di Natale

Sabato 14 dicembre al Ristorante Carlino di
Chiasso

Pranzo dell'amicizia

Giovedì 10 ottobre e 14 novembre, ore 12:00, in
sede

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

Centro diurno, c/o Casa comunale, Viale Stazione
6, Maroggia, tel. 079 725 42 46.

Pranzo mensile con tombola

Domenica 15 settembre, 13 ottobre, 10 novembre,
8 dicembre (pranzo di Natale)

Sportello digitale:

Mercoledì 4 e 18 settembre, 2 e 16 ottobre, 6 e 20
novembre, 4 e 18 dicembre, dalle 14:30 alle 16:30,
presso la casa comunale in Viale Stazione 6 a Ma-
roggia (sede Gruppo ATTE). Informazioni e iscrizioni
al segretario Maurizio Lancini 079 725 42 46.

Gruppo di Mendrisio

Centro Diurno, Via C. Pasta 2, CP 1046, 6850 Men-
drisio. Iscrizioni: Rosangela Ravelli: Centro diurno,
091 646 47 19.

Le attività settimanali riprendono a partire da
martedì 10 settembre

Movimento, misura dei parametri e chiacchierate con l'infermiera di comunità

Martedì 24 settembre, 22 ottobre, 26 novembre e
17 dicembre dalle 14.30 (con panettonata)

Giochi da tavolo e merenda, aperto a tutti

Martedì e giovedì dalle 14:30

Coro

Il mercoledì, dalle 14.30, aspettiamo nuove coriste
e nuovi coristi e dopo le prove si gioca a carte

Attività e incontri particolari:

Dentro la musica e concerti

Settembre: mercoledì 11, domenica 22 e venerdì 27

Ottobre: sabato 12, sabato 19, venerdì 25 e
domenica 27

Novembre: domenica 3, domenica 10, venerdì 22

Dicembre: venerdì 6 dicembre, venerdì 13

Per il programma nel dettaglio consultare il sito:
www.attemomo.ch/news

Yoga della risata

Giovedì 12 settembre, 10 ottobre, 14 novembre
e 12 dicembre (con panettonata) dalle 16:30, con
Sonia Meneghini. Informazioni: gcomi@atte.ch

Tombola

Giovedì 19 settembre, dalle 14:30

Mercato di Luino

Mercoledì 9 ottobre, tutto il giorno. Uscita in pul-
lman al mercato di Luino, con pranzo, in collabora-
zione con il Gruppo della Valle di Muggio.

Le informazioni di dettaglio sono inviate ai Soci del
Gruppo locale con indirizzo di posta elettronica,
sono a disposizione presso la Casa delle genera-
zioni e sono visibili nell'agenda del sito
www.attemomo.ch oltre che su L'Informatore.

Gruppo di Novazzano

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

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

Pranzi del martedì

3, 17 settembre, 1, 15 ottobre, 5, 19 novembre,
3 dicembre

Pranzo stagionale al ristorante

25 ottobre nell'ambito della rassegna gastronomi-
ca del Mendrisiotto e Basso Ceresio

Pranzo di Natale

17 dicembre

Tombola

Giovedì 26 settembre, 31 ottobre, 28 novembre, 19
dicembre

Gara bocce serale a terna con abbinamento
a sorteggio da lunedì 2 a venerdì 6 settembre. Al
termine aperitivo e cenetta

Gita in treno

Martedì 24 settembre

Castagnata

Venerdì 8 novembre

MANIFESTAZIONI CANTONALI

TORNEO DI SCACCHI

Martedì 17 settembre - CD ATTE Locarno

INCONTRO DELLA PERSONA ANZIANA

Giovedì 24 ottobre
Auditorium c/o Istituto cantonale di economia
e commercio, Bellinzona

TORNEO DI BURRACO

Sabato 9 novembre - Sezione Mendrisiotto

RASSEGNA CANTONALE DEI CORI

Lunedì 18 novembre

Gara scopa

Mercoledì 13 novembre preceduta dal pranzo con
polenta taragna

Ginnastica dolce

Corso settimanale suddiviso in due gruppi

Burraco

Tutti i martedì

Incontri e conferenze

Date da stabilire

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

Gruppo Valle di Muggio

Informazioni e iscrizioni: Miti, presidente,
tel. 091 683 17 53, e Gabriella, segretaria,
tel. 091 684 13 78, oppure contattando le respon-
sabili locali:
Bruzella: Rosetta tel. 091 684 12 00
Cabbio: Susy tel. 091 684 18 84
Caneggio: Yvette tel. 091 684 11 57
Morbio Sup: Maris tel. 091 683 22 16
Morbio Inf: Elena tel. 091 683 42 60

Grigliata di fine estate

Giovedì 19 settembre, Grotto Loverciano, Castel
San Pietro, alle ore 12:00

Mercato di Luino

Mercoledì 9 ottobre, trasferita con bus al mercato
di Luino, con pranzo, partenza da Morbio Superiore
alle ore 08:00 (fermata autopostali)

