



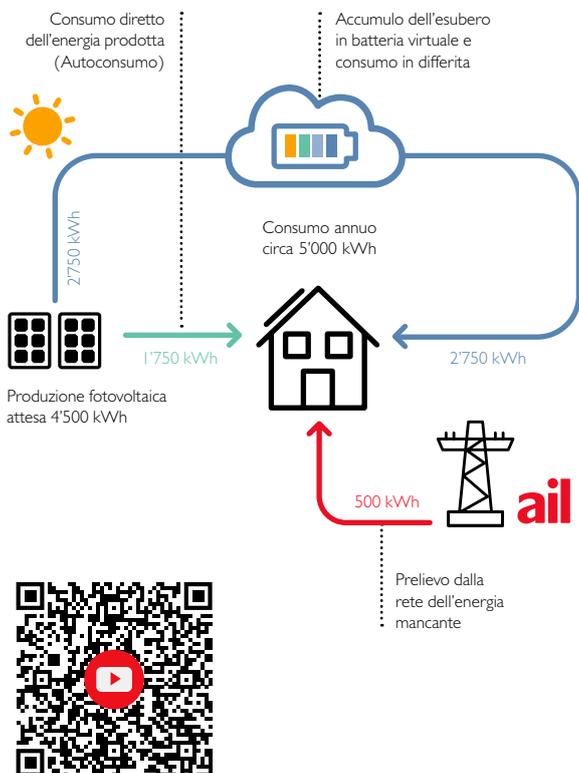
ANNO XXXVIII - N.7 - SETTEMBRE 2020

terzaetà

RIVISTA PERIODICA ATTE - ASSOCIAZIONE TICINESE TERZA ETÀ

ail Solar CLOUD

Con voi verso un futuro sostenibile



ailSolar Cloud è la soluzione «senza pensieri» per il vostro impianto fotovoltaico.

Noi finanziamo, progettiamo, installiamo e ci occupiamo della manutenzione dell'impianto per 20 anni; voi beneficiate sempre di tutta l'energia elettrica prodotta!

Infatti, se di solito solo il 35% dell'energia fotovoltaica generata viene usata dall'abitazione, grazie al "cloud" delle AIL, l'elettricità prodotta in eccesso durante le ore di sole viene immagazzinata e poi restituita quando serve di più (alla sera, di notte, durante l'inverno...).

ail

Figurine d'antenati

Qualche mese fa, mentre ci avvicinavamo all'emergenza Covid e cominciavano ad arrivare notizie inquietanti dalla Lombardia, ho incontrato per strada una mia conoscenza, che un po' a sorpresa mi ha detto: «Eh, ci vorrebbe più poesia!». Cosa voleva dire? Io credo che intendesse questo: ci vorrebbe una dose maggiore di linguaggio simbolico, capace di trasformare la realtà brutta in cui siamo immersi in qualcosa di più vasto, di più avventuroso, di più abitabile. La poesia, e l'arte in genere, ci offrono proprio questo: non una fuga immaginaria dalla realtà, ma la possibilità di trasformare la realtà, di coglierne la complessità, lo spessore. Noi viviamo oggi, dentro il nostro tempo e dentro la nostra età; eppure esistono, sono esistiti e esisteranno altri tempi, altre età della vita; qualcuno ci ha preceduti, e sulle orme dei nostri predecessori scomparsi camminiamo, senza saperlo. Altri verranno. E poi, attorno o oltre il nostro tempo umano, storico, c'è un altro nastro temporale, che si snoda con un diverso ritmo, con una diversa scala di misura: il tempo della terra, il tempo dell'acqua, delle stelle e dei pianeti, del cosmo.

Il linguaggio poetico è talvolta capace di schiudere queste prospettive, di farci intuire la vastità del tutto; e uno degli scandagli che lo guidano è forse la memoria, che si deposita nelle parole e che dalle parole si può sprigionare, come un profumo misterioso e sorprendente. La memoria: attorno a questa facoltà umana si sono interrogati i filosofi antichi e moderni, i neuroscienziati; e anche se oggi sappiamo molte cose circa il funzionamento della nostra mente, la memoria rimane ancora per molti aspetti sfuggente a una precisa definizione. Sant'Agostino diceva, in una pagina memorabile, che la nostra distinzione tra passato, presente e futuro forse è insoddisfa-

cente; esistono solo il presente del passato, il presente del presente e il presente del futuro. Il presente del passato è messo in atto dalla memoria: ricordiamo, e nel nostro ricordare il passato si fa presente, vive in noi. Esiste una memoria di superficie, che ci consente di riportare a galla i ricordi coscientemente archiviati, le cose che vogliamo ricordare; una memoria profonda e involontaria, che ci sorprende quando meno ce l'aspettiamo e che fa riapparire mondi scomparsi, le cose che non sapevamo di poter ricordare; e poi esiste una memoria che non riguarda l'esperienza soggettiva, individuale, ma che sembra salire dalla storia della nostra specie, dalle più antiche immagini simboliche: l'acqua, la luce, la foresta, il buio, il fuoco, e così via.

Questi diversi nastri memoriali si incrociano, si influenzano; e da questo groviglio può talvolta nascere il linguaggio poetico, che a sua volta susciterà emozioni memoriali analoghe, si può sperare, nel lettore. Perché è questa, in fondo, la speranza: partire da sé, dalla propria pronuncia del mondo, ma superarla, trascenderla, per giungere a una parola che possa essere di tutti, in cui tutti possano ritrovarsi e riconoscersi. Qualcosa del genere hanno saputo fare i grandi maestri, che leggiamo e rileggiamo sentendo che i loro versi parlano anche di noi, anche per noi, a distanza di anni, decenni, secoli e persino millenni. Chi scrive oggi non può sapere se riuscirà a seguire questi grandi esempi; ma ci deve provare, nella coscienza della propria limitatezza.

È con questo spirito che sono nate le *Figurine d'antenati*, negli scorsi mesi, nel pieno dell'emergenza, e che poi sono state pubblicate su iniziativa di Giampaolo Cereghetti. Vedranno i lettori se e fino a che punto questa manciata di testi corrisponde alla speranza di chi li ha scritti...

Fabio Pusterla



Libertà di muoversi con noi!

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

HERAG
Azienda Svizzera del gruppo **Stannah**

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

Lugano
T 091 210 72 49

Consulenza gratuita e senza impegno

tagliare qui

Invio informazioni gratuite:

Nome TER/01

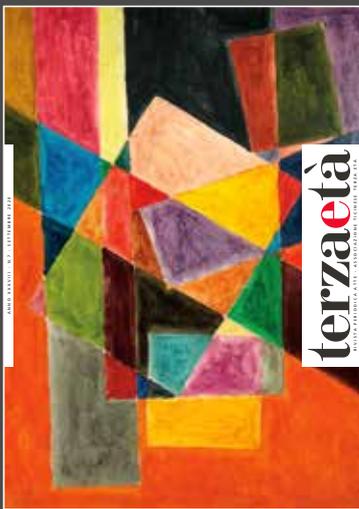
Cognome

Via

CAP / Città

Telefono

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



Rivista periodica ATTE
Associazione Ticinese Terza Età
Anno XXXVIII - N. 7 - Settembre 2020

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

Fabio Pusterla, Giampaolo Cereghetti, Franco Celio, Veronica Trevisan Maria Grazia Buletti, Elena Cereghetti, Loris Fedele, Claudio Guarda, Maura Käppeli, Ilario Lodi, Maddalena Firodelli, Virginio Pedroni, Graziano Ruggieri, Davide Girola, Vera Rizzello, Adriana Rigamonti, Emanuela Epiney-Colombo, Alessandro Zanolì, Renato Agostinetti, Daniela Delmenico, Max Pizio

Corrispondenti dalle sezioni

Bianca Caverzasio, Maurizio Lancini

Comitato cantonale ATTE

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

Presidenti onorari:

Pietro Martinelli, Agnese Balestra-Bianchi.

Segretario generale ATTE

Gian Luca Casella

Redazione terzaetà

c/o Segretariato ATTE
redazione@atte.ch

Segretariato ATTE

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

Impaginazione

Redazione e Salvioni arti grafiche SA

Stampa

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

In copertina, Mauro Valsangiacomo
"Esercizio a.3.20", Olio e pigmenti su
tavola di legno, cm 43x33. L'intervista
a pagina 7.

6



ATTUALITÀ ATTE

Sotto i riflettori l'intervista a Mauro Valsangiacomo, le novità dell'UNi3 e i risultati dello studio sulla discriminazione degli anziani.

18



TRADIZIONI

Come nascono e si diffondono le leggende metropolitane.

20



STORIA

Adriana Ramelli, una vita dedicata alla cultura.

34



SALUTE

Salute del cuore, gli antichi medici e filosofi avevano ragione.

38



VIAGGI

In attesa di poter ripartire, ricordiamo un bel viaggio a Cracovia.

12



SOCIETÀ

In un momento in cui, per la nostra sicurezza, la nostra libertà è imbrigliata, ci interroghiamo sullo stato di salute della democrazia.

14



AMBIENTE

Uno sguardo all'impatto della pandemia sul nostro stile di vita.

22



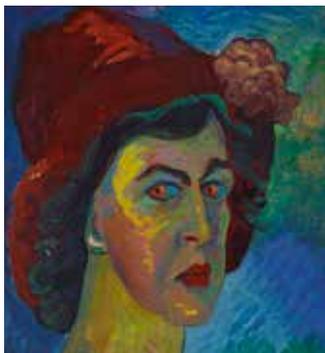
MUSICA

Ampio spazio alla musica Jazz con l'intervista ad Alberto Nessi e la carriera di Charlie Parker nell'anno del suo centesimo anniversario.

24



26



ARTE

Werefkin e Jawlensky esposti al Museo d'Arte di Ascona.

VITA DELL'ATTE

41 PROGRAMMA

42 LA PAROLA AI LETTORI

43 SEZIONE E GRUPPI

RUBRICHE

30 SWITZERLAND

VISTI DAI NIPOTI

31 VOX LEGIS

SATIRYCON

32 PROTAGONISTI

FRA LE PAGINE

COLLABORAZIONI

36 AVA EVA

37 ATIDU



Sereni in casa con NEAT GSM-NOVO

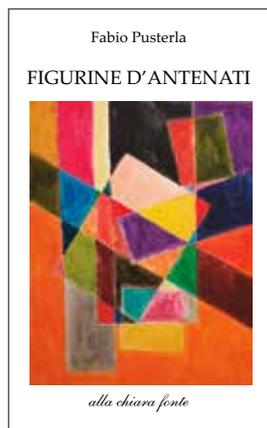
In caso di bisogno basta premere il pulsante per parlare con la Centrale d'allarme 144. L'operatore:

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

Maggiori informazioni:

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





Prima di lasciarvi ai retroscena della copertina di *Figurine d'antenati*, vorrei cogliere l'occasione per ringraziare le tre persone che hanno reso possibile la realizzazione di questo libretto: Giampaolo Cereghetti, promotore dell'iniziativa editoriale, Fabio Pusterla, autore delle poesie, e Mauro Valsangiacomo, editore e autore del dipinto in copertina.

Come ricorda il nostro presidente Giampaolo Cereghetti nella sua introduzione, la pubblicazione è stata voluta per sottolineare il 40esimo di

fondazione dell'ATTE, anniversario che cade in un periodo particolare, in cui resta impossibile organizzare un evento celebrativo in cui ritrovarci tutti insieme. *"La tragica circostanza della diffusione pandemica di un nuovo virus nel mondo ha determinato conseguenze drammatiche fra la popolazione anziana, minacciata dalla malattia e costretta ad affrontare nuove condizioni di vita, caratterizzate dalla necessità dell'isolamento sociale. [...] Consola che molti abbiano avvertito il bisogno di affrontare ansie e paure, riportando il proprio sguardo alla bellezza*

dell'arte. La decisione di pubblicare, in simili circostanze, un libretto di poesie nasce dall'esigenza di riaffermare il valore alto del bello, come segno di fiducia e di speranza."

Le nove poesie inedite contenute in *Figurine d'antenati* sono un regalo prezioso che Fabio Pusterla – figura significativa della letteratura italiana contemporanea – ha fatto all'ATTE. Lo spirito che le anima lo ritroviamo nelle parole dell'editoriale, che lo stesso autore ha gentilmente accettato di scrivere per questa edizione di *terzaetà*. Nell'intervista pubblicata qua accanto, Mauro Valsangiacomo ci racconta invece il perché della scelta di questo quadro per la copertina e del suo legame con la poesia.

Vi ricordo che *Figurine d'antenati* può essere richiesto, al costo simbolico di 10 CHF (spese d'invio comprese), presso il Segretariato ATTE (091 850 05 50). Il ricavato delle vendite sarà principalmente destinato a sostenere gli sforzi finanziari sopportati dall'ATTE durante la pandemia come l'attivazione del numero verde, le edizioni speciali della rivista e la preparazione tecnica dei corsi online dell'UNI3. Da settembre *Figurine d'antenati* sarà in vendita in alcune librerie del Cantone tra cui la Libreria Locarnese (Locarno), Il Segnalibro (Lugano), la Libreria Taborelli (Bellinzona) e la Libreria Leggere (Chiasso).

Laura Mella

Un passo alla volta prende forma il programma dell'UNI3

La pandemia ha comportato conseguenze significative pure per l'ATTE, costretta a chiudere i propri Centri diurni (CD) e ad annullare gran parte del suo programma d'attività. L'UNI3 si è vista costretta a interrompere lo svolgimento regolare del programma di corsi.

Fra le misure adottate per mantenere i contatti con i soci, prima ancora che fosse possibile riaprire parzialmente i CD socio-assistenziali e studiare la possibilità di riattivarne qualcuno fra i ricreativi, a partire da aprile l'UNI3 ha proposto in via sperimentale alcune "tele-lezioni". La piattaforma Zoom – dall'uso intuitivo per chiunque disponga di PC, tablet o cellulare collegabili a internet – ha consentito negli ultimi mesi di proporre una serie d'incontri. Si è spaziato dalle letterature, alle scienze umane e sperimentali, dalla storia dell'arte alla musica, raccogliendo l'interesse di parecchi frequentatori dell'UNI3. Grazie al lavoro delle operatrici che hanno curato gli aspetti organizzativi e all'impegno generoso dei docenti, costretti a ridefinire il loro approccio didattico, è stato possibile concretizzare un'offerta estiva di corsi e avviare l'impostazione di quella autunnale. Data l'incertezza circa l'andamento dell'epidemia nei prossimi mesi, si è deciso di non pubblicare un programma cartaceo semestrale, ritenendo preferibile procedere in modo mirato, a seconda della situazione. L'eccezionalità del contesto impone che si prevedano soluzioni "modulabili": per questa ragione si continuerà con la proposta di corsi online sulla scorta delle esperienze positive maturate, ma si conta anche di prevedere – limitando però l'offerta, per ragioni tecniche e di sicurezza, a solo due sale (una a Lugano, l'altra a Bellinzona) – lezioni "in presenza" e insieme "da

remoto", destinate cioè a un numero limitato di persone in aula col docente (nel rispetto dei protocolli di protezione approvati dal Medico cantonale) e contemporaneamente a utenti che, per una ragione o per l'altra, preferiranno invece seguire da casa via internet gli incontri. Le prove tecniche effettuate ci rendono ottimisti circa la possibilità di concretizzare questo progetto. Nell'impostazione del programma, appurata la disponibilità dei docenti, si è considerato il criterio di diversificazione degli ambiti disciplinari, tenendo presente la necessità di recuperare almeno parte dei corsi interrotti o annullati a causa della pandemia, ma anche suggerendo qualche novità. Tra queste, da segnalare almeno l'idea – nata sulla scorta dell'esperienza fatta con Leonardo – di proporre un corso multidisciplinare su Galileo Galilei (storia della scienza e della filosofia; storia della letteratura italiana; storia dell'astronomia).

Il programma dei corsi, col criterio dello "scaglionamento" che considererà la situazione sanitaria, verrà comunicato, comunque con congruo anticipo, sul sito dell'ATTE (www.atte.ch), alla voce Attività cliccando poi su Università della terza età: UNI3, mediante Newsletter, sulla pagina Facebook e in forma cartacea a chi ne farà richiesta alla segreteria dell'UNI3 (091 850 05 52). Da segnalare infine che le quote d'iscrizione ai singoli corsi resteranno invariate sia che si segua "in presenza" o "da remoto"; unica novità l'introduzione di una "tessera semestrale" (anziché annuale) che, al prezzo di 100 CHF, consentirà di partecipare a tutti i corsi.

Giampaolo Cereghetti, direttore dell'UNI3

«La poesia ci canta dentro»

Intervista all'artista Mauro Valsangiacomo

Dove nasce il suo legame con la poesia? Ne scrive?

Sin da ragazzo leggevo poesia, ne capivo e ne capisco poco, ma mi piace. Ho pubblicato una sola raccolta prendendo in prestito il nome da mio nonno materno Agostino Colombo, col titolo: *Ci fosse un'altra vita*. Il libricino ha avuto insperata fortuna, al punto che, un'estate, mentre visitavamo il Museo d'arte moderna di Vienna, sul cellulare di mia moglie Chiara, perché allora non ne avevo uno mio, giunse notizia che "Poesia", la prestigiosa rivista, sul numero 193 di luglio-agosto del 2004, ne avrebbe ampiamente parlato. Addirittura Agostino Colombo poeta è ancora citato qua e là, ed è apprezzato. In fondo la poesia è un modo per oltrepassare il notiziario per raccontare della Vita cantando; ah come ci si sente bene quando nell'intimo si canta alla vita, come si espande il mondo e si trasforma in vastità che apre agli universi pieni di Significato. La poesia è l'isola a cui ritornare, o la casa dell'infanzia, o il profumo del primo corpo annusato, o la gioia che irrompe dalle fessure di una finestra nell'hotel dell'amore che rinasce. La poesia ci canta dentro.

L'agenzia editoriale "alla chiara fonte" com'è nata?

Negli anni '90 cercavo di conoscere qualcosa del Rinascimento, e per un decennio circa ho disegnato e dipinto grandi, anche grandissimi nudi femminili (in pieno femminismo, gulp! totalmente fuori tempo!). Ma sembra che lo scopo di tanto furore creativo avesse come unico motivo quello di confluire nel minuscolo logo di *alla chiara fonte*: una bella ragazza nuda, dalla vasta chioma scura, sta appoggiata pensosa presso un grande vaso rovesciato da cui sgorga dell'acqua, e lo "inventai" per presentare una cartella di incisioni dal titolo Humanitas, a Vienna alla Kleine Galerie specializzata in incisioni, poiché serviva un editore. Era la primavera dell'anno 2000, qualche mese dopo l'ho usato per un cataloghino di disegni di Istvan Gylalaj, per una piccola esposizione alla Galleria Mosaico di Chiasso. Ma il n. 2, che si propone per la prima volta con la definizione di "collana Quadra", è del poeta Aurelio Buletti. È lui che si è fidato per primo e dato il via alle edizioni di poesia vere e proprie. In seguito sono giunti i più giovani alla loro prima pubblicazione così che *alla chiara fonte* da vent'anni pubblica le "notizie dall'intimo" di molti autori assai diversi tra di loro. Talvolta prevale l'intensità del suono, o lo stupore dell'immagine sghemba e il malumore, talaltra la letizia e la fragile bellezza della vita. Lo sforzo dei poeti è, però, ciascuno secondo i propri ritmi interiori e i propri limiti, e spesso inconsapevolmente, quello di trovare un modo per "salvare la bellezza dallo svanire lontano" (Hopkins), perché, come disse l'amico poeta Shuiki Takeda, citando un antico proverbio: *chi vuole dell'acqua chiara vada alla fonte*.

Quali sono le sue emozioni e le sue riflessioni quando guarda la nostra società in balia del Covid?

Quella domenica mattina sono uscito abbastanza presto per portare a passeggio il cane che si chiama Greta ed è un pastore bergamasco. È un animale simpatico e ben addestrato che durante il confinamento mi ha costretto, ma anche permesso, di andarmene in giro. Con mascherina e guanti vagavo per le vie deserte e pulite, Greta annusava le poche tracce, io godevo dell'assenza di auto tanto che sembrava di camminare in un quadro metafisico di De Chirico, in un artificio magico che aveva sospeso la Storia. Ammetto di aver risvegliato in me un certo rimpianto per un mondo che mi è sembrato bello: via le automobili, via la folla indifferenziata, via le luci assurde dei consumi.

Ecco: la persona che s'incontra, rara, ritorna con il proprio profilo di vivente, quella donna o quell'uomo si stagliano nella luce e l'incontro esprime una comunanza, gli occhi ti guardano e si soffermano sospesi un attimo nei tuoi, e da sopra la mascherina, sorridono. Ma quella domenica particolare il silenzio e il vuoto era striato, pur non frequentemente, dalle sirene delle ambulanze che incrociavano le vie del centro, e, giusto per aggiungere patos, tra quelle non poche erano furgoni-ambulanza dell'esercito. Queste, più silenziose, sembravano stare in agguato dietro le case per poi sbucare improvvisamente dagli angoli, inquietanti, forse, per quell'ombra che l'esercito porta con sé al di là della presunta sicurezza per il quale esiste. Con la croce rossa dipinta sul fianco, gli autocarri si muovevano pesantemente sulle gomme sagomate, e a me sembrava che, dandomi i brividi, un incombere terrificante ci avrebbe travolti tutti di lì a poco. Proprio in quelle ore, mio fratello e sua moglie viaggiavano su di un'ambulanza militare verso Locarno, dove sarebbero rimasti parecchie settimane, per poi, fortunatamente rimettersi in salute. Greta ha tirato il guinzaglio e abbiamo attraversato la strada in un punto qualsiasi, senza guardare a destra e a sinistra tanto non c'era automobile alcuna, e dal ponticello sul Cassarate, abbiamo sostato un momento sull'acqua che andava. Gli aceri dell'Ospedale Italiano rilasciavano zuccheri e, fatto l'angolo del pronto soccorso, ci siamo tenuti lontani da chi, in fila presso il checkpoint della Protezione Civile, si presentava ai controlli.

Il primo pomeriggio di lunedì 16 marzo, ci è giunta la notizia che il carissimo amico e cognato Eugenio era morto a Brescia per Covid-19.

Ci può dire qualcosa sul dipinto che ha messo a disposizione per la copertina di "Figurine d'antenati"?

Sto davanti alla tela e traccio delle linee che formano figure geometriche semplici: triangoli, rettangoli, cerchi. Cerco di tenere la mente libera affinché le forme si dispongano senza resistenza sul supporto. Scelgo il colore di riempimento, non penso quale, piuttosto è il colore che si sceglie da sé. Sosto in uno spazio mentale presente ma che non impone una volontà, le forme si colorano una dopo l'altra con semplicità e formano un tessuto calmo che senza fretta si compie in un tutt'uno. Fino alla fine non so prevenire il risultato ma mi piace sempre l'intreccio complicato che ne risulta. Con gli *Esercizi* mi sento artigiano, so che chiunque, a parità di mezzi, li saprebbe dipingere e ciò mi rallegra. In fondo gli *Esercizi* altro non sono che quello che resta di un momento di stasi tra un prima e un dopo, una parentesi di sospensione tra le urgenze del mondo.

Per la copertina del libretto ho scelto l'"Esercizio a.3.20" perché, più di altri, è composto da forme che sembrano evocare un luogo anche se indefinibile, così come le poesie di Fabio che narrano di qualcuno che è stato amato dall'autore ma che, al lettore non confidente, non è dato sapere chi sia.

Quale figurina d'antenato ricorda con particolare affetto?

All'inizio di un lontano aprile un donna e un uomo hanno fatto l'amore. Sarà stato con infuocata passione o sarà stato con dolce tenerezza, è che da quell'incontro bello, giù, nel profondo insondabile delle viscere della donna, le cellule cominciarono a svilupparsi. La donna ha portato nel ventre il suo feto che giorno dopo giorno si perfezionava, e penso che fu portato con amore fino al termine della gravidanza che avvenne il nove dicembre di settant'anni fa. Io nascevo. Come posso non amare i miei genitori? È grazie a loro che, permettendomi di nascere, sono stato donato a me stesso per vivere.

Laura Mella

TERTIANUM

Parco Maraini

*Compagnia,
tranquillità
e benessere*

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

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



Novità libreria



FA UN FREDDO CANE

IL FAIT UN FROID DE CANARD

‘FA UN FREDDO D’ANATRA’

ES IST SAUKALT

‘FA UN FREDDO DI SCROFA’

TGEI SIBIRIA!

‘CHE SIBERIA!’

Questo libro mette a confronto espressioni idiomatiche usate nelle varie regioni linguistiche svizzere. Arricchito da illustrazioni di vignettiste e vignettisti di tutta la Svizzera – tra cui Boneff, Christian Demarta, Corrado Mordasini e Lulo Tognola – il volume si legge bene sia a Mendrisio che a Sion, a Lucerna e a Savognin, o proprio lì dove ti trovi in questo momento.

Il libro:
16 x 23 cm
280 pagine
Fr. 35.–

Ordinazione:
Salvioni Edizioni
www.salvioni.ch
libri@salvioni.ch
091 821 11 11

SalvioniEdizioni



Lo stabile che ospiterà il nuovo Centro dell'ATTE Locarnese e Valli sarà inaugurato il prossimo 29 settembre.

Residenza PerSempre, si inaugura a fine settembre

Il prossimo 29 settembre, alla presenza delle autorità e del Consigliere di Stato on. Raffaele De Rosa verrà inaugurata la *Residenza PerSempre* a Locarno, fra l'altro nuova sede del **Centro ATTE Locarnese e Valli**.

Il nuovo centro occupa una superficie di oltre 320m2 ed è diviso in tre spazi. La più grande delle tre sale, capace di ospitare fino a cento persone, è predisposta per il servizio bar e ristorante. Nella sala più piccola, pensata per cinquanta persone, vengono invece organizzate diverse attività ricreative senza, ovviamente, dimenticare l'appoggio scolastico per gli allievi di scuola media e le prove del coro il lunedì pomeriggio. La terza e ultima sala – capace di ospitare fino a cento persone – è attrezzata per ospitare i corsi organizzati dall'Università della terza età (UNI3).

Il Centro ATTE si inserisce nella Residenza PerSempre, una comunità intergenerazionale nel sedime posto fra Via Saleggi 39 e Via Varesi 42 a Locarno, composta da due unità abitative con 24 appartamenti per famiglie e 48 appartamenti senza barriere architettoniche pensati soprattutto per gli anziani. Per informazioni: 079 260 24 25 o www.persempre.ch.

L'appuntamento è dunque per il **29 settembre prossimo**: a seguito dell'inaugurazione ufficiale (su invito, a causa della situazione straordinaria dovuta al Coronavirus), **sarà possibile a tutti visitare il Centro e la Residenza fra le ore 14.00 e le ore 21.00**.

Un bel modo per dire grazie

L'associazione "I Solisti della Svizzera Italiana" si occupa principalmente di organizzare concerti di musica da camera in luoghi suggestivi. Quest'anno, purtroppo, l'attività è stata resa molto difficile dalla situazione generata dalla pandemia. Proprio per questo, uno degli appuntamenti a cui dedicheremo particolare attenzione sarà l'evento "Omaggio alla Sanità", un concerto per ringraziare chi è stato così impegnato al fronte durante questo difficile periodo e che verrà proposto non appena sarà abolito l'attuale obbligo di mantenere le distanze di sicurezza tra le persone. Questo per permettere alla sede che ospiterà l'evento, di offrire al pubblico tutti i posti di cui dispone.

Per sottolineare la nostra riconoscenza al personale sanitario vogliamo inoltre promuovere la produzione del "Panettone della Sanità", un dolce che sarà offerto a tutti gli operatori sanitari in occasione del prossimo Natale. Questo panettone artigianale (300 gr) verrà prodotto in Ticino e sarà arricchito da un pensiero di ringra-

ziamento sulla sua confezione. Tutti potranno dimostrare la loro riconoscenza partecipando al regalo. Basta infatti un'offerta di soli 5 franchi per regalare un panettone a un operatore sanitario. Qualunque altro contributo superiore sarà ben accetto e permetterà di aumentare il numero di persone che riceveranno questo gesto di riconoscenza il prossimo Natale. Per maggiori informazioni chiamare Massimo Turuani, presidente dell'associazione, allo 079 651 25 51. Grazie di cuore.

Filippo Martinoli, Vice-Presidente dei Solisti della Svizzera Italiana

Coordinate per il versamento:

Banca dello Stato del Cantone Ticino,
6501 Bellinzona

A favore di:
CH86 0076 4127 8654 3200 1
I Solisti della Svizzera Italiana
6901 Lugano

Da citare: **"Panettone della Sanità"**



La stigmatizzazione e discriminazione degli anziani

Ecco i risultati dello studio svolto dall'Istituto di salute pubblica in collaborazione con l'ATTE

di Maddalena Fiordelli

È durante il 2019, anche e soprattutto attraverso le attività preliminari del progetto SwissDEM, che l'Istituto di salute pubblica e ATTE hanno avviato un dialogo e una collaborazione su temi di salute pubblica. Gradualmente si è fatta strada l'istanza, da parte dell'Associazione, di comprendere di più della percezione di diventare anziani in Ticino. Il prof. Albanese, insieme al suo gruppo di ricerca, ha identificato nello studio del fenomeno dell'ageismo (ndr. inglesismo – Ageism¹) il tema centrale di questa istanza. L'ageismo è la stereotipizzazione delle persone sulla base della loro età, un fenomeno che ha profonde radici culturali e può essere casuale o sistematico. Alla base dell'ageismo si possono distinguere i pregiudizi nei confronti delle persone anziane, la stigmatizzazione, le pratiche discriminatorie e le pratiche e politiche istituzionali che permettono il perpetuarsi degli stereotipi, cioè di percezioni pregiudiziali e distorte della realtà. Gli stereotipi sono spesso causati dall'ignoranza, in senso letterale, cioè dalla non conoscenza o incompetenza, più o meno consapevoli. Per fare luce su questo fenomeno complesso in collaborazione con i 15 membri del consiglio dell'associazione, USI e ATTE hanno iniziato un lavoro iterativo di identificazione di temi che potessero rappresentare gli stereotipi nei confronti degli anziani. Ogni membro del consiglio ha identificato tre stereotipi e li ha condivisi, consentendo al team di ricerca di analizzarli, classificarli e confrontarli con i 10 equivoci nei confronti degli anziani² pubblicati dall'Organizzazione Mondiale della Sanità. Quattro persone del gruppo del Prof. Albanese hanno lavorato allo sviluppo delle 13 domande risultanti, che sono state nuovamente sottoposte ai membri del consiglio per confluire poi in un questionario erogato su una piattaforma per la raccolta dati che permette la compilazione online. Un perfetto esem-

pio di ricerca partecipativa che inizia con la scelta del tema, prosegue con la formulazione delle domande d'interesse e culmina nella partecipazione dei destinatari del questionario alla sua stessa creazione, il tutto in vista di una compilazione per ottenere dati interessanti tanto per i ricercatori che per i partecipanti alla ricerca.

La raccolta dati è iniziata a ottobre 2019 e si è conclusa a fine dicembre 2019. Il questionario è stato divulgato da ATTE tramite la mailing list e la pagina Facebook. 853 i questionari raccolti: il 63% compilati da donne e la stragrande maggioranza da persone con più di 65 anni di età (87%). Il 94% del campione è costituito da cittadini svizzeri, il 5% dell'Unione Europea e l'1% al di fuori dell'Unione Europea. Il 50% ha portato a termine le scuole superiori e il 35% è in possesso di un diploma universitario. Le persone coniugate sono il 55%, quelle separate o divorziate il 19%, i vedovi il 16% e i celibi/nubili il 9%. Quanto all'occupazione, il 70% è in pensione, l'8% svolge un lavoro non retribuito o volontario, il 7% è casalingo e il 6% lavora. L'1% degli intervistati ha asserito che un medico gli ha diagnosticato la demenza o l'Alzheimer, il 17% ha omesso la risposta e l'82% non ha ricevuto questa diagnosi. Il 27% asserisce di avere un amico o un vicino che soffre di demenza o Alzheimer.

Le 13 domande sugli stereotipi nei confronti degli anziani erano espresse in forma di affermazione per la quale si chiedeva il grado di accordo su una scala a cinque punti. Su 6 stereotipi la maggioranza è in netto disaccordo "Le persone anziane..": Sono inutili per la società, Sono tutte uguali, Si comportano come i bambini, Sono incapaci di comprendere cose complesse, Hanno una comprensione simile a quella dei bambini, Sono passive nei confronti degli avvenimenti della vita. Sono almeno 3 persone su 5 ad esprimere disaccordo, come nel caso



Dare un senso alla propria vita sostenendo bambini e giovani



Ecco perché vorrei ricevere l'opuscolo informativo di Pro Juventute «legati, eredità e donazioni»

Vi preghiamo di inviare il tagliando a: Pro Juventute, Piazza Grande 3, 6512 Giubiasco
O potete contattarci per telefono 079 659 67 39 o per email valeria.schmassmann@projuventute.ch

Nome _____ Cognome _____

Via/N° _____ NP/luogo _____

Telefono _____ E-mail _____

A lato, quattro grafici rappresentano altrettanti stereotipi e il relativo grado di accordo dei partecipanti allo studio condotto nel 2019 dall'Istituto di salute pubblica in collaborazione con l'ATTE.

mostrato dal Grafico 1. Riguardo ad altre due affermazioni si ha il livello di accordo più marcato, che si aggiunge a una grande percentuale di indecisi (intorno al 40%). I due stereotipi sono rappresentati nel Grafico 2 e nel Grafico 3. Per le restanti 5 affermazioni regna molta indecisione, anche se il disaccordo è espresso da almeno 2 partecipanti su 5, come mostrato nel caso del Grafico 4. Gli stereotipi appartenenti a questa classe sono inoltre: Sono scorbutiche, Non sanno usare le nuove tecnologie, Sono isolate, Sono dipendenti nello svolgimento delle attività quotidiane.

I dati raccolti restituiscono un'immagine di stereotipi sull'anzianità radicati nella mente degli anziani stessi. Ma perché è importante conoscere gli stereotipi? Perché dagli stereotipi radicati si passa alla stigmatizzazione e successivamente a pratiche discriminatorie. L'ageismo è rischioso anche perché, diversamente da altre forme di discriminazione, è spesso sottovalutato, addirittura socialmente accettato e di norma incontrastato, anche a causa della sua natura largamente implicita e subconscia, fondata proprio su convincimenti falsi e pregiudiziali, stereotipici, appunto.

I risultati di questa inchiesta consentono di migliorare la comprensione del fenomeno degli stereotipi e di individuare le modalità più adatte a combatterlo. Vale la pena infine notare che i dati sono stati raccolti prima della pandemia di COVID-19. La pandemia ha avuto un impatto, ancora da comprendere interamente, su tutti ma in particolar modo sulle generazioni più anziane, ampiamente toccate dalle misure di contenimento. Se diffondessimo adesso il medesimo questionario, che risposte otterremmo? Ancora: come risponderebbe un pubblico non anziano? Elementi di questo genere aprono alla possibilità di scattare una fotografia ancora più nitida e completa che evidenzia nuovi stereotipi con l'obiettivo di rompere la catena del loro consolidamento che conduce alla discriminazione. Benché complessa, quella di cambiare l'immagine degli anziani nelle persone per poter stravolgere gli stereotipi è un'impresa culturale necessaria. Come potrebbe essere fatta al meglio? Come restituire la dignità di protagonisti della società a una grande porzione della nostra comunità che spesso è vittima dei suoi stessi pregiudizi? La collaborazione con ATTE ha aperto una pista preziosa e che vale la pena percorrere.

1 <https://www.who.int/ageing/ageism/en/>

2 <https://www.who.int/ageing/features/misconceptions/en/>

Grafico 1

SONO INUTILI PER LA SOCIETÀ

■ D'accordo ■ Indecise ■ In disaccordo

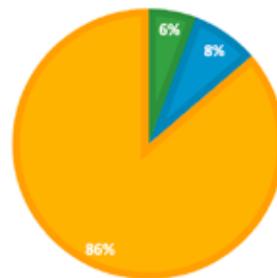


Grafico 2

SONO RIPETITIVE

■ D'accordo ■ Indecise ■ In disaccordo

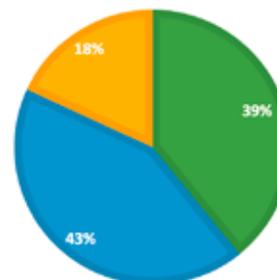


Grafico 3

SONO DIPENDENTI A LIVELLO AFFETTIVO

■ D'accordo ■ Indecise ■ In disaccordo

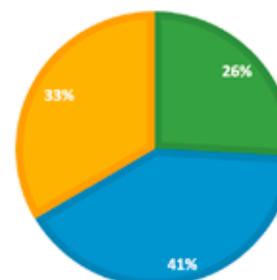
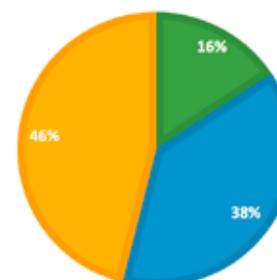


Grafico 4

HANNO UNA MENTALITÀ CHIUSA

■ D'accordo ■ Indecise ■ In disaccordo



La salute della democrazia

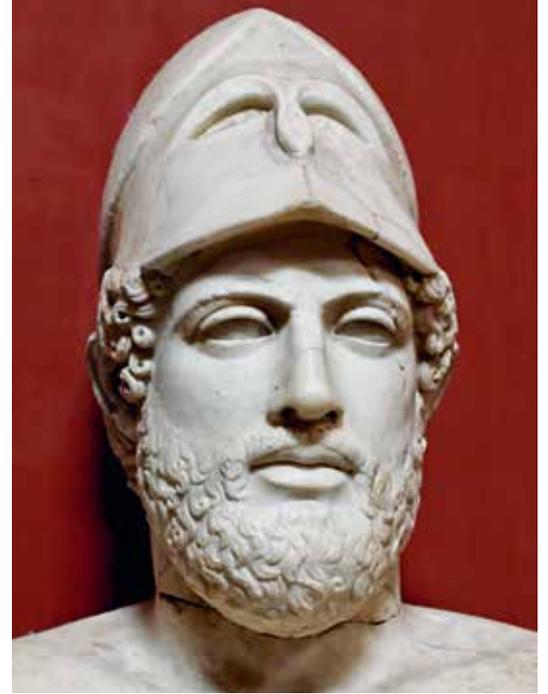
di Virginio Pedroni

Dopo la caduta del muro di Berlino l'impressione generale era che la democrazia liberale in politica e il libero mercato capitalista in economia, usciti vincenti dal confronto col comunismo sovietico, dovessero congiuntamente affermarsi nel mondo, determinando quella che qualcuno incautamente si spinse a definire la fine della storia; ovviamente non nel senso che nulla sarebbe più successo dopo di allora, ma che nessun nuovo e più convincente paradigma sarebbe emerso oltre quello definito dal connubio fra democrazia e capitalismo. Ma l'affermarsi di un armonico assetto fondato su quel binomio non vi è stato. Il mondo che nei decenni successivi è venuto configurandosi si è rivelato estremamente conflittuale e instabile, e in esso è proprio la democrazia a trovarsi in maggiore difficoltà.