Tombola

Mercoledì 6 novembre alle ore 14:00, presso la ex
palestra di Morbio Superiore

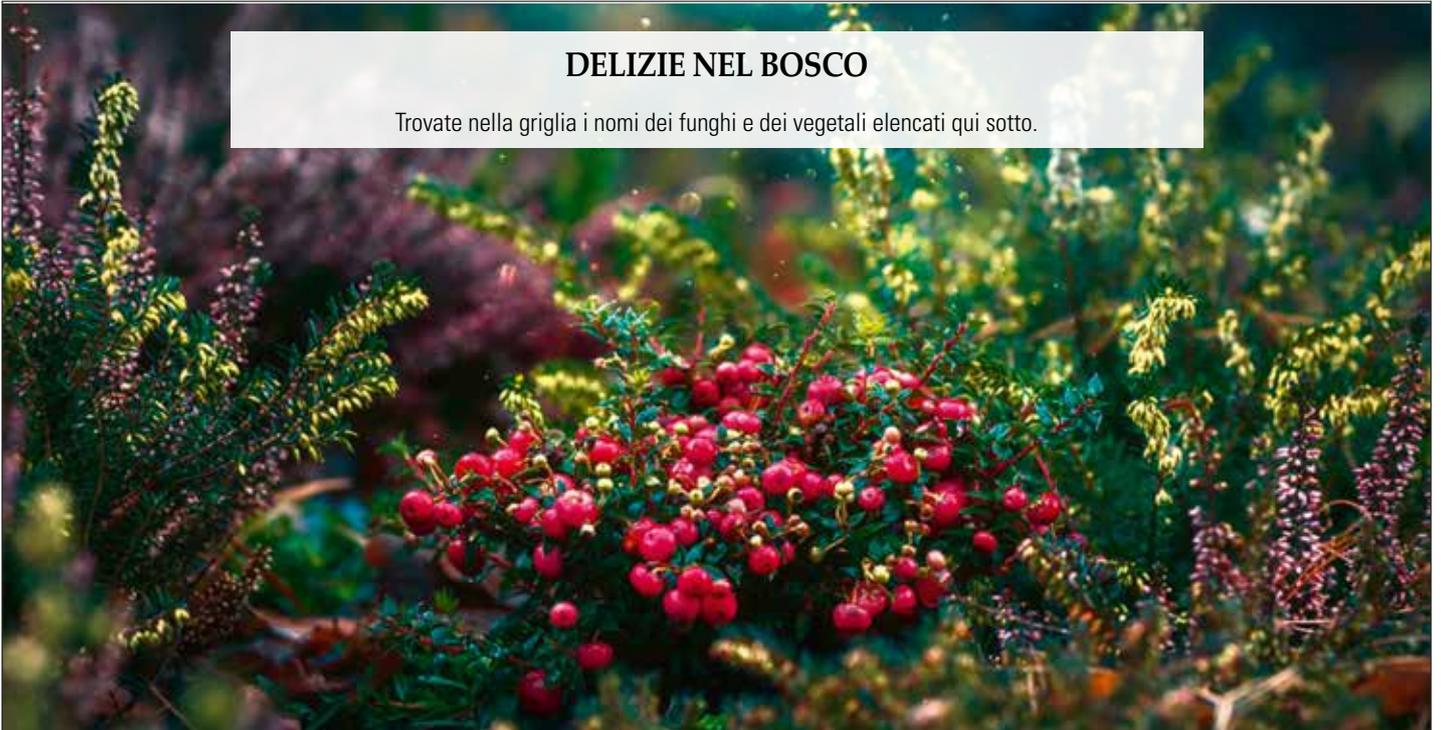
Pranzo di Natale

Giovedì 12 dicembre, luogo da stabilire

Informazioni mancanti seguiranno tramite il setti-
manale L' Informatore. Restano riservate eventuali
modifiche di calendario.

DELIZIE NEL BOSCO

Trovate nella griglia i nomi dei funghi e dei vegetali elencati qui sotto.



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

AGLIO ORSINO
CASTAGNE
CHIODINI
FAGGIOLE

FINFERLI
GALLETTI
LAMPONI
MAZZE DI TAMBURO

MIRTILLI
MORE
NOCCIOLE
ORTICA

PINAROLI
PORCINI
RUSSULE
TARASSACO

Cardada nel segno delle Golden Trail Series

“Dopo aver scelto percorsi insulari o costieri nelle ultime quattro finali volevamo ritrovare le Alpi e i suoi paesaggi mozzafiato. Siamo stati particolarmente colpiti dalla regione di Ascona-Locarno, che corrisponde esattamente a ciò che, secondo noi, rappresenta l'essenza del trail running. La cultura dell'outdoor è molto presente qui, i paesaggi sono magnifici e i sentieri particolarmente adatti per l'organizzazione della finale”. Le parole sono di Grégory Vollet, direttore delle Golden Trail Series, che quest'anno ha scelto Cardada quale cornice per la finale di questa competizione. Dal 17 al 20 ottobre corridori provenienti da tutto il mondo si sfideranno sui sentieri della montagna locarnese in cerca della vittoria. Il clou dell'evento saranno le gare finali (trasmesse da Eurosport) che si svolgeranno su un percorso lungo 23,5 chilometri con un dislivello di 1.400 metri. Foto: © Ticino Turismo