Il neoliberalismo impostosi a partire dagli anni Ottanta e la globalizzazione hanno messo in discussione i presupposti economici e sociali degli assetti democratici più consolidati, quelli vigenti nei paesi occidentali, generando una competizione economica che ha prodotto una forte divaricazione sociale al loro interno: il reddito dei ceti popolari e medi di questi paesi è ristagnato o regredito, il lavoro divenuto più scarso e precario. Inoltre gli stati nazionali, gli unici soggetti legittimati democraticamente, si sono visti scavalcare dall'economia e dalla finanza globalizzate, su cui hanno perso, ma anche hanno rinunciato troppo facilmente a esercitare, ogni controllo effettivo. Una certa equità nella distribuzione della ricchezza, resa possibile dallo stato sociale, e l'esercizio di una effettiva sovranità politica sono dunque venute meno, rendendo più fragili le basi sociali della democrazia liberale. Una fetta consistente della popolazione ha visto minacciato il suo benessere, l'ostilità nei confronti delle élite economiche, politiche (si pensi alla crisi dei partiti) e culturali è cresciuta, la partecipazione elettorale diminuita.

In questo contesto, nelle società democratiche si sono fatti avanti, anche come espressione politica dei perdenti della globalizzazione, movimenti populistici e sovranisti, ampiamente sostenuti dai ceti popolari, i quali spingono verso la cosiddetta "democrazia": una deformazione della democrazia in senso illiberale all'interno, nazionalista e xenofoba verso l'esterno.

A livello planetario la globalizzazione ha favorito la crescita di una nuova potenza economica e politica (nuova, considerando gli ultimi secoli, non certo guardando ad un più lontano passato): la Cina. Essa propone un modello di sistema alternativo a quello democratico occidentale e di notevole successo, in cui si combinano statalismo autoritario e capitalismo selvaggio. La capacità cinese di innescare nell'ultimo trentennio un processo di sviluppo vertiginoso e di togliere dalla



La democrazia ateniese è la prima forma di governo democratico attestata nella storia. Sebbene tra i principali esponenti che contribuirono al suo sviluppo vi siano Solone (594 a.C.), Clistene (508/7 a.C.) ed Efialte (462 a.C.); il politico democratico più influente fu Pericle, il cui busto è ritratto in questa foto. È con lui, infatti, che la democrazia ateniese raggiunse la sua forma più compiuta. Morì ad Atene nel 424 a.C. Fonte: wikipedia.

miseria centinaia di milioni di persone è un'impresa di portata eccezionale. Oggi la Cina si affaccia al mondo proponendo con molta decisione il suo modello. Ciò rappresenta un'ulteriore sfida per le democrazie.

Per reggere a queste prove la democrazia dovrà sciogliere alcuni nodi. In primo luogo, in Europa, si conferma la necessità di andare oltre il livello dello stato nazionale, la cui sfera di intervento è troppo limitata per affrontare sfide globali come quella ambientale e quella tecnologica. È opinione diffusa che questi mesi, segnati dalla crisi sanitaria e dalla conseguente recessione economica, siano un decisivo banco di prova per l'Unione Europea. Oltre al tema della solidarietà continentale, si porrà, però, anche quello della democratizzazione delle istituzioni comunitarie, onde evitare una costruzione europea solo burocratica e tecnocratica, dal fiato ormai corto. La questione è se una vera sfera pubblica europea possa costituirsi ed avere un'espressione istituzionale democratica. In secondo luogo, la democrazia liberale dovrà fare di nuovo i conti col rapporto fra libertà economica ed eguaglianza sociale: quanta libertà di mercato e tutela della proprietà privata sono necessarie alla libertà civile e allo sviluppo economico, ma pure compatibili con l'eguaglianza sociale indispensabile al vivere democratico? Ad esempio, quante imposte è doveroso e necessario che i ricchi, a cominciare dalle grandi imprese multinazionali, paghino per il funzionamento dello stato sociale? È la questione della sostanza sociale (socialista?) della democrazia. L'economista critico Thomas Piketty parla nel suo ultimo libro, a proposito della pluridecennale

tendenza alla riduzione del carico fiscale sulle grandi fortune, di *"sacralizzazione della proprietà privata"*, incompatibile con la stabilità democratica. In terzo luogo, le società democratiche sono confrontate col problema del nesso fra principio di eguaglianza e principio meritocratico (selezione delle élites). La legittimità democratica si fonda sul consenso universale, in cui uno vale uno, ma, come ogni organizzazione complessa, anche le società democratiche hanno bisogno di competenza al servizio del bene comune. È vero, come diceva Hobbes, che è l'autorità e non la verità che fa le leggi, ma queste non possono ignorare la realtà. Il difficile rapporto fra opinione della maggioranza e ragione è un vecchio tasto dolente della democrazia, sin dai tempi in cui Platone e Aristotele denunciavano il potere nefasto dei demagoghi che prevalgono, di fronte al popolo, sui saggi. I successi del populismo, il ruolo devastante delle fake news, che hanno preso il posto della censura nell'ostacolare la libera formazione dell'opinione pubblica, i tratti di intolleranza che può assumere di questi tempi il confronto democratico (si pensi al preoccupato appello recentemente firmato in America da 150 intellettuali, in buona parte progressisti, contro gli eccessi del "politicamente corretto") ripropongono il tema: come può una democrazia selezionare un'élite culturalmente attrezzata e competente, legittimata da un consenso informato, senza contraddire il principio dell'eguaglianza politica? Senza che la meritocrazia sia solo un velo per nascondere il privilegio di nascita e di ricchezza?

L'emergenza di questi mesi non ha certo aiutato la democrazia: nelle situazioni di necessità gli esecutivi e i tecnici tendono a prevalere sui legislativi, la decisione dall'alto sulla deliberazione democratica, la chiusura dei confini sulla volontà di concertazione; sul piano sociale le crisi, anche quando colpiscono tutti, non lo fanno allo stesso modo e da esse si esce con più diseguaglianze. Precarietà economica, emarginazione sociale e ruolo rafforzato degli esecutivi creano un clima propizio a quella ricerca di figure carismatiche, fonti di sicurezza e protezione, che aprono la strada a regimi autoritari. Numerosi sondaggi dimostrano che anche nei paesi democratici cresce l'ammirazione per figure come Putin o Xi Jinping.

Una delle migliori sintesi dell'ideale incarnato dalla democrazia liberale è quello proposto a metà Ottocento dal grande filosofo radicale inglese John Stuart Mill. Egli teorizzò il circolo virtuoso che può venirsi a creare, anche se non si

tratta certo di un processo necessario, fra libertà civile, partecipazione democratica e progresso economico e sociale. La libertà favorisce lo sviluppo e il confronto di personalità e visioni diverse, da cui nascono le nuove idee e le scoperte scientifiche e tecnologiche; la partecipazione democratica permette di meglio individuare gli interessi da prendere in considerazione da parte dello stato, visto che vengono coinvolti nel processo decisionale i diretti interessati (finalmente anche i lavoratori), i quali meglio di chiunque conoscono i loro problemi; inoltre la vita democratica e l'impegno civico sviluppano doti che migliorano la personalità individuale e la società nel suo insieme. Il tentativo di Mill è quello di indicare alla avanzata società industriale (e, non dimentichiamolo, imperialista) una via per conciliare libertà, democrazia, giustizia sociale (in tal senso egli svilupperà un confronto col socialismo) e benessere. I drammi del Novecento si sono incaricati di mostrare quanto fosse fragile la barca della democrazia nel mare dei conflitti sociali e fra stati, ma il secondo dopoguerra ha riproposto, in forme nuove, questi ideali, anche se la rinata democrazia, meglio attrezzata a regolare i conflitti di classe grazie allo stato sociale, non ha certo generato, ad esempio, quel cittadino ricco di passione civile a cui pensava Mill, ma spesso una passiva massa di consumatori e spettatori televisivi. Comunque, anche questo nuovo equilibrio si è negli ultimi decenni incrinato.

La superiorità del governo democratico non sta necessariamente nella migliore qualità delle decisioni che prende, ma nel fatto che esso è la forma di adozione di decisioni collettive più rispettosa della dignità di ogni individuo, il quale ha il diritto di dire la sua. Se agli uomini il valore dell'autonomia non dovesse più interessare, perché ad esempio portati a privilegiare nettamente quello della sicurezza, dell'efficienza o del benessere, sarà difficile pensare ad un futuro favorevole alla democrazia. Ma se l'autonomia continuerà a destare un certo interesse, perché ritenuta una componente essenziale della nostra identità personale, allora è importante che le democrazie trovino il modo di dare a questo bisogno uno sbocco nella conciliazione fra giustizia ed efficienza, fra eguaglianza e competenza. Altrimenti altri modelli prevarranno, in cui efficienza, competenza e una certa dose di redistribuzione del reddito saranno coniugati con un potere autoritario, che per di più disporrà di strumenti tecnologici di controllo mai visti prima, e una società illiberale.

La superiorità del governo democratico non sta necessariamente nella migliore qualità delle decisioni che prende, ma nel fatto che esso è la forma di adozione di decisioni collettive più rispettosa della dignità di ogni individuo, il quale ha il diritto di dire la sua. Se agli uomini il valore dell'autonomia non dovesse più interessare, perché ad esempio portati a privilegiare nettamente quello della sicurezza, dell'efficienza o del benessere, sarà difficile pensare ad un futuro favorevole alla democrazia.



L'emergenza pandemica e gli interrogativi climatici

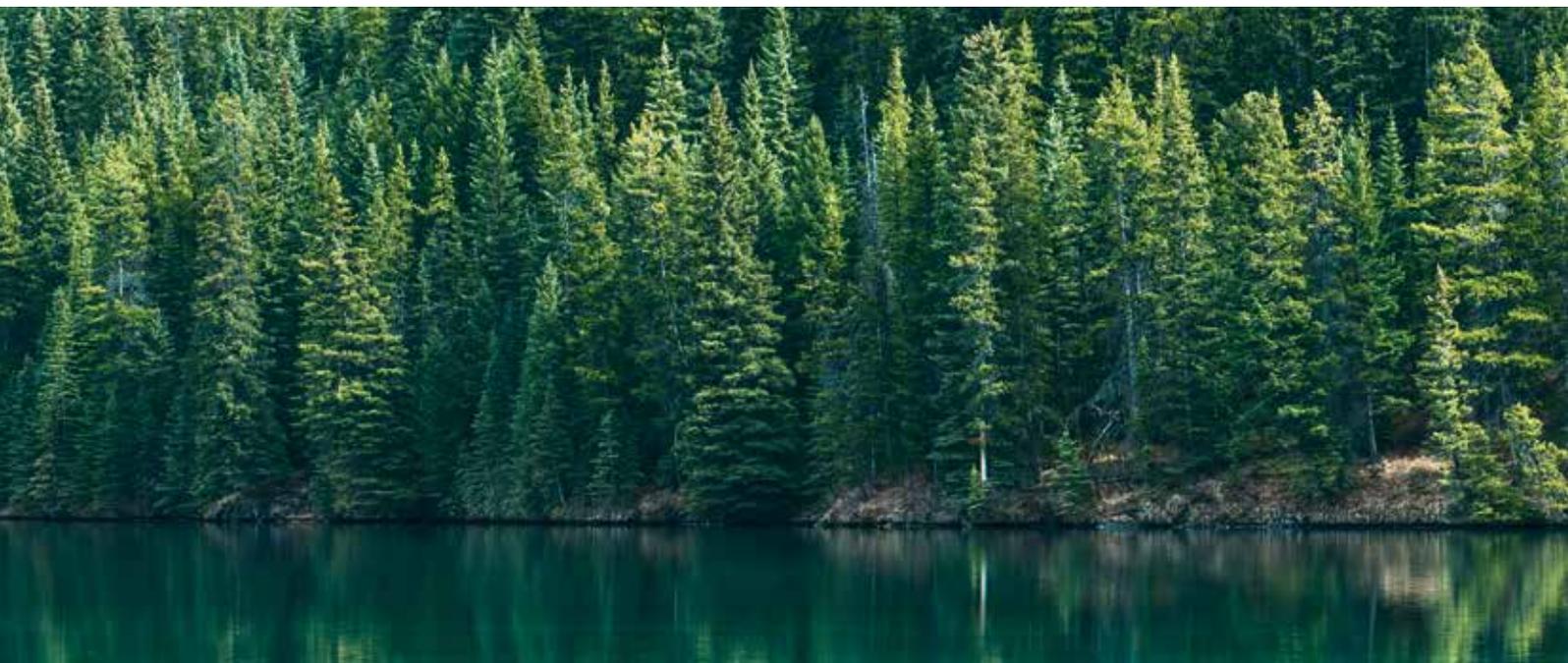
di Loris Fedele

Perdonatemi se parlo ancora di pandemia Covid-19, un argomento che ha riempito per mesi e mesi le cronache locali e mondiali. Ma ne parlo come fattore che ha favorito l'apertura di un dibattito su altre situazioni e che ci ha permesso di fare riflessioni sulla bontà o meno di certe scelte legate al nostro vivere quotidiano. Anzitutto dobbiamo convenire che sono bastate poche settimane o qualche mese di confinamento e di blocco di molte attività per riscoprire l'aria. Tutti se ne sono accorti, specialmente nelle città, con la riduzione del traffico. L'aria si è rivelata presto più pulita, più respirabile. Nei grandi agglomerati urbani la riduzione dell'inquinamento era palpabile. Non era solo un'impressione, misure scientifiche hanno subito suffragato questo stato di cose. Per esempio: tra gli inquinanti che si stratificano nella parte bassa della nostra atmosfera vi sono gli ossidi di azoto. Molti di essi sono innocui per la salute umana ma ce n'è uno che invece ci preoccupa: è il biossido di azoto (NO₂), liberato in atmosfera dalla combustione dei carburanti. Si tratta di un gas irritante se respirato in forte concentrazione. Può contribuire allo sviluppo di asma e infezioni respiratorie. L'NO₂ interagisce con l'acqua, l'ossigeno e altri prodotti chimici nell'atmosfera, e va formare quelle famose piogge acide che creano danni a ecosistemi come i laghi e le foreste. Ebbene un satellite, il Sentinel-5P di osservazione della Terra, appartenente all'Agenzia spaziale europea, dopo il blocco dovuto al Covid-19 ha segnalato sulla pianura padana una riduzione delle concentrazioni di biossido di azoto superiore al 40%. Questo satellite tra i suoi molti compiti è preposto alla mappatura dell'inquinamento atmosferico in Europa e Cina.

È difficile trovare qualcosa di buono nella pandemia che ci ha attanagliati e che ha fatto pren-

dere ai politici di tutto il mondo le misure di confinamento che ben sappiamo. Eppure quel che è successo ci ha fornito parecchi spunti di riflessione e tra questi anche quelli che riguardano il cambiamento climatico e l'azione dell'uomo che lo favorisce. Noi stiamo chiedendo alla scienza di risolvere il problema della pandemia il più presto possibile, trovando un vaccino e misure adeguate per limitare il contagio. Ma dopo l'emergenza cosa possiamo e dobbiamo attenderci per quanto riguarda la nostra aria, il nostro vivere a contatto con la natura, il nostro agire dentro gli spazi urbani e industriali? L'efficacia di azioni collettive per risolvere un problema globale è stata evidente nelle fasi più acute della pandemia. Quindi è chiaro che in qualcosa dobbiamo cambiare e non possiamo tornare semplicemente ad agire come prima, come se non ci fosse stato nulla.

Architetti, economisti e sociologi hanno detto la loro su come si potrebbero riorganizzare gli insediamenti mettendo in primo piano la salute degli abitanti. Hanno presentato formule e scenari di diversa natura per lo più con un denominatore comune: le città dovrebbero diventare più lente e più verdi. Mobilità lenta potrebbe voler dire incentivare l'uso delle biciclette, realizzare più aree pedonali, ridurre il traffico privato, ma come si può limitare la promiscuità e il sovraffollamento dei mezzi pubblici? Più verde vuol dire avere a disposizione spazi di maggiore estensione, nuovi campi da gioco, meno nuove edificazioni e servizi sociali decentrati che riducano gli spostamenti. Ma chi può permettersele? Tutto ciò potrebbe significare stravolgere quella che è stata la città moderna del boom economico: un luogo di vita frenetica, veloce, tutta dedicata al progresso tecnologico, alla caccia di ogni comodità. Finora si è costruito in modo sempre più fitto, sacrificando il verde. Dove non



c'era spazio si è andati in alto, con case e grattacieli piene di appartamenti, dove la densità di popolazione è ben lungi dal concetto di "distanza sociale" invocata durante la pandemia a tutela della salute. Negli uffici si sono privilegiati gli open space, con tanta gente in un locale solo. Gli spazi individuali sono da tempo stati sacrificati a favore degli spazi collettivi. Oggi vengono messi in dubbio i vantaggi di questa tendenza alla densificazione.

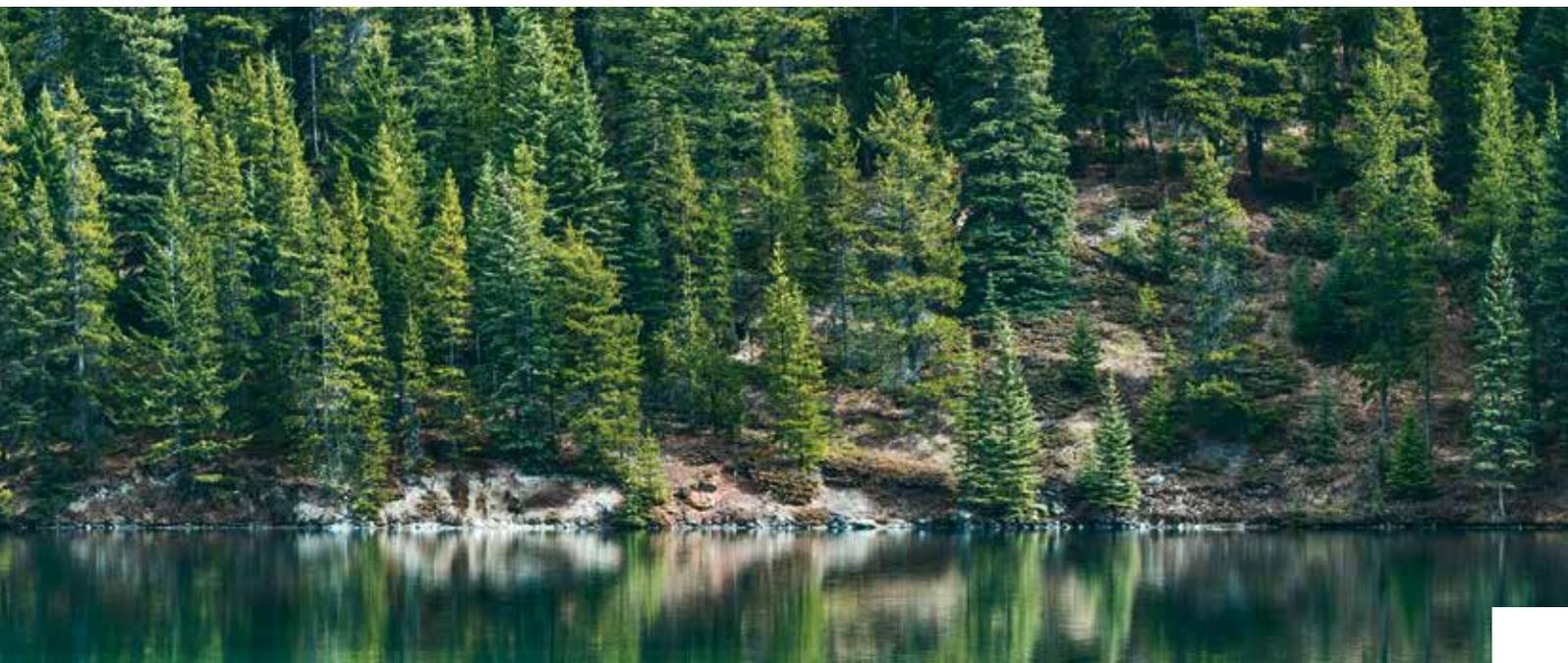
Ma si può davvero tornare indietro? Sta di fatto che dopo le varie limitazioni e la costrizione in casa durante le fasi acute della pandemia la gente ha cercato di evadere. Ma a parte i giovani di certe "movide" e gli assembramenti a volte provocatori, i più hanno cercato spazi aperti, distanze, natura. Chi è andato in vacanza ha cercato la tranquillità delle montagne, ha privilegiato i campeggi che offrivano spazi che permettevano le distanze dagli altri perché li facevano sentire più sicuri. Ormai è cresciuta la sensibilità verso la natura, ma è più nell'atteggiamento che non nella pratica abituale. Perché ci siamo abituati a quelle scelte urbanistiche e di stile di vita che abbiamo appena ricordato.

Nel post-coronavirus si vorrebbe cambiare senza perdere quelle comodità a cui ci siamo assuefatti. D'altra parte qualcosa per l'ambiente, e alla fine per il nostro benessere, bisogna pur fare. La crisi pandemica ha messo a nudo la nostra fragilità davanti ai fenomeni naturali, ma ha anche fatto capire che ciò che ci piace è quello che più si avvicina a uno stato naturale libero da contaminazioni. Però per vivere la bellezza della natura bisogna salvarla e proteggerla. I cambiamenti climatici sono in atto e sono un fatto naturale, ma l'azione dell'uomo li sta influenzando in maniera consistente. Il riscaldamento globale sta progredendo a ritmi sostenuti proprio per le forti emissioni di gas a effetto serra alimentati dall'attività industriale e dall'allevamento. In testa c'è l'anidride carbonica (CO₂) che già è emessa da cicli naturali ma i cui volumi vengono fortemente accresciuti dalla combustione degli idrocarburi legati alle pratiche umane. La forte riduzione dei

trasporti durante il coronavirus e ancor più le drastiche cancellazioni dei voli aerei ha mostrato la riduzione di queste emissioni in maniera sensibile. Parlando di verde non urbano, quello delle foreste sacrificate nel mondo per fare spazio a diverse attività, il discorso si complica proprio perché coinvolge tanti e tali interessi, soprattutto economici, che la protezione passa in secondo piano. A Davos, nell'ultimo foro economico che si è tenuto, molti leader mondiali hanno aderito alla campagna internazionale volta a piantare mille miliardi di alberi. Tuttavia uno studio pubblicato su una rivista scientifica specializzata ha denunciato che quasi la metà delle aree che i governi avevano promesso di destinare al rimboschimento diventeranno in realtà delle monoculture a uso commerciale. È già successo e succederà ancora. Per esempio: quando sull'isola di Sumatra, in Indonesia, si tagliarono grandi estensioni di foresta tropicale per far posto a estese coltivazioni di palma da olio, si effettuò effettivamente un rimboschimento: ma quella nuova area verde, fatta di una monocultura che impoverisce il suolo, sta creando un danno ambientale irreparabile.

Parlando di foreste una pianta non è uguale a un'altra. Non si può ragionare solo numericamente, in termini di uno vale uno. Come non si può accettare che si distrugga la foresta amazzonica per far posto a redditizie coltivazioni agricole o all'allevamento del bestiame. L'area è troppo importante per l'intero pianeta e l'ecosistema per essere sacrificata a interessi locali particolari. Il governo non può invocare la sovranità nazionale e al tempo stesso beneficiare della globalizzazione e degli aiuti internazionali solo quando fa comodo. Le responsabilità in molti casi vanno condivise. Le popolazioni locali sanno vivere con la natura e molte altre che si sono insediate più di recente stanno imparando, con l'aiuto di organizzazioni non governative internazionali, a rispettare il bene naturale che hanno a disposizione utilizzandolo con criterio senza impoverirlo. Il processo è lungo e non senza difficoltà, ma bisogna insistere perché la Terra è una, è di tutti, ed è la sola che abbiamo.

Dopo le varie limitazioni e la costrizione in casa durante le fasi acute della pandemia la gente ha cercato di evadere. Ma a parte i giovani di certe "movide" e gli assembramenti a volte provocatori, i più hanno cercato spazi aperti, distanze, natura. Chi è andato in vacanza ha cercato la tranquillità delle montagne, ha privilegiato i campeggi che offrivano spazi che permettevano le distanze dagli altri perché li facevano sentire più sicuri.





RESIDENZA MARTINA

RIVA SAN VITALE

La migliore alternativa alla propria casa



Affittiamo ultimi appartamenti senza barriere architettoniche

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

Residenza Martina

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

Tarchini Residential Real Estate SA

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

In collaborazione con:



CONSULENZA
GRATUITA



Non fermarti davanti a qualche gradino!

Prenota la tua consulenza gratuita da:

ROLLSTAR | Sementina 091 857 67 33
ORTOTECNICA | Lugano 091 922 69 29



Mezzi Ausiliari,
Ortopedia

www.roll-star.ch



Ortopedia e
Riabilitazione

www.ortotecnica.ch



Il tuo Spitex
in Ticino

www.sorrisocure.ch



Sostieni i nostri
progetti in Africa

www.swisslimbs.org

Otto circuiti per avvicinarsi alla biodiversità forestale

di Maura Käppeli

Un video promozionale, otto percorsi didattici e diverse attività, seguendo la campagna informativa federale dell'UFAM

Il contatto diretto con la natura sta ottenendo molto interesse in tutto il Ticino. Ne sono la prova i dati forniti dal settore turistico e dalle cronache locali, annunciando come numerosi escursionisti e turisti – bisognosi di entrare in contatto con la natura e desiderosi di riscoprire le più belle regioni della Svizzera – siano accomunati dalla voglia di rinsaldare i rapporti con la natura pura, vivere esperienze autentiche e momenti di spensieratezza totale. Con queste premesse, non poteva quindi non riscuotere interesse la campagna nazionale denominata "Diversità forestale" lanciata nelle scorse settimane dall'Ufficio federale dell'ambiente (UFAM).

Il Dipartimento del territorio, con la Sezione forestale, l'Ufficio della natura e del paesaggio e il Museo cantonale di storia naturale, affiancato da numerosi partner – quali federlegno.ch, Fondazione Valle Bavona, Centro Natura Vallemaggia, Gruppo di Educazione Ambientale della Svizzera Italiana (GEASI), Pro Natura, l'alberoteca, Comune di Faido e tanti altri – ha quindi aderito con entusiasmo alla campagna informativa nazionale legata alla biodiversità forestale. Sulla scia di questa iniziativa, i cantoni Ticino e Grigioni italiano (Moesano) hanno preparato alcuni sentieri tematici affinché popolazione ed escursionisti possano comprendere o scoprire le variegate forme di vita che compongono un bosco. Si tratta di otto percorsi lungo i quali ammirare una dozzina di sagome di legno indicanti piante, funghi, licheni, insetti, anfibi, uccelli, pipistrelli e altri mammi-

feri... in rappresentanza delle circa 30mila specie che popolano le foreste elvetiche. La loro identificazione permetterà inoltre di partecipare al concorso abbinato alla stessa campagna federale.

Sino a ottobre si potrà quindi accedere a questi circuiti itineranti, realizzati in queste località:

- Capriasca (l'alberoteca - Museo cantonale di storia naturale MCSN)
- Cevio (Museo di Valmaggia - Fondazione Valle Bavona)
- Faido (Comune di Faido - Dipartimento del territorio, DT)
- Lodano (Centro Natura Vallemaggia - Patriziato di Lodano)
- Lucomagno (Pro Natura Lucomagno - DT)
- Monteceneri (federlegno.ch)
- San Bernardino (Ufficio foreste e pericoli naturali, Regione Grigioni centrale - Moesano)
- Soazza (Ufficio foreste e pericoli naturali, Regione Grigioni centrale - Moesano)

Altre proposte all'insegna della biodiversità sono quelle del Museo cantonale di storia naturale (MCSN): per l'occasione sono state realizzate una serie di cartoline informative e una speciale vetrina dedicata alla campagna federale. Il Dipartimento del territorio ha inoltre contribuito alla produzione di un video promozionale – con la testimonianza di esperti del settore – per illustrare la bellezza del nostro patrimonio, mentre ulteriori approfondimenti sono consultabili sulla pagina del dipartimento del territorio (www.ti.ch/dt). Cliccate su: Divisione ambiente e poi Sezione forestale quindi sul tema in primo piano "Scopri il bosco" in alto a destra.





Strani incontri si possono fare ovunque. Fra i luoghi privilegiati ci sono per esempio i parchi dove talvolta corrono persone che non esistono anche se c'è chi giura di avere un amico che una volta ci ha parlato.

Il “leggendaro” Covid-19

Come le dicerie nascono e si diffondono nel mondo, passando di bocca in bocca e alimentando da un lato speranze e dall'altro paure.

di Veronica Trevisan

Le chiamano leggende metropolitane, ma questa definizione non deve trarre in inganno. Non sono prodotti della modernità ma un fenomeno antico, che risale a migliaia e migliaia di anni fa.

Si tratta di quelle storie che, partendo da una diceria (magari con un fondo di verità) su un episodio verificatosi in un qualsiasi luogo, si diffondono poi globalmente passando di bocca in bocca, modificandosi e inglobando ogni volta nuovi particolari, fino a diventare racconti fantastici e terrificanti.

Anche oggi, naturalmente, questi racconti non mancano di spaventare o divertire (a seconda della disposizione dell'ascoltatore). A tutti noi almeno una volta nella vita sarà capitato di sentirsi raccontare delle storie strane presentate per vere in quanto capitate a un cugino, a un amico o a un collega. Certo, nell'età tecnologica la loro diffusione passa anche attraverso i social network e molti di questi racconti finiscono per circolare in rete, alimentando paure e false opinioni. Per certi versi, possono essere accostate alle cosiddette “fake news”, solo che le leggende metropolitane, in qualità di racconti, sono oggetto di studio da parte dei folkloristi di tutto il mondo.

Naturalmente, anche il Coronavirus ne ha pro-

dotte numerose: dalla notizia degli elicotteri che spruzzavano disinfettanti per sradicare il virus, partita da un post su Facebook a marzo e poi diffusasi in ogni dove, alle varie tecniche di difesa dal virus stesso (in Giappone, ad esempio, si è diffuso sul web l'uso di postare l'immagine di Amabie, uno spirito protettore dalle epidemie, nato dall'avvistamento, a metà Ottocento, da parte di un funzionario del governo di una strana creatura acquatica che lo avrebbe avvertito di una malattia imminente). Ma anche ai presunti “untori”, come la ladra al supermercato che tossisce volontariamente su un commesso per infettarlo.

Ogni era ha le sue leggende. Sempre in tema di pandemie, negli anni 80 girava la voce della ragazza che, dopo aver trascorso una notte d'amore con un ragazzo conosciuto in un locale, aveva scritto col rossetto sullo specchio del bagno di lui “benvenuto nel mondo dell'AIDS”. Alcune di queste leggende si sono conservate per decenni. Molto diffusa, ad esempio, è la storia della persona che, tornata da un viaggio in paesi esotici, si è portata dietro un animale pericoloso (in genere un serpente o un alligatore) per poi liberarsene gettandolo nel wc e permettendogli di crescere a dismisura nelle fogne, fino a trasformarsi in una sorta di mostro di Lochness

metropolitano. Che poi, anche su quest'ultimo ci sarebbe molto da dire. Recenti articoli sulla stampa internazionale raccontano (riportandoli ovviamente come leggende metropolitane) di nuovi avvistamenti della creatura, segno che "l'affetto" verso il mostro viene periodicamente alimentato con nuove prove a supporto della sua esistenza.

Chi scrive si è sentita raccontare almeno un paio di volte da amici la storia (anche questa con una nutrita serie di versioni che hanno resistito al tempo e al passare degli anni) di un passaggio in auto dato a un misterioso autostoppista che poi si è rivelato essere un fantasma e che ha chiesto di scendere nelle vicinanze di un cimitero. Per non parlare di tutte le storie che circolano su vari personaggi famosi che, ufficialmente morti, in realtà si dice siano vivi e vegeti (da Elvis a Michael Jackson). In Francia, negli anni 70 girava la voce – poi diffusasi anche altrove – di alcuni negozi di abbigliamento che organizzavano la tratta delle bianche. Chi entrava in un camerino, veniva drogato, spogliato e poi trasferito in luoghi esotici per essere avviato alla prostituzione. Anche il mondo dell'economia non è rimasto immune. Nel 1981 una nota società americana aveva iniziato a ricevere migliaia di telefonate perché si era diffusa la voce che avesse rapporti con Satana e versasse il 10% degli utili a una setta satanica. E via dicendo, ci sarebbero decine di casi da elencare.

I primi a studiare le cosiddette "voci" sono stati gli americani. Gli studiosi G. W. Allport e L. Postman, nell'articolo "An Analysis of rumor" del Public Opinion Quarterly del 1946-47, le hanno

definite così: "proposizione legata agli avvenimenti del giorno, destinata a essere creduta, propagata da persona a persona, trasmessa in genere di bocca in bocca, senza che esistano dati concreti per provarne l'esattezza". Oggi sono numerosi gli enti che le raccolgono e studiano: dall'American Folklore Society, all'International Society for Folk Narrative, all'International Society for Contemporary Legend, al Centro per la raccolta delle voci e delle leggende contemporanee (CeRaVolc). Ma anche molti singoli, sul web, raccolgono e tentano una catalogazione di queste notizie. La folklorista americana Sheila Bock, della University of Nevada di Las Vegas, si occupa ad esempio di voci e leggende sulle grandi epidemie, dalla peste, all'Ebola, al Covid.

Queste storie hanno il potere di moltiplicarsi in modo esponenziale, aggiornandosi e adattandosi ai diversi luoghi e circostanze. Certo, spesso alimentano paure o false opinioni, ma come sempre dirimente dovrebbe essere il buon senso: un conto è provare piacere ad ascoltare una storia, un altro è prendere per vera una notizia senza verificare la fonte. E ancora: un conto è raccontare strane storie per divertire o stupire, un altro è fare una consapevole operazione di mistificazione del reale allo scopo di manipolare l'opinione delle persone. Per altri versi, però, questi racconti testimoniano anche il bisogno umano di vivere in un mondo che, oltre alla quotidianità, custodisca misteri ben più grandi di quello che si può vedere a occhio nudo. In questo senso, il potere del racconto, continua ad affascinare e a divertire.

Le leggende metropolitane hanno il potere di moltiplicarsi in modo esponenziale, aggiornandosi e adattandosi ai diversi luoghi e circostanze. Certo, spesso alimentano paure o false opinioni, ma come sempre dirimente dovrebbe essere il buon senso: un conto è provare piacere ad ascoltare una storia, un altro è prendere per vera una notizia senza verificare la fonte.



...una volta l'amico di un mio amico ha dato un passaggio a un autostoppista che gli ha chiesto di essere lasciato vicino a un cimitero. Solo dopo ha scoperto che quel tale era già morto... insomma era un fantasma.

Adriana Ramelli, una vita dedicata alla cultura

Direttrice della Biblioteca cantonale di Lugano dal 1941 al 1973, fu la prima alta funzionaria dell'amministrazione pubblica.

di Daniela Delmenico*

Adriana Adele Ramelli nasce a Lugano-Paradiso il 22 aprile 1908, figlia di Carolina Chiesa, pittrice milanese e di Bernardo Ramelli (1873-1930), architetto ticinese, e sorella di Alessandro, anche lui, come il padre, architetto. Bernardo Ramelli, dopo la formazione all'Accademia di Brera di Milano e al Politecnico di Zurigo, aprì, nel 1902 uno studio di architettura a Lugano e fu autore di importanti opere, come la Casa Airoldi, il Palazzo della Fondazione Rezzonico e la facciata della chiesa di Santa Maria Immacolata a Lugano, l'Hôtel Suisse di Faido e la stazione ferroviaria della Lugano-Ponte Tresa.

Adriana Ramelli, dopo aver frequentato le scuole primarie e ginnasiali presso l'Istituto Sant'Anna di Lugano e il liceo cantonale della stessa città, si iscrive all'università di Pavia, alla facoltà di Lettere antiche, ottenendo nel 1932 la laurea con la tesi "Le fonti di Valerio Massimo", pubblicata nel 1936 sulla rivista *Athenaeum* di Pavia.

Nella Biblioteca di Francesco Chiesa

Nel 1931 viene scelta da Francesco Chiesa (1871-1973), allora direttore della Biblioteca Cantonale di Lugano – all'epoca situata nel Palazzo degli Studi – come Aggiunta di direzione. Chiesa, a capo della Biblioteca dal 1904, coadiuvato dalla moglie, Corinna Chiesa-Galli (1878-1947), aveva portato a termine la catalogazione delle opere possedute e aveva guidato la biblioteca attraverso la tempesta della Prima guerra mondiale prima, e dell'ascesa al potere di Mussolini poi, rivolgendo gli sforzi verso la difesa dell'identità del Cantone e facendo della Biblioteca il cuore della vita culturale ticinese.

Direttrice dal 1941

Dopo un periodo di pratica alla Biblioteca Nazionale Svizzera di Berna nel 1933, e altri anni di lavoro presso quella di Lugano, Adriana Ramelli divenne la direttrice di quest'ultima nel 1941. L'anno successivo la Biblioteca venne trasferita in un nuovo edificio (sua attuale sede), situato nel parco Ciani e progettato dagli architetti ticinesi Carlo e Rino Tami. L'inaugurazione ebbe luogo nell'estate di quell'anno, alla presenza di autorità cantonali e comunali e dei rappresentanti dei bibliotecari svizzeri. Nel corso del suo lavoro a capo della Biblioteca, Adriana Ramelli fu affiancata da altre due donne, la collabora-



trice Ilse Schneiderfranken (1912-1987) e la vice-direttrice Laura Gianella (1888-1979).

Promotrice del polo culturale del Ticino

Il primo periodo della direzione di Adriana Ramelli, quello della Seconda Guerra Mondiale, fu un momento molto importante per la Biblioteca Cantonale, poiché essa fu animata dalla presenza e dalla collaborazione di importanti figure intellettuali, rifugiatesi in Ticino per sfuggire al regime fascista. Adriana Ramelli si sforzò quindi di promuovere e favorire questi legami, istituendo conferenze e circoli letterari, facendo di Lugano la capitale morale della cultura italiana. Dopo la guerra iniziò infatti una stretta collaborazione con le biblioteche italiane, tanto che il Congresso nazionale dei bibliotecari italiani del 1951 si tenne proprio a Lugano.

L'attività della direttrice fu inoltre fondamentale per la valorizzazione dei materiali posseduti dalla Biblioteca grazie all'ampliamento del patrimonio librario, all'organizzazione di mostre documentarie (una settantina circa nell'arco della sua carriera), di conferenze e giornate di studio e alla pubblicazione di saggi riguardanti la tipografia, il libro e la storia locale. Da ricordare sono in particolare i suoi lavori sulle tipografie Agnelli e Veladini e la mostra sulle edizioni manzoniane ticinesi del 1965.

Adriana Ramelli si occupò inoltre della questione universitaria ticinese. Consapevole dell'importanza della presenza di universitari per la crescita culturale del Cantone, e vista la mancanza di un ateneo sul suo territorio, si esprime spesso in favore della creazione di una biblioteca di livello universitario, impegnandosi affinché la Cantonale di Lugano assumesse, almeno

*storica

© Associazione Archivi Riuniti delle Donne Ticino (AARDT).

Lo studio biografico è stato realizzato nel 2014, nell'ambito del progetto *Tracce di donne – Biografie femminili ticinesi del XIX e XX secolo*. Fonti e bibliografia sono consultabili sul sito internet www.archividonneticino.ch/ (sezione *Tracce di donne*). Alcuni complementi provenienti dalle Teche della RSI sono presenti su www.rsi.ch/donne storie e ricordano Adriana Ramelli nel contesto della Biblioteca cantonale di Lugano.

Crediti fotografici: Archivio AARDT



prima classe conferito ai benemeriti della scuola, della cultura e dell'arte, con la facoltà di fregiarsi della medaglia d'oro. Il premio le venne consegnato nella sala di lettura della Biblioteca Cantonale dal Console generale d'Italia, Alessandro Zaccarini, per il suo impegno verso la cultura e la sua importante attività di ricerca sul libro.

Il lavoro di Adriana Ramelli non si esaurì con il pensionamento ma l'ormai ex-direttrice rimase attiva nel panorama culturale ticinese, in particolare in favore della Biblioteca Cantonale anche negli anni successivi al 1973, per esempio con la stesura dell'importante Catalogo degli *Incunaboli della Biblioteca Cantonale di*

Lugano, che cominciò a redigere

appena dopo aver lasciato l'incarico di direttrice e che venne pubblicato nel 1981.

Nel 1983 ricevette inoltre il premio della Fondazione Lavezzari, per il suo lavoro svolto a capo della biblioteca.

Per molti anni ancora impegnata in favore della cultura in Ticino, Adriana Ramelli si spense all'Ospedale Civico di Lugano il 4

in parte, questa funzione.

L'impegno di Adriana Ramelli e la sua lungimiranza si rivelarono fondamentali per lo sviluppo della Biblioteca Cantonale di Lugano, che negli anni della sua direzione divenne il vero e proprio polo culturale e intellettuale del Cantone Ticino, e la cui importanza, grazie a numerose collaborazioni, venne riconosciuta anche a livello svizzero e internazionale. È in questa atmosfera di sviluppo e crescita che Adriana Ramelli, raggiunta l'età del pensionamento, lascerà l'incarico ad Adriano Soldini (1921-1989) nel giugno del 1973.

Sostenitrice dei diritti delle donne

A lato del suo lavoro come direttrice della Biblioteca Cantonale, fu anche impegnata in favore dei diritti delle donne, sottolineando l'importanza che avrebbe dovuto assumere il loro ruolo nello spazio pubblico, e attiva in associazioni femminili, partecipando per esempio al *Dritter Schweizerischer Frauenkongress*, svoltosi a Zurigo nel 1946. Adriana Ramelli espresse la sua posizione su questi temi anche attraverso alcune interviste, in cui criticava apertamente la condizione di silenziosa sottomissione in cui si trovavano molte donne ticinesi, che accettavano senza opporvisi il giudizio di inferiorità che era loro attribuito nella sfera pubblica. Secondo Adriana Ramelli, la chiave per cambiare la situazione femminile stava proprio nella presa di coscienza, da parte delle donne stesse, delle loro responsabilità.

Premiata in Italia e in Ticino

Il 27 maggio del 1974, il governo italiano decise di assegnarle un'alta distinzione, il Diploma di

marzo 1996.

Fu la protagonista della trasformazione della Biblioteca di Lugano che, sotto la sua direzione, grazie alle numerose manifestazioni organizzate, al suo impegno nel promuovere la collaborazione con altri istituti, all'acquisizione di importanti opere e alla loro schedatura divenne un luogo d'incontro fondamentale per studiosi e intellettuali e il vero e proprio centro della vita culturale del Cantone. L'importanza di Adriana Ramelli, oltre che per il suo già citato impegno in favore della cultura, risiede nel fatto che fu la prima donna ad assumere un ruolo direttivo di spicco in Ticino.

MONOGRAFIE DI ADRIANA RAMELLI

- *Le fonti di Valerio Massimo*, Voghera: Arti grafiche Boriotti e Zolla, 1936.
- *Le edizioni manzoniane ticinesi*, Milano/Lecco: Centro nazionale di studi manzoniani/Tipografia Annoni, 1965.
- *Le tipografie ticinesi e il Risorgimento italiano. Mostra bibliografica 21-30 ottobre 1965*, Milano: Centro Svizzero di Milano, 1965.
- *La Tipografia Agnelli di Lugano 1746-1799. Mostra bibliografica, Centro svizzero di Milano, 20-29 ottobre 1971*, Lugano: Mazzuconi, 1971.
- *Catalogo degli incunaboli della Biblioteca Cantonale di Lugano*, Firenze: Olschki, 1981.
- *Ricordo di Ilse Schneiderfranken 1912-1987*, Lugano: Lepori e Storni, 1987.

Alberto Nessi, lo swing nella poesia

di Alessandro Zanoli

I "giovani degli anni 50" in Ticino amavano molto il jazz. Mi è capitato di parlarne spesso con alcuni appassionati e la cosa mi stupisce sempre. Ma soprattutto mi sembra che questo amore abbia contribuito a creare una cultura che poi è stata passata alle generazioni seguenti, come la mia. Che cosa vi legava al jazz e ai suoi "eroi", personaggi in fondo così lontani dalla cultura elvetica?

Prima di tutto vorrei dire è stata una passione vissuta in una cittadina provinciale, certo, ma una cittadina che grazie al suo contatto con l'Italia poteva ricevere molti stimoli dall'estero. Io avevo un amico in particolare, Edy Rezzonico, che è stato in seguito giornalista e corrispondente della nostra Radio dalla Germania, che aveva stretti contatti con Milano e aveva una grande passione per il jazz. Per noi ad esempio una band come la Milano College Jazz Band era mitica, anche se questa parola non mi piace molto nell'accezione con cui viene usata oggi. Da ragazzi ci si trovava la sera per strada a bere, a fumare e a chiacchierare e in queste occasioni chiaramente si parlava tanto della musica dei nostri eroi. C'era ad esempio questo musicista che si chiamava Acocella, trombonista, che a noi sembrava una divinità della musica. Insieme a quel sentimento di amore per il jazz si univa anche quello per l'arte e anche le passioni sentimentali erano molto importanti: facevano parte di quell'età. Era un sentimento che nasceva in contrapposizione alla cultura dei Claudio Villa, dei cantanti di Sanremo. Ci piacevano cose diverse da quelle della cultura popolare di allora. Ad esempio ricordo che nel bar Terrenghi, oggi Bar Chiasso, c'era un juke-box dove molti ascoltavano le canzonette alla moda ma noi andavamo a mettere la musica di Louis Armstrong.

"Tutti discendono" è il libro in cui hai messo in rilievo in modo efficacissimo questa presenza importante della musica afroamericana nella vostra gioventù.

Talmente importante da spingere molti giovani a suonare e a imitare i musicisti americani. Era dunque una forma di ribellione alla cultura bandistica (o anche solo a quella della bandella) che erano il modello dominante, un po' paternalista, retaggio del passato?

A noi interessava il jazz in quanto musica popolare, esperienza espressiva di un ceto popolare nel senso in cui ne parla Hobsbawm nella sua "Storia sociale del jazz", una musica cioè che si contrappone a quella che andava di moda nel ceto medio. Certo questa musica aveva un collegamento con la cultura americana e più in generale con tutte quelle ispirazioni artistiche e letterarie che venivano dal nuovo continente e che avevano anche una componente trasgressiva. Nei racconti di "Tutti discendono", il mio personaggio che fa il palo mentre l'amico rapina gli automatici alla stazione fischiava la canzone "Basin Street blues", un brano che ricorda in fondo le musiche da bordello. Questo elemento, questa componente trasgressiva che ci interessava nella musica jazz degli anni 50 non è indifferente...

L'amore per il jazz era anche un amore per una cultura diversa, cosmopolita, che guardava verso Milano? Lì c'era un forte movimento jazz, il cui punto di riferimento era Arrigo Polillo, direttore della rivista "Musica jazz".

Milano in fondo era la città di congiunzione tra due mondi. Qui succedevano delle cose che a me hanno sempre interessato e nella mia storia c'è questa aspirazione mai raggiunta a vivere la vita milanese. Ricordo la mia fuga da scuola per andare ad ascoltare Bud Powell a Milano. Lo racconto in "Tutti discendono": è per me un ricordo indimenticabile questa possibilità di ascoltare il grande pianista, seduto per terra davanti al palco. Probabilmente era il Teatro Lirico e il concerto è avvenuto nel '55 o '56. Polillo l'ho conosciuto a Chiasso quando sono stato invitato a tenere una conferenza sulla storia del jazz alla Sala Diego Chiesa. Quindi mi sono trovato anche nei panni di storico del jazz. Era una passione che ho condiviso

Il colore della malva, Il Tromba d'oro p.43

Mi chiamavano Tromba d'oro. La sera con la testa nell'armadio dei vestiti in sordina imparavo le scale; e prima di chiudere gli occhi guardavo Harry James in assoluto con il vestito di gran gala. Quei sogni tra le case popolari - Il Domus lo Sport la Terrabella - nel quartiere che attraverso la domenica con mia figlia per mano, brizzolato...; ora la tromba l'ho attaccata al chiodo e mi domando: a che vale sognare?

Ma tu, tortora, non smettere. Scivola ancora sulla piccola città.

Citazioni

Tutti discendono, p. 57:

«Di noi, Edy era l'unico che fosse nel mondo del lavoro. Viveva in mezzo a bollette e borderò ma la sua vera passione era il trombone a culisse. Tornato a casa dall'import-export caracollando con la sua schiena un po' curva, sfoderava l'ot-

tone davanti alle gabbie dei canarini e ripassava l'assolo di Acocella della Milan College Jazz Band o il motivo di Perdido: quelle tre note ossessive, passi nella nebbia seguiti dall'assalto a un paradiso inesistente, se le ripeteva il giorno dopo, gli occhi protetti da lenti scure, sputando a tutto andare il catarro delle sue 30 Parisiennes sopra le orme degli spedizionieri che battevano

gli stessi marciapiedi. D'estate ci si trovava sui muretti o intorno ai settantotto giri di Nick La Rocca o davanti al juke-box del Bar Chiasso ad ascoltare i funerali di Armstrong».

Fiori d'ombra, p. 102:

«Aveva visto, un giorno che era uscita incatramata dal suo monolocale, uno di quei giorni, per

anche con Max Huber, il grafico, con cui abbiamo fatto delle cene molto divertenti. Huber era un grande esperto nel suonare il pettine e si divertiva moltissimo anche a imitare la batteria con le posate. Per lui il jazz era veramente molto importante; aveva conosciuto anche Louis Armstrong in occasione del suo concerto di Milano. Comunque in quel periodo la cultura americana arrivava da noi con una carica di novità: ricordo di aver visto "Fronte del porto" e "La valle dell'Eden" all'Oratorio di Chiasso, in una proiezione all'aperto. Erano immagini e personaggi, quelli sì, davvero "mitici", nel senso che richiamavano una vera epopea, quella di cui scrivevano Pavese o Steinbeck.

Ma tu suonavi?

Io ho tentato di suonare ma con esiti piuttosto scarsi. Da piccolo suonavo il flauto ma poi quando ho tentato di fare jazz suonavo il trombone a pistoni (della scoperta dello strumento parlo nel mio libretto "Un'estate", pubblicato negli anni 60 dalle edizioni ESG). Era uno strumento tutto scassato tenuto insieme con gli elastici perché non potevo permettermi il mitico trombone a coulisse, quindi mi dovevo accontentare di questo disgraziato rottame. Il pezzo che suonavamo di più era "Muskrat Ramble". Avevamo uno spazio per suonare in un grotto alle pendici della collina, oltre la ferrovia, nei tempi in cui il fiume non era ancora stato cementificato e incanalato. Mi ricordo ancora dell'avventura che era stata portare la batteria attraversando la città fino al locale del grotto. Il fiume Faloppia era il nostro Lungo-Senna e lì in fondo succedevano tutte le nostre avventure di ragazzi che avevano meno di vent'anni. Avevamo poi trovato un bar con uno stanzino in cui ci lasciavano suonare, nei pressi della stazione di Chiasso.

Che posto ha avuto il jazz poi in seguito nella tua vita? Oggi ne segui lo sviluppo, ti interessa ancora? O rimani legato alla tua passione del passato?

Devo dire che la mia passione principale allora era per Charlie Parker, ed è rimasto la figura più importante nel jazz, per me. Oggi non ascolto frequentemente jazz ma devo dire che sono rimasto legato all'epoca di Parker. Dopo ho fatto altre cose. Sono stato tentato di partecipare spesso al Festival jazz di Chiasso ma poi per un motivo o per l'altro non ci vado mai. Il jazz di oggi, se posso dirlo, in qualche modo mi annoia un po' ma non lo disprezzo certamente. Se devo fare un para-



Nella foto un bel ritratto del poeta ticinese tratto dal documentario di Elvira Dones "Alberto Nessi: fiori d'ombra" (RSI)

gone è come certa poesia moderna che, anche quella, mi annoia un po'. Bisogna dire che il mondo del jazz nei nostri tempi era piuttosto variegato. Si potevano trovare musicisti come Harry James o Frank Sinatra, che comunque non rispecchiavano le nostre aspettative di una musica grintosa e con una carica di protesta. Si può dire che i miei gusti rimangono uguali, sia per quello che riguarda la poesia sia che per quello che riguarda la musica. Lo stesso Armstrong ha avuto una carriera che ha avuto due fasi, e noi abbiamo sempre apprezzato il primo Armstrong, quello che suonava con Bessie Smith, e meno il secondo, quello del successo commerciale.

Più in generale, si combinano in qualche modo la tua passione per la musica e la tua attività letteraria? Le senti affini in qualche aspetto?

Se leggi il racconto "Ritrovarsi", pubblicato in "Fiori d'ombra" c'è un personaggio soprannominato Nick La Rocca, che è tratto dalla storia del jazz e entra direttamente nella mia narrazione. Mi è capitato quindi spesso di utilizzare la mia passione giovanile per il jazz come elemento della mia scrittura. Puoi trovarne degli accenni molto importanti in "Tutti discendono" e anche in "Fiori d'ombra" a pagina 102, c'è un'allusione alla tromba di Miles Davis. Qui è interessante perché il suono di quella tromba fa da contrappunto alle pive di Natale. Se vuoi trovare un altro elemento poetico del jazz entrato nella mia poesia puoi leggere "Luci di inverno" nel libro "Il colore della malva" dove c'è un verso che parla di un brano di Parker che si chiama "Un poco loco".

Il colore della malva, Luci d'inverno, p.53:
2

Adesso sono nell'età che l'asfalto
dov'è Proibito qualsiasi gioco
Si trasforma in un luogo di visioni:
qui Charlie Parker suona *Un poco loco*

e nella scarpata viola le scorie
della notte diventano storie
lette nei libri, il catarro
sputato dal fattorino che va in dogana

una forsizia fuori stagione.
Io conosco la figlia d'un ferroviere.
Il nostro albergo sta nel sottoscala.
Bruciano le nostre mani come neve.

essere più precisi, che la nebbia fruga il sottobosco ai limiti dei casoni come la tromba di Miles Davis fruga nei toni bassi prima di lanciarsi alla conquista del cielo, aveva visto, là tra le scansie già cariche di alberelli di Natale - o tra poco le pive, le pive! - aveva visto d'improvviso un mascherone di sesso femminile con occhiali da sole e un grande uovo di cenere in testa. Un uovo che

si aggirava come una persona tra le merci. Un uovo cotonato».

Fiori d'ombra, Ritrovarsi, p. 8:

«Noi tenevamo gli strumenti della nostra arte in un grotto abbandonato dai formaggini, ma nessuno sapeva suonare: solo l'Elia, quello che piaceva alle ragazze, pestava un po' il tamburo e

il piatto della batteria. Io avevo un trombone d'inizio secolo, dissepolto dalle macerie del solaio e restaurato applicando un elastico intorno a un tasto che non rispondeva più ai comandi dei polpastrelli e Nick soffiava nel pettine coperto dalla carta velina, uno strumento degli albori dell'età del jazz, che doveva aver suonato anche Nick La Rocca sui battelli di New Orleans.»

Buon compleanno *Bird*

Una "chiacchierata" con Charlie Parker in occasione del suo centesimo anniversario

di Graziano Ruggieri e Max Pizio

Qualcuno ha detto che la musica classica è un Tempio e il jazz la Strada. Sentite questa: "La vita è come il jazz, riesce meglio quando c'è un po' d'improvvisazione". È di George Gershwin, uno che ha composto pagine di bellezza della cosiddetta musica colta e che per questo, sotto il Tempio della Musica rimarrà per sempre. Portiamo la mano al petto. Deferente intermezzo chiuso, ma era dovuto. Ma si dà il caso, che di queste due battute vogliamo testare la consistenza, vedere se possiamo farne un sillogismo che mantiene una sua logica. Lo spunto? La biografia di un jazzista illustre. Charlie Parker il 29 agosto avrebbe compiuto cento anni. Invero non arrivò manco ai quaranta, ma poco più che ventenne, gli riuscì di rivoluzionare il modo di suonare il sassofono e la musica jazz.

Fino all'avvento del suo genio, il jazz era fatto per lo più di scanzonati ritmi Dixieland e Ragtime, oppure, nell'era delle Big Band, delle melodie raffinate di ballate swing. Un titolo per tutte: *Moonlight Serenade* di Glenn Miller per intenderci. Fu il repertorio musicale della gioventù di quella generazione che aveva fra i 20 e i 30 anni quando scoppiò la seconda Guerra mondiale e che, subito dopo, fu seguita dalla Beat Generation. Forse anche chi ci sta leggendo, quei ritmi li ha ascoltati e ballati nei dancing più à la page.

La strada, la vita, il jazz

Riprendiamo le premesse e proviamo a farlo 'sto ragionamento: se il jazz è la strada e la vita è come il jazz, allora la strada è la cassa di risonanza in cui la vita interpreta il nostro assolo jazz. *Wow! Sounds good...* non male. E allora metti che tuo padre è un artista di operetta che ti abbandona appena vieni al mondo. Lo spartito della tua vita inizia in tonalità minore sì, ma tu sei nato in una città dove la strada risuona di jazz giorno e notte, condizione non data a tutti e non per tutte le sensibilità. Cresci con i ritmi *swing* di Kansas City, le composizioni di George Gershwin, Fats Waller, Duke Ellington, Hoagy Carmichael. Il *blues*, il *ragtime* sono la colonna sonora della 12esima e 18esima strada e nei loro *jazz club*, i migliori strumentisti si esibiscono in *jam* che inchiodano la gente tutte le sere fino all'alba. In città, la banda scolastica fa da oratorio e a te tocca il sousafono. Strumento e contesto così scolastico, che non fanno il binomio magico che accenderà il tuo entusiasmo, ma compiuti i quattordici anni, dopo un breve intermezzo a soffiare nel baritono, tua madre, che ti ha capito nel profondo e si è divertita ad ascoltarti, ti mette nelle mani un sassofono contralto. Centro. Stessa famiglia, ma con quello ti eserciterai fino a quindici ore al giorno. È così che



Charlie Parker nel 1947.
Foto William P. Gottlieb.

ci piace pensare. Che sia stata l'umile donna che sbarcava il lunario facendo le pulizie, a intuire il codice inespresso che portavi nell'anima. Bastava decodificarlo e Charlie avrebbe steso le ali per iniziare il suo volo nel firmamento della musica jazz. Il Parker che diventerà "Bird" è già un giovane talentuoso a 17 anni. Con le orchestre più in vista calca i palchi dei club della città. La paga? 1 dollaro e 25 centesimi per serata, ma anche gli affermati come il pianista Count Basie non ne prendevano tanti di più. A 21 anni, assieme all'orchestra di Jay McShann sbarcò a New York City.

Si aprono i palchi dei grandi club: il Minton's e poi del Monroe's. Iniziano i tempi delle nottate da dissipazione progressiva, però passate a suonare con la crema dei musicisti sulla scena: Art Blakey, Dexter Gordon, Sarah Vaughan, Miles Davis. Personaggi il cui talento individuale sconcertava, certamente, ma delle armonie stereotipate della colonna sonora che faceva a tutti voi da sfondo, tu proprio cominciavi ad averne a noia. Se lo stile che suonavi a Kansas City si richiamava di più alle radici del Blues, quello Newyorkese, era più swing, più urbano, ma tu non smettevi di dirti «*ci deve essere qualcos'altro da fare*», per far sviluppare le radici del jazz. L'anima anelava a qualcosa di più audace, spericolato nel ritmo, creativo nell'improvvisazione, ma niente, non riuscivi a scovarlo quel qualcosa.

L'illuminazione arriva una sera. Stai riprovando e improvvisando ossessivamente «fino alla nausea» – come tu stesso dirai – sul brano di Ray Noble *Cherokee*. Sei alla ricerca di nuove linee melodiche che sfruttano gli intervalli più alti degli accordi... ed ecco, che appoggiandoli su armonie coerenti, di colpo prendi coscienza che stai suonando quello per il quale il tuo demone musicale scalpitava da tempo. Hai soltanto 25 anni. Quello slancio rianima te e la vita della tua strada, perché senza che tu lo sapessi, è da quell'incrocio, che parte la rivoluzione moderna della musica Jazz.

Andar per parchi? Divertissement d'artista

Ko Ko. Due sillabe identiche che diventano il titolo di un disco. Ma cosa ti fece scegliere un titolo così? La casualità, uno scherzo o fu un'intenzione premeditata? Non lo sappiamo con certezza, ma proprio a noi, per assonanza, ricorda il nostro "Tschì tschì co cò". L'inizio di una filastrocca per bambini e ci fa pensare al verso di un noto volatile da cortile che zampetta verso il beccime. Non è certo un caso che *Bird* diventò il tuo nomignolo, perché per gli uccelli, e questo lo sappiamo per certo, avevi una passione dichiarata. Invero anche per il pollo fritto. Coerente con questa passione, pare che amassi andare a esercitarti in mezzo al verde dei giardini pubblici. Ci figuriamo mattine tiepide di primaverae metropolitane mentre ti infili in un parco alla ricerca di un posto tranquillo. Sotto le fronde stai col viso all'insù e l'orecchio teso, già allenato a distinguere i virtuosismi di quei concerti "open air". Un attimo di contemplazione prima dell'attacco. Concentrato ascolti le strofe corte, i controcanti distinguibili e poi parti con il tuo assolo. Precisione metrica e velocità per riprodurre quei motivi a ritmi vertiginosi. Forse con quei cinguettii frivoli e giocosi, nasceva un serrato confronto canoro.

Catalogo d'ornitologia musicale

In *Ko Ko*, come in altri tuoi brani, sembra proprio di ascoltarle quelle squillanti strofe. "Tiriridi tiriridi" riproduzione pregevole di botte e risposte da maratona musicale scritte con le regole e i ritmi dei custodi del verde metropolitano. Là in mezzo, lontano da tutto, dalle frustrazioni, dalle attese dei colleghi e da quelle degli agenti artistici. *Ko Ko* verrà incisa a New York nel 1945. In sala con te una formazione da brivido: Miles Davis, giovanissimo alla tromba, Dizzie Gillespie al pianoforte, Curly Russel al contrabbasso e Max Roach alla batteria. Proprio non si poteva spreca-la st'occasione. Così *Billie Bounce*, *Now's The Time*, *Warming Up a Riff*, *Meandering e Thriving on a Riff* sono le altre celeberrime composizioni che finiranno in quell'incisione. Non per dire, ma è tanta roba la carta d'identità del *bebop*. Ma questo però non lo sai. Nel 2002, la biblioteca del Congresso degli Stati Uniti inserirà la tua prima registrazione di *Ko Ko* nella fonoteca nazionale. Guarda caso a futura memoria, ma per celebrare dal vivo pezzi come *Ornithology*, *Yardbird Suite*, *Bird of Paradise*, *Chasin' the Bird*, che noi ci pre-giamo scherzosamente di definire "Il catalogo musicale del sassofonista ornitologo", nel dicembre del 1949, all'angolo con la cinquantaduesima di Broadway aprirà il *Birdland* il "paese degli uccelli". Per i successivi decenni rimarrà uno dei più blasonati club della scena jazzistica mondiale. La tua carriera è già più che celebrata e il tuo volo può proseguire verso altre mete.

Fermiamoci un attimo, perché fin qui, almeno per quanto ti riguarda, la strada come metafora del jazz regge e la vita che ci ha messo tutto il suo per fornirti scena e migliori condizioni d'interpretazione, è stata anche generosa, non credi?

Dispiaceri alcool e eroina

La strada può essere movimento vitale, musica, illuminazioni e via per il successo, ma anche confronto duro stridente e penoso. Se ha interpretato superbamente la geniale vita del *jazzman*, non ti ha evitato lo sregolato resto dell'esistenza. I particolari non ci interessano, perché come molti artisti, non solo della tua epoca, quando la fama ti raggiunge, ti recapita spesso fatture salate e prende in ostaggio i tuoi demoni nascosti: ricordi del passato familiare, le relazioni difficili, i lutti più strazianti. L'alcool, l'eroina non bastano per sedarli e le donne a consolare i momenti tormentati.

Accade spesso. Sempre con lo stesso copione. Fu a Los Angeles nel 1946 quando fu il turno tuo. I nervi cedettero platealmente e a 35 anni, si aprirono le porte dell'ospedale psichiatrico. Il soggiorno al *Camarillo State Mental Hospital* ti ispirerà un altro brano famoso: *Relaxin 'at Camarillo*. Forse il titolo diceva al mondo che quel mirabile uccello si era posato per un attimo di riposo prima di riprendere il suo leggendario volo. Ci sperava almeno, ma la salute fisica e mentale sono già irrimediabilmente devastate e di soldi non ce ne sono più. Quando sei al culmine della disperazione e con due tentativi di suicidio alle spalle, sarà l'amica "Nica", la Baronessa Pannonica di Koenigswarter, a ospitarti nel suo appartamento di New York. Dovresti farti ospedalizzare, ma rifiuti.

Ti addormenta la polmonite, il 12 marzo 1955. Soltanto una settimana prima ti eri esibito al *Birdland*: fiasco totale. Sipario chiuso e fine del canto di un uccello che echeggerà per sempre nella Storia della jazz. Se amate gli uccelli e il loro canti, vi potrebbe capitare di andar per parchi. La prossima volta sedetevi su una panchina posta in un luogo tranquillo e prima di spargere le briciole del pane tendete l'orecchio un momneto. Sentite quei trilli? *Bird lives*.

Come Parker stregò Stravinsky

Sarà proprio con il brano *Ko Ko* che Parker cercherà di "impressionare", con successo peraltro, la celeberrima figura di Igor Stravinsky (compositore e direttore d'orchestra russo, 1882-1971). Come? Ve lo racconteremo nell'edizione di dicembre di *terzaetà*.

Qui basti ricordare che in quell'epoca una piccola parte (molto esigua) dei jazzisti curiosi e intenzionati come Parker ad approfondire il proprio bagaglio sonoro, era dedita allo studio delle partiture della letteratura classica, anche non propriamente trascritta per il proprio strumento. È il caso, per esempio, del celebre pianista americano Bill Evans, nella cui casa echeggiavano Chopin e Rachmaninov. Nel caso di Parker, invece, le sequenze de "L'uccello di fuoco" di Stravinsky.

Werefkin e Jawlensky al Museo d'arte Ascona

di Claudio Guarda

Nelle prossime settimane il Museo d'arte Moderna di Ascona aprirà un'importante retrospettiva in cui «per la prima volta verranno messe a confronto opere di Alexej Jawlensky (1864-1941) e di Marianne Werefkin (1860-1938): artisti che, individualmente e in coppia, hanno dato un contributo fondamentale allo sviluppo dell'arte nel primo Novecento.» Così ci dice la direttrice Mara Folini, la quale precisa che «*si tratta della terza e ultima tappa di una rassegna cui hanno collaborato due delle maggiori istituzioni tedesche per l'arte espressionista, lo Städtische Museum im Lenbachhaus di Monaco e il Museum Wiesbaden, e che è già stata esposta nelle loro sedi.*» Adesso approda ad Ascona, e la cosa non stupisce visto che proprio il Museo di Ascona ospita la Fondazione Werefkin, vale a dire la più ricca collezione dell'artista cui si accompagnano schizzi, fotografie, libretti, quaderni, lettere, mentre a Locarno c'è l'Archivio Jawlensky, curato dalla nipote dell'artista: due enti che hanno contribuito fin dall'inizio alla riuscita dell'impresa.

Se l'ultima volta che ho scritto su questa rivista mi è bastata una "cartolina" da Le Havre, questa volta ci vorrebbe un romanzo in più parti per poter contestualizzare protagonisti e vicende connessi alla rassegna asconese. Le delinea per sommi capi – due introduttive di natura prevalentemente biografico-storica; le due altre di natura critico-artistica – avvalendomi pure del comunicato del museo così da tracciare alcune linee direttrici utili per leggere la mostra.

1. Chi erano questi artisti che si innamorano e dalla Russia zarista approdano a Monaco per confrontarsi con la modernità? Che formazione avevano? Che rapporto c'era tra loro? Ebbene,

“il rapporto estremamente complesso che ha legato Alexei Jawlensky e Marianne Werefkin si è sviluppato tra il 1892 e il 1921, dagli esordi a San Pietroburgo, a Monaco di Baviera (1896), città che li vide al centro del dibattito artistico internazionale dell'epoca, come fondatori della Nuova Associazione degli Artisti di Monaco (1909), premessa alla nascita del Blaue Reiter (1910) e della rivoluzionaria arte astratta del loro amico e compatriota Vassilij Kandinsky. A interromperlo fu il progressivo guastarsi del rapporto tra i due, dovuto all'ingresso di un'altra donna, la loro domestica Helena Nesnakomova, con la quale Jawlensky aveva intessuto una relazione amorosa e dalla quale nacque nel 1902 il figlio Andreas; a questo si aggiunse la scelta di Jawlensky di perseguire una nuova strada artistica.” Si separeranno definitivamente dopo il loro arrivo ad Ascona.

2. Perché, quando scoppia la guerra e sono costretti a lasciare la Germania fuggono in Svizzera ed arrivano poi proprio Ascona? E non saranno gli unici: basti pensare all'americano Gordon Mc Couch, anche lui residente a Monaco e approdato con la moglie sulle rive del Verbano, oppure al pittore rumeno Arthur Segal. Ci si innesta qui sulle vicende di un piccolo povero borgo di pescatori baciato da una solarità mediterranea che di colpo, senza suo merito, grazie agli anarchici del Monte Verità, viene poi a trovarsi al centro di un intricato sistema di fili che lo collegano a Zurigo, Monaco, Berlino. Una storia per certi versi unica, un patrimonio da salvaguardare.

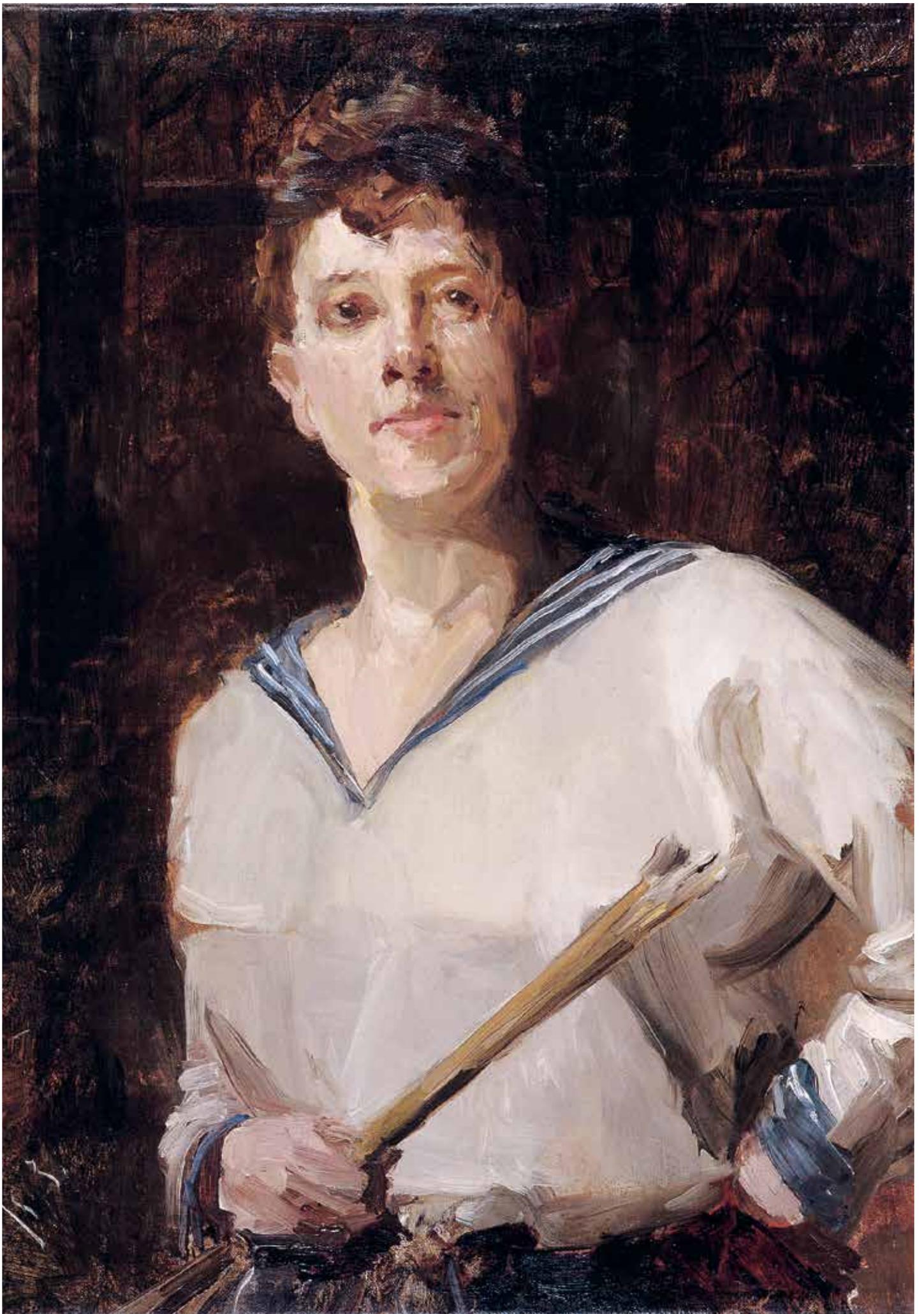
3. Quali gli obiettivi della rassegna? “Per la prima volta in modo così esaustivo, i due artisti russi sono presentati insieme, con più di 100 opere tra

A destra:
Marianne Werefkin, *Auto-
ritratto*, 1893, Olio su tela,
Sotto a sinistra:

Marianne Werefkin,
La strada di campagna,
1907, *Tempera su carta
incollata su cartone*
Entrambe i quadri sono
della Fondazione Ma-
rienne Werefkin, Museo
Comunale d'Arte Mo-
derna, Ascona

Sotto a destra:
Marianne Werefkin, *Auto-
ritratto*, 1910 circa, *Tem-
pera e polvere metallica su
carta incollata su cartone*,
Monaco, *Städtische Gale-
rie im Lenbachhaus und
Kunstbau München*







L'agricoltore Elmiger controlla le cipolle Naturaplan

Naturale.

Perché è naturale prendersi cura dell'ambiente e delle sue risorse. Qui e in ogni altra parte del mondo.

Giusto.

Perché è giusto trattare la natura e i suoi prodotti con rispetto e agire in modo sostenibile.

Buono.

Perché è una cosa buona farsi del bene senza avere rimorsi di coscienza, in armonia con la natura.

naturaplan



Naturale. Giusto. Buono.

coop

Per me e per te.



le loro più significative, testimoni di 30 anni di vita comune. La mostra mette in evidenza tutte le fasi dei due artisti, iniziando dalle opere ancora realiste in Russia, a quelle della maturità sempre più espressioniste a Monaco, fino a quelle tarde degli anni d'esilio in Svizzera che testimoniano la scelta astratta di Jawlensky, che approfondirà drasticamente a Wiesbaden, e quella sempre più visionaria, intensa e aneddotica di Werefkin ad Ascona, sua ultima patria di elezione."

4. Quali le conclusioni? Come funzionava il rapporto per quanto concerne l'arte all'interno della coppia? A chi guardavano? Cosa ci dicono in merito le loro opere ed eventualmente scritti e testimonianze? Siamo al punto nodale. Si tratta di cogliere le movenze interne di questo "complesso loro rapporto d'arte e d'amore", tanto che a un certo punto la "Werefkin smette di dipingere e, invece d'inseguire una personale gloria artistica, si dedica alla promozione del talento di Jawlensky assumendo un ruolo di guida" non solo nei confronti suoi, ma anche per rapporto al movimento espressionista monacense e "della rivoluzionaria arte astratta del loro amico e compatriota Vassilj Kandinsky, alla quale seppe dare fondamento teorico con i suoi scritti." È un'affermazione di peso. Finché vissero insieme "i due sono stati molto più di una semplice coppia d'artisti, profondamente connessi dal punto di vista emotivo: sembravano dipendenti l'uno dall'altra, compagni di vita, legati in una "relazione d'amore eroticamente platonica" (com'ebbe modo di sottolineare Lily, la moglie di Paul Klee), che in realtà nascondeva il disagio di una donna che, pur di affermarsi in un mondo declinato al maschile, decise di reprimere la sua femminilità in nome dell'arte come missione."

A partire dal 1906 la Werefkin tornerà a dipingere. Sono dipinti "che dimostrano quanto Ma-

rienne Werefkin fosse l'antesignana di quel nuovo linguaggio espressionista che prende forma, fin dal 1907, nelle sue opere e nei suoi numerosissimi quanto febbrili schizzi, e che porta come suo contributo nei fertili soggiorni di Murnau (1908, 1909), cittadina delle Prealpi bavaresi, ricordati dalla critica come i più significativi per la svolta astratta di Kandinsky." Si tratta di una pittura a tempera già scevra da stilemi post-impressionisti alla Van Gogh (ancora presenti invece nella pittura di Jawlensky e in quella degli amici Kandinsky e Münter), e che si richiama invece a Gauguin e ai Nabis. Era l'indicazione di un diverso orientamento – di natura più emozionale e visionaria – che avrebbe poi suggestionato non pochi artisti, a cominciare dagli amici russi per via di quel loro radicato misticismo ortodosso.

Come testimoniano i suoi scritti, anche la Werefkin era concettualmente approdata all'astrazione, ma la rifiuta in quanto la ritiene elitaria e staccata dalla vita, lontana da quell'intento anche pedagogico e morale dell'arte che – lei che era baronessa sotto lo zar e adesso ha perso tutto – continua a voler condividere con il 'popolo'. Per questo inseguirà le suggestioni di colori e forme decisamente alterati quando non antinaturalistici funzionali a una pittura che vuol essere risonanza per l'anima, non di rado dalle opprimenti atmosfere o scenari visionari, grazie all'uso sapiente dell'à plat e del cloisonné, nella scia di Gauguin e poi dei Nabis. Jawlensky cambierà invece rotta pur senza tradire se stesso e la sua anima russa, e si orienterà verso un'astrazione lirica con la serie delle teste colorate che sublimerà in quelle Mistiche (dal 1914), e poi in quelle più radicali, perentorie croci buie della sua tarda produzione a Wiesbaden (1921-1938), dove si era trasferito nel 1921, abbandonando la Werefkin ad Ascona.

Sopra a sinistra:

Alexej Jawlensky, Testa Mistica: Meditazione, 1918, Olio su cartone, Monaco, Städtische Galerie im Lenbachhaus und Kunstbau München

A destra:

Alexej Jawlensky, Sera d'estate a Murnau, 1908-09, Olio su cartone, Monaco, Städtische Galerie im Lenbachhaus und Kunstbau München

La retrospettiva dedicata a Marianne Werefkin e Alexej Jawlensky sarà aperta al pubblico dal 20 settembre 2020 al 10 gennaio 2021. Per maggiori informazioni consultare il sito del Museo d'arte moderna di Ascona: museoascona.ch



Il volo tra realtà e utopia

di Adriana Rigamonti

Oskar Bider: chi sarà mai? L'ho scoperto leggendo un articolo pubblicato sul Corriere del Ticino il 7 luglio del 2019. Amici lettori, vediamo dunque di conoscere la sua vicenda, ricca di straordinarie imprese aviatorie.

Pensate che, nel gennaio 1913, Oskar fu il primo pilota ad attraversare i Pirenei, a bordo di un Blériot: era un monoplano ideato dall'industriale francese Louis Blériot e completato con un motore il cui progettista, Alessandro Anzani, era di origini italiane. Lo stesso anno, in luglio, l'aviatore svizzero attraversò le Alpi partendo da Berna e giungendo sano e salvo fino a Milano. Da lì tornò in patria passando tra due delle più affascinanti vette elvetiche: il Mönch e la Jungfrau.

Dicembre 1913: nuovo super volo, questa volta da Parigi a Berna: più di quattro ore lontano dalla madre terra, in un ambiente ancora molto misterioso esplorato solo da mongolfiere e da piccoli aerei. Qualche mese dopo, per la precisione nell'aprile del 1914, per la prima volta nella storia Oskar accompagnò alcuni passeggeri in volo sopra la catena alpina.

Ma ahimè, fosche nubi si addensavano sull'Europa: il 28 luglio 1914 l'Impero Austro-Ungarico dichiarò guerra alla Serbia dando il via al primo conflitto mondiale. Bider si arruolò nell'aviazione militare svizzera, mettendo a disposizione il suo aereo privato. La nostra flotta aerea era allora composta da otto apparecchi: Oskar, appena ventitreenne, ne divenne comandante e istruttore capo.

Finita la guerra tornò alla vita civile e, assieme ad alcuni amici, fondò una piccola compagnia alla quale diede il nome di "Ad Astra". Ma forse a quei tempi i voli turistici o d'affari erano considerati poco affidabili: in breve l'impresa si trovò in difficoltà.

Oskar morì il 7 luglio 1919, precipitando mentre sorvolava l'aeroporto di Dübendorf. Il 10 luglio un aviatore in volo ne fotografò il corteo funebre, rivelandosi il primo fotoreporter aereo della storia.

Bibliografia: www.bluewin.ch/it/attualita

Non diventiamo schiavi delle competenze

di Ilario Lodi*

Recentemente ho avuto il piacere di rileggere un saggio che ho avuto tra le mani alcuni anni fa, ai tempi della scuola. Lo scritto tratta di temi legati alla quotidianità, fatta però – e questa sembrerebbe quasi, in un certo senso, una novità – di collettività e non solo ed esclusivamente di individualità (che è uno dei risultati della competitività spinta ai massimi livelli). Si va avanti solo se tutti sono messi nelle condizioni di farlo, senza lasciare nessuno indietro. E mi è subito saltato all'occhio un segno a matita posto su una delle primissime pagine dove si dice che uno dei maggiori pericoli è quello di divenire schiavi delle proprie competenze. Certamente, poiché se un giovane oggi viene considerato unicamente per quello che sa fare prima ancora per quello che è (e non sembra che ci siano dubbi al proposito), allora la sua identità – quella vera, profonda, autentica, fatta di esperienze che si stratificano una sopra l'altra all'interno del suo profilo di coscienza in divenire – passa in secondo piano poiché viene privilegiata unicamente quella parte della sua persona che è riassumibile con l'elenco delle certificazioni che vari istituti di formazione continua hanno rilasciato.

Che ne è del giovane? E della persona che vuole diventare? Se i nostri ragazzi si ritrovano a poter giocare la loro parte quasi esclusivamente sulla scorta di quello che sanno fare (o, magari, solo perché hanno delle competenze), ecco che rischiano di perdere di vista il senso complessivo di ciò che stanno facendo. E per evitarlo ci vuole qualcuno che, sulla scorta della propria decennale esperienza, in una prospettiva da sopra, dall'alto, gli consenta di confrontarsi continuamente con ciò che sta facendo e di ragionarci su, non solo intermini tecnici, ma anche esistenziali.

*Direttore Pro Juventute Regione Svizzera italiana





Chi paga i danni per l'ingiusta carcerazione?

di Emanuela Colombo Epiney, avvocato

"A" ha denunciato penalmente "B" l'11 gennaio 2015 per violenza carnale, coazione e minaccia. "B" è stato posto in carcere preventivo per 43 giorni. La Corte delle assise criminali ha proscioltolo il 18 gennaio 2018 "B" da tutte le accuse, ha accolto limitatamente a fr. 1'000.- le sue richieste di indennizzo per ingiusto procedimento (sui fr. 8'600.- richiesti) e ha posto a carico dello Stato le spese per la difesa d'ufficio dell'imputato. "B" ha poi promosso una causa civile nei confronti di "A", chiedendole il versamento di fr. 17'600.- per il danno derivatogli dalle "false accuse".

Secondo "B" la cifra comprendeva la differenza tra quanto riconosciuto dalla Corte delle assise criminali e quello che aveva richiesto, oltre a fr. 10'000.- per torto morale. Il Pretore al quale si è rivolto "B" si è dichiarato incompetente per materia, poiché le pretese d'indennizzo in seguito a un'assoluzione in sede penale possono essere fatte valere solo davanti all'autorità penale.

"B" si è rivolto alla Seconda Camera civile del Tribunale d'appello, facendo valere che le sue pretese erano fondate sugli articoli 41 e 40 del Codice delle obbligazioni (responsabilità civile per atto illecito). I giudici d'appello hanno confermato la decisione del Pretore. Le pretese di risarcimento dei danni pecuniari patiti e del torto morale derivanti da una procedura penale possono, infatti, essere fatte valere solo nei confronti della Confederazione o dei Cantoni e solo nel procedimento penale stesso, sulla base delle norme del Codice di procedura penale federale (CPP), di natura esclusiva. Non si può far valere in sede civile un credito residuo in base alle norme sulla responsabilità civile, né per coprire l'integralità dei costi e danni non riconosciuti dall'autorità penale né per avviare a una dimenticanza della parte nel procedimento penale.

Lo Stato, dal canto suo, ha la facoltà di esercitare un regresso nei confronti delle persone che per dolo o negligenza grave hanno provocato l'apertura del procedimento, lo hanno notevolmente ostacolato o hanno provocato una decisione annullata poi in sede di revisione.

Io e la mascherina

l'Ago d'ago

Premetto che io con le maschere ho sempre avuto un rapporto problematico.

Già a carnevale non ne ho mai indossata una fidandomi forse troppo del mio aspetto estetico che aveva un suo perché. Mi lasciavo invece facilmente indurre in tentazioni da mascherine intriganti sovrastanti un corpo di sicuro interesse e da occhi che promettevano una serata di grande godimento. E lì ti lasciavi andare a complimenti esagerati senza indagare troppo sul livello linguistico e contenutistico dell'interloquitrice. Poi veniva il momento della resa dei conti. La presunta bella si toglieva la maschera ed oltre alla delusione procurata dal naso aquilino, dalla bocca di larghezza perlomeno eccessiva e dalle orecchie in grado di captare Radio Maria, scoprivi di colpo che i discorsi che faceva erano decisamente troppo banali.

Quindi venne il militare, la scuola reclute, la maschera antigas. Un aggeggio che definire di tortura è voler parlarne bene. Sfido chiunque a correre anche solo per dieci metri con quel coso di gomma appiccicato alla pelle dalla fronte fino al collo, madido di sudore e che non ti fa respirare. Per fortuna un mio collega (non mi piace usare la parola "camerata") mi insegnò che introducendo un bastoncino nella valvola si poteva prendere fiato senza che un graduato se ne accorgesse. Poi una volta liberarono veramente del gas e si potè assistere alla fuga disperata di un'intera compagnia.

Ora c'è la mascherina anti-Covid. È importantissimo indossarla soprattutto negli spazi chiusi. Faccio una fatica enorme, ma la metto. D'estate è uno spasso. Incontri gente con la mascherina, gli occhiali da sole ed un cappellino. "Ciao, come la va?" "Ciao, mia maa e ti?" e intanto cerchi di indovinare chi potrebbe essere. Lui capisce e si toglie il cappellino, niente. Si toglie gli occhiali, niente. Si toglie la mascherina e lì capisci che è lui che si è sbagliato e ti chiede scusa. Se piove all'improvviso indossi quegli impermeabili di plastica che hai in macchina e che coprono l'intero corpo, dalla testa ai piedi. Con la mascherina sembri un'araba in burqa. Ti ferma un poliziotto per farti la multa che protesti immediatamente perché scambiarti per un'araba è anche offensivo. Ho fattezze prevalentemente maschili, la voce baritonale e le scarpe chiodate. Non pago la multa e mi rivolgerò di sicuro al tribunale dell'Aia.



protagonisti

Paracelso, l'inventore della moderna medicina

di Franco Celio

Paracelso, nato ad Einsiedeln nel 1493, discendente dalla nobile famiglia von Hohenheim di Svevia, che gli diede una sfilza di nomi (secondo l'uso del tempo) per assicurargli la protezione di numerosi santi: Filippo, Teofrasto, Aurelio, Bombasto, fu uno dei



personaggi più celebri e polivalenti dell'Europa della sua epoca. Fu infatti medico, chirurgo, astrologo, mago, alchimista, filosofo, teologo e scrittore. Nell'uso della lingua corrente, anticipò perfino Lutero (considerato l'inventore della lingua tedesca moderna).

Come medico-chirurgo, teorizzò l'influsso delle forze naturali sull'organismo. Come teologo teorizzò il Grande Cosmo ("die Grosse All"), formato dalla natura e dal Regno di Dio, abbinando la fede cristiana alla pratica dell'alchimia, ciò che nei secoli successivi portò allo sviluppo della chimica moderna. Al riguardo, egli si rifà alla teoria dei Quattro Elementi (terra, acqua, aria e fuoco) e dei Tre Principi della materia (mercurio, zolfo e sale), nell'ambito di quella "magia naturale" propria del Rinascimento. Teorizzò pure per primo l'utilizzazione di prodotti chimici nella cura delle malattie. Fu insomma l'iniziatore della medicina moderna, contrapposta a quella tradizionale, impregnata di concezioni non dissimili dalla medicina cinese o indiana.

Nell'immediato, le sue teorie non ebbero infatti seguito. Fu solo più tardi che la sua immensa produzione di scritti cominciò ad essere letta e studiata dai medici umanisti. Anticipò cioè quell'evoluzione della medicina attuata poi dal Lavoisier a fine Settecento.

Giramondo

Nato, come detto, nella Svizzera centrale, all'età di 9 anni la sua famiglia si trasferì a Villach, luogo d'incontro fra Austria, Slovenia, Friuli e Repubblica di Venezia. È proprio a Venezia ch'egli inizia la sua "carriera" di giramondo, che lo porterà successivamente, come chirurgo al seguito di vari eserciti, in diverse parti d'Europa (a Napoli, a Ferrara, in Inghilterra, in Prussia, in Danimarca, in Olanda, in Polonia, in Lituania, in Boemia, ecc.) senza che sia possibile datare esattamente gli spostamenti.

Ha un momento di tregua nel 1524-25 a Salisburgo, centro amministrativo di un importante arcivescovo, dove si inizia lo studio della teologia, contestando l'idolatria religiosa allora diffusa. In seguito si trasferisce a Basilea, dove studia medicina. Si trasferisce quindi di nuovo, questa volta nel Ducato di Baden, dove acquisisce una certa notorietà come medico del Duca locale ("margravio"), sofferente di disturbi gastro-intestinali. Più tardi ancora si trasferisce a Strasburgo, dove acquisisce la cittadinanza ed entra in contatto con Erasmo da Rotterdam, con il quale pubblica alcuni scritti per la riforma della Chiesa. Obbligato a lasciare la città, nel 1527-28, riprende la vita errante tra Svizzera (Einsiedeln, Pfäfers, San Gallo ecc.), Germania (Costanza, Norimberga, Regensburg...) e Austria, dove morirà, nel 1541 a Salisburgo, non ancora cinquantenne.

fra le pagine



a cura di
Elena Cereghetti

PARLIAMO DI...

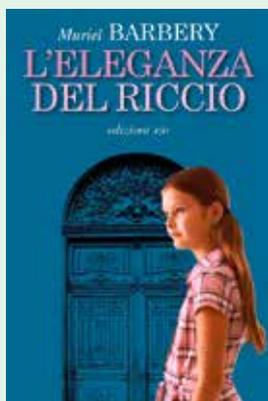
Letteratura e di incipit di romanzi, alcuni dei quali emblematici al punto da appartenere alla memoria collettiva. Le prime frasi di un racconto sono spesso destinate a imprimeri nella mente del lettore, vuoi per la loro capacità di catturarne subito l'attenzione, vuoi per le verità assolute che veicolano oppure ancora per l'immediato risalto dato al tema che si rivelerà centrale nell'opera. Basterebbe ricordare l'inizio di Anna Karenina (1877) dell'autore russo Lev Tolstoj: «*Tutte le famiglie felici si assomigliano tra loro, ogni famiglia infelice è infelice a suo modo*». Un inizio programmatico, in quanto suggerisce in modo esplicito il soggetto del narrare, ma pure provocatorio, perché si può essere d'accordo con questa affermazione oppure dissentire. Non a caso Amos Oz farà dire alla protagonista de *La scatola nera* (1987): «*Allora con tutto il rispetto per Tolstoj ti dico che [...] non c'è una felicità che assomigli all'altra. E in quella felicità ciascuno ha impresso le proprie sofferenze e i torti subiti*». L'attenzione di scrittori, critici e lettori per l'incipit è nota, tant'è vero che esiste in merito una ricca letteratura, anche online. Così afferma, per esempio, l'autore di bestseller Stephen King: «*Quando sto per iniziare un libro, lo compongo a letto prima di addormentarmi. Sto lì sdraiato nel buio e penso. Provo a scrivere un paragrafo. Un paragrafo di apertura. E in un periodo di mesi o anche di anni, muovo le parole e le rimuovo finché non sono felice di quello che ho. Se riesco ad avere il primo paragrafo giusto, so che potrò scrivere il libro*» (in *Atlantic Monthly*, 2013).



Valérie Perrin

Cambiare l'acqua ai fiori
Roma, Edizioni e/o, 2018

Il romanzo di **Valérie Perrin**, *Cambiare l'acqua ai fiori* (vincitore del Prix Maison de la Presse 2018), inizia in modo insolito con una lunga serie di negazioni: «*I miei vicini non temono niente. Non hanno preoccupazioni, non si innamorano, non si mangiano le unghie, non credono al caso, non fanno promesse né rumore, [...] Non leggono, non pagano le tasse, non fanno diete, non hanno preferenze, non cambiano idea, non si rifanno il letto, non fumano, [...]*». La ragione è subito chiarita, perché la protagonista e narratrice Violette Toussaint è guardiana di un cimitero in Borgogna e i suoi vicini sono i morti. Lei abita in una casa con due porte d'ingresso («*una dalla parte del cimitero e l'altra dalla parte della strada*») che fa da confine tra il territorio dei vivi e quello dei morti. Personaggio singolare con una vita fuori dal comune e segnata dalla tragedia, la donna nasconde sotto i vestiti scuri un tocco di colore; la sua esistenza apparentemente triste e monotona rivela invece un universo ricco e sorprendente, che solo pochi intuiscono e conoscono. Anche chi legge verrà preso per mano e introdotto nel suo mondo segreto, proprio come lei stessa fa con i visitatori guidandoli tra i vialetti del cimitero. Costruita su continui flashback e anticipazioni, che rendono la narrazione vivace e avvincente, la storia affascina senza però intristire il lettore, che si affeziona a Violette come se fosse una persona reale. Sapere ciò che ha salvato la protagonista dal dolore e dalla disperazione può aiutare a scoprire anche qualcosa di sé oppure a trovare una diversa chiave di lettura del mondo.



Muriel Barbery

L'eleganza del riccio
Roma, Edizioni e/o, 2006

Non è un caso che sul risvolto di copertina del libro di Perrin si faccia riferimento a Renée, portinaia di un condominio parigino dove è ambientata la storia narrata da **Muriel Barbery** in **L'eleganza del riccio** (2007), perché entrambe le protagoniste hanno imparato a celare la loro vera natura. L'immagine che Renée dà di sé ricalca lo stereotipo della portinaia sciatta, pigra, occupata nelle sue faccende quotidiane senza importanza. Tutta la sua energia sembra tesa a dissimulare la propria vera identità e il proprio mondo interiore. Ma nel locale dietro la guardiola si apre un altro universo, in cui coltivare interessi e passioni (arte, filosofia, musica classica, cinema e cultura giapponese), un luogo inaccessibile, sconosciuto a chi non può o non vuole vedere oltre l'apparenza. Vi sono ammessi solo l'acuta dodicenne Paloma e l'anziano stravagante Kakuro Ozu, con i quali stabilisce un rapporto di amicizia e segreta complicità. La scelta formale di alternare vari registri espressivi, per dare voce a personaggi diversi per età e cultura, si traduce in una narrazione agile dal tono divertito, che sa sorprendere e stupire.



Sandro Veronesi

Il Colibrì
Milano, La nave di Teseo, 2019

Dopo il suo romanzo d'esordio (*Per dove parte questo treno allegro*, 1988), **Sandro Veronesi** ha continuato a scrivere e pubblicare con successo di critica e di pubblico (Premio Campiello 2000 con *La forza del passato* e Premio Strega 2006 con *Caos calmo*). Nel 2019, con **Il colibrì**, vince per la seconda volta il Premio Strega. Il titolo del romanzo corrisponde al soprannome dato al protagonista Marco Carrera dalla madre, che ne ha definito la peculiarità. In comune col grazioso uccellino egli non ha solo la bellezza, ma soprattutto la velocità: come il colibrì batte rapidissimo le ali per restare fermo, così Marco sin da ragazzo cerca di non perdere mai i suoi punti di riferimento, anche se attorno a lui tutto muta rapidamente e a volte in modo tragico. Deve dunque confrontarsi con l'inevitabile, elaborare il dolore inaspettato e le perdite affettive, accettare punti di vista e scelte di vita che non gli appartengono. Riuscirà ad affrontare le prove e a superare gli ostacoli grazie alla presenza affettuosa della nipote, che gli apre nuove prospettive, spiragli attraverso i quali poter almeno in parte immaginare una società nuova, migliore e più autentica. Con l'ultima sua scelta, egli sembra dirci che l'unico modo per vivere con dignità, anche quando ci si avvicina alla fine della propria esistenza, è quello di stare pienamente nel presente, accanto alle persone che – pur in modo diverso – ci amano o ci hanno intensamente amato.

La salute del cuore: la scienza moderna conferma l'intuito degli antichi medici e filosofi

di Davide Girola e Graziano Ruggieri*

Come per molte vicende dell'essere umano, la saggezza degli antichi comprendeva anche suggerimenti per la salute che si sono poi rivelate delle verità anche per la moderna medicina.

Pitagora infatti scriveva: *"Neanche la salute del corpo è da trascurare ma e nel bere e nel mangiare e nella ginnastica si osservi: misura chiamo quella che non ti recherà molestia, avvezzi ad un regime di vita puro, senza mollezza, e guardati da fare tutto ciò che ingeneri rabbia"*.

Questo meraviglioso assunto di Pitagora contiene molti aspetti che la moderna medicina cardiologica suggerisce, vediamo quali.

Quanto bere e mangiare?

La cardiologia moderna si è molto dedicata agli aspetti nutrizionali, ed è la branca della medicina che più di altre ha volto lo sguardo verso i rimedi "naturali". La dieta mediterranea, senza eccedere nei carboidrati (pasta, riso, pane, dolci), è quella consigliata dai cardiologi, a maggior ragione quando integra una buona consumazione di frutta a guscio (30 grammi di noci al giorno), frutti di bosco e pesce azzurro perché contenente dei grassi "buoni" chiamati omega 3. Già negli anni ottanta si scoprì infatti che tra gli eskimesi, grandi consumatori di pesce, le malattie cardiovascolari non erano nemmeno conosciute e i livelli di colesterolo cattivo "LDL" erano bassissimi. A titolo di esempio, pensiamo che un uomo adulto, lavoratore, di 70 kg, dovrebbe assumere 2200 kcal con una quota prevalente di carboidrati pari al 55% e il rimanente della dieta costituita dal 25% di proteine (soprattutto pesce e legumi, con poca carne e uova) e da un 15% di grassi polinsaturi (olio extravergine di oliva), calorie che possono essere assunte in quota maggiore se pratica sport.

La quantità di acqua consigliata è direttamente dipendente dal fabbisogno e cambia spesso a seconda delle condizioni climatiche. In generale vanno bene due litri di acqua al giorno. La quantità di vino (rosso) permessa al giorno è esigua: mezzo bicchiere.

Quanta ginnastica, quale sport?

Pitagora anche per questo aveva ragione. Bisogna fare ginnastica (!), ma con una certa "misura". Ebbene, la scienza ha dimostrato che una giusta dose di ginnastica e sport riduce la mortalità – compresa quella dovuta alle malattie cardiovascolari – e riduce la recidiva di infarto o scompenso cardiaco. L'Organizzazione Mondiale della Sanità consiglia (anzi potremmo dire "prescrive") l'atti-



vità fisica regolare, almeno cinque sedute di esercizio alla settimana ad un'intensità moderata. Per una persona normale, non atleta, questo significa camminare velocemente per almeno 150 minuti totali la settimana con uno sforzo tale da avere una modesta sensazione di fatica respiratoria. Si può raggiungere lo stesso effetto con un programma di esercizi di tipo continuo – ma ad un'intensità maggiore – della durata di 75 minuti totali per settimana (corsa leggera, camminata intensa o bicicletta). Lo sport più sicuro per il cuore resta però l'atletica leggera, nello specifico proprio la corsa, perché costituita da sforzi moderati ma prolungati nel tempo. Non è un caso che tra i maratoneti ci siano meno casi di malattie cardiache, e questo significa che, in un certo senso l'essere umano è "programmato" per correre. Gli esercizi moderati ma prolungati come la corsa (va benissimo la camminata a passo vigoroso) infatti rappresentano la più potente medicina per il cuore: tramite questo tipo di ginnastica questo organo aumenta la sua forza, si riduce la pressione arteriosa, si aumenta il colesterolo buono "HDL", si utilizzano meglio gli zuccheri (riduzione del diabete), si migliora la circolazione periferica, si migliora la qualità del sonno e si riducono lo stress e la depressione.

La mente: mantenersi attivi, controllare la rabbia, allontanare la tristezza, dedicarsi all'arte

Gli studi scientifici hanno dimostrato che mantenersi attivi con varie attività extralavorative (hobbies) ed avere una vita sociale piena, riduce l'incidenza di infarto. Al contrario, le persone pigre, chiuse in sé stesse, tendono ad ammalarsi di più in generale e soprattutto di cuore. Anche le personalità che tendono alla collera, ad arrabbiarsi facilmente e talora a volere "controllare" e "comandare" tutto e tutti, tendono ad avere più problemi cardiovascolari. Un aiuto qui ci viene dalle buone letture e dall'ascolto di musica, due attività che hanno effetti diretti sul sistema cardiovascolare. La scienza addirittura ha dimostrato che tra le persone amanti delle attività culturali hanno meno incidenza di ipertensione, necessitano di fumare e mangiare meno, sono sessualmente più attivi, controllano meglio i sentimenti di rabbia e ostilità ed affrontano meglio le difficoltà esistenziali.

* Dr Davide Girola, cardiologo alla Clinica Hildebrand di Brissago

Dr Graziano Ruggieri, primario della Clinica Hildebrand di Brissago

Il fascino dell'astronomia

di Laura Mella

Con Marco Cagnotti, direttore della Specola solare ticinese, torniamo a parlare di astronomia per scoprire qualcosa in più di questa affascinante disciplina.

Marco Cagnotti, c'è un momento migliore durante l'anno per guardare le stelle?

Ogni periodo ha i suoi vantaggi e svantaggi: l'inverno è perfetto perché alle otto di sera puoi già vedere molte cose visto che diventa buio presto, però può fare un freddo becco. In estate le temperature sono piacevoli ma per avere il cielo buio occorre aspettare almeno le dieci di sera.

Che cosa si può vedere nel cielo notturno?

Ciò che possiamo vedere di notte si divide in due tipi di oggetti: gli oggetti molto luminosi (luna e i 4 pianeti: Giove, Saturno, Venere e Marte) e gli oggetti deboli, del cielo profondo (nebulose, galassie, ammassi stellari aperti, la via lattea...). Gli oggetti molto luminosi, per essere osservati, non hanno bisogno di un cielo particolarmente buio, proprio perché sono molto luminosi. Non hanno bisogno nemmeno di un cielo particolarmente limpido, anzi se c'è foschia è meglio perché vuol dire che non c'è vento e quindi l'immagine è stabile. Si possono vedere a occhio nudo o con l'ausilio di uno strumento, quale, dipende da cosa vogliamo vedere. Per esempio le 4 lune di Giove possono essere viste con un semplice binocolo mentre per vedere gli anelli di Saturno ci vuole già un piccolo telescopio. Fra i quattro, questi due pianeti sono i più interessanti proprio perché si possono vedere dell'uno i satelliti (non sempre tutti e quattro) e dell'altro gli anelli che sono davvero spettacolari.

La seconda categoria degli oggetti astronomici visibili di notte sono gli oggetti del cielo pro-

La culla delle comete

La cometa che dà vita alle Perseidi (stelle cadenti del 10 agosto) è la Swift Tuttle. Come le sue sorelle arriva da molto lontano. «Le comete sono oggetti molto antichi costituiti da nuclei di ghiaccio sporco con dentro terra e rocce. L'ipotesi è che il serbatoio di queste comete sia un guscio di oggetti che si muovono lentissimamente attorno al sole in una nube sferica che prende il nome di Nube di Oort. Questa si trova a ca. 2500 volte la distanza tra il Sole e Plutone. Insomma all'estrema periferia del sistema solare. Questi nuclei cometari si fanno gli affari loro salvo che ogni tanto qualcosa cambia e qualcuno parte, muta la sua orbita e si dirige verso il sole.»

fondo, gli oggetti deboli la cui osservazione è fatta utilizzando uno strumento, anche piccolo, come il telescopio. Le condizioni ideali sono esattamente il contrario degli oggetti luminosi: cielo buio, quindi lontano dalle luci artificiali, limpido, senza foschia, per cui ventoso. In questo caso, bisogna sempre aspettare almeno 15 minuti perché l'occhio si abitui al buio, per questo, durante tutto il periodo dell'osservazione, si consiglia di leggere le cartine usando una fonte luminosa rossa (non abbaglia l'occhio), che nelle applicazioni è spesso già integrata.

Come bisogna osservare la luna?

Occorre cercare le zone al confine tra la luce e l'ombra, perché in quelle zone la luce arriva radente e quindi si creano delle ombre più lunghe e più profonde che danno un maggior senso di profondità. Al contrario non dà soddisfazione l'osservazione della luna colpita direttamente dalla luce del sole perché si vede un'immagine piatta. Tant'è che la luna piena è bellissima da guardare durante una passeggiata romantica ma non da osservare con un binocolo. Il momento migliore, da un punto di vista astronomico, è quando la luna è al primo quarto.

Come, invece, occorre osservare il sole ?

Quella del sole è l'unico tipo di osservazione astronomica pericolosa, davvero pericolosa. Il sole non va mai guardato direttamente ma con estrema cautela e utilizzando degli accorgimenti particolari, meglio ancora facendo capo a degli osservatori astronomici.

Astronomi in erba, da dove iniziare?

Innanzitutto per chi vuole muovere i primi passi il mio consiglio è: uscite e guardate il cielo, leggete qualche libro, scaricate un'applicazione e provate a trovare le costellazioni e a riconoscere i pianeti. A occhio nudo si possono già fare molte cose! Dopo si può passare al binocolo che ci permette di andare oltre, di vedere per esempio i crateri più grandi della luna o i satelliti di Giove. Bisogna solo ricordarsi di appoggiare i gomiti su una superficie per stabilizzare le braccia, perché altrimenti il tremolio della mano non ci permetterà di stabilizzare l'immagine. L'ideale sono i braccioli di una sedia a sdraio. Il vantaggio del binocolo è molteplice, costa meno, è leggero, poco ingombrante, e lo puoi portare ovunque. L'importante è che le lenti abbiano un obiettivo grande, direi almeno 5cm di apertura.

Con un telescopio o in un osservatorio astronomico si possono poi vedere anche oggetti del cielo profondo come le nebulose o le galassie... In questo caso occorre però ricordare una cosa: abbassiamo l'orizzonte d'attesa perché quello che vedremo non sarà mai lontanamente uguale alle foto strepitose pubblicate dai media. Lo dico perché spesso le persone rimangono deluse. Non lo sono, al contrario, davanti ai pianeti e alla luna. In condizioni ottimali quelli si che li vedi quasi come nelle fotografie.

tempo libero

LA SAT

Un ottimo punto di riferimento sul territorio è la Società Astronomica Ticinese.

Nata negli Anni Sessanta, la SAT riunisce infatti gli appassionati del cielo notturno di tutto il Ticino. Al suo interno si svolgono ricerche scientifiche di valore e viene promossa la divulgazione dell'astronomia. Il presidente è Renzo Ramelli. Il sito: astroticino.ch.



Un atelier per scrivere e condividere

redazione di AvaEva

L'atelier *Storia* – storie di AvaEva è uno spazio di scrittura libera e di condivisione.

Gli incontri hanno l'obiettivo di stimolarci a vicenda e non mollare, per sottoporci al giudizio costruttivo delle altre e migliorare il modo d'esprimerci, per catturare nuove idee, nuovi spunti e approfondire le conoscenze su diversi argomenti, per discutere le esperienze che facciamo scrivendo. Scriviamo anzitutto per noi stesse, ma magari anche per i figli e nipoti o altre persone.

Nell'ambito di questo atelier scriviamo a casa un testo che rientri nel nostro progetto di scrittura per condividerlo nel gruppo. Possiamo scrivere in italiano o nella lingua materna qualora fosse diversa: cercheremo di tradurre il testo per gli incontri. Il gruppo è aperto e si incontra una volta al mese. Ci si può aggregare in ogni momento contattando le responsabili:

Romana Camani – Pedrina:

romana.camani@gmx.ch

Verena Singeisen: vsingeisen@besonet.ch

Il mio mandorlo

Poco lontano dalla casa dei nonni c'era un grandissimo prato, o per lo meno, a me bambina, così sembrava. Un prato leggermente in pendio che in primavera da verde diventava bianco e giallo, pieno di margheritine, di pratoline e di primule, pareva ricamato.

In autunno lì cercavamo i "coc", ossia funghi bianchi simili alle uova. Se ne trovavano abbastanza da sfamare tutta la numerosa famiglia.

Questo prato risplendeva pienamente nella sua beltà da metà marzo a metà aprile quando nel suo bel mezzo, il mio mandorlo fioriva.

I tantissimi fiorellini rosa erano poesia, mi chiedevo se fosse maschio o femmina, albero è maschile, ma i nonni lo chiamavano "la mandorla", per me era una ragazza, una principessa ma mi piaceva anche pensare che fosse un ragazzo: forte, coraggioso e nel contempo delicato, romantico e protettivo: il ragazzo dei miei sogni.

Per tanti anni mi sono seduta sotto di lui, vicina al suo tronco me ne stavo a guardare in su.

Me ne stavo avvolta da una cupola rosa sfumata di bianco sopra alla quale intravedevo un azzurro

splendente, nulla di più bello: il rosa della dolcezza, della femminilità e l'azzurro del principe ancora lontano, ma in arrivo.

Lì a volte, assieme a cugine, zii e altri bambini giocavamo a carte mentre curavamo le mucche al pascolo, facevamo merenda con pane e frutta, altre volte costruivamo gioielli, o perlomeno a noi sembravano tali.

Prendevamo una pratolina, con cura usando l'unghia del pollice destro incidevamo un taglietto all'inizio del suo gambo, lì ci infilavamo un'altra pratolina e così di seguito sino ad avere una collana che, messa al collo, ai miei occhi mi rendeva splendente.

Era uno dei pochi momenti in cui mi sentivo bella. Più tardi, anni dopo, lì mi sono sdraiata in compagnia di un ragazzo con il quale intessevo discorsi infiniti sulla vita, insieme progettavamo un mondo fantastico, bello, giusto, felice.

E lui, il mandorlo, ci ascoltava, custodiva i nostri segreti, ci proteggeva ci dava speranza proprio come tanti anni prima. Nulla era cambiato.

Il mandorlo dovette uscire dalla mia vita, poichè i nonni dovettero lasciare quel posto meraviglioso e trasferirsi altrove. Il mio mandorlo mi mancava. Lo dissi un giorno alla mia mamma e lei chiese a un suo zio di piantarle un mandorlo nel suo giardino, ne fui felice.

Anni dopo la mamma dovette vendere la casa e io restai senza mandorlo.

Arrivata a cinquant'anni raccontai il tutto a mio marito e lui chiese a un mio zio di portarci un mandorlo, mio marito lo piantò nel nostro giardino, era stupendo, il giorno di San Giuseppe, onomastico di mio marito, il mandorlo era sempre meravigliosamente fiorito, guardarlo mi dava tanta gioia, mi rendeva allegra e mi faceva sentire bella, mi rivedevo con la collana di pratoline al collo.

Arrivò un inverno freddissimo... e il mio mandorlo morì.

Non ho più voluto averne un altro per paura di riprenderlo.

Mi tengo stretta i ricordi delle gioie vissute sotto di lui, sotto al mio primo mandorlo e mi lascio accarezzare dalla tenerezza che mi invade pensando alla mamma e a Giuseppe che hanno cercato di ridarmelo.

(Virginia Pezzotta)

ATiDU non dà nulla per scontato

di Maria Grazia Buletti

La sensibilizzazione ai problemi uditivi è uno dei pilastri più importanti delle nostre molteplici attività. Il dizionario spiega il termine "sensibilizzazione" come "un'azione volta a richiamare e a sollecitare l'attenzione dell'opinione pubblica su problemi, valori e ideali".

Nel caso di ATiDU, il lavoro di sensibilizzazione è volto a rendere sensibili e coscienti le persone udenti nei confronti delle difficoltà vissute dalla persona con difficoltà uditiva in diversi ambiti della sua vita: "Vogliamo offrire risposte e strategie necessarie per una buona e costruttiva relazione e comunicazione". Questo è il motore del sodalizio nella produzione di tre Spot che mostrano diverse situazioni con un comun denominatore: la sensibilizzazione verso questa problematica tutt'altro che banale perché concerne ascolto, comprensione e comunicazione. I tre video sono stati realizzati dal Conservatorio Internazionale Scienze Audiovisive (CISA) con la partecipazione di tre attori davvero deboli d'udito, da attori professionisti e non, e dai volontari stessi di ATiDU personalmente scesi in campo. Mettono in scena tre differenti situazioni reali: uno è ambientato in una Casa di cura dove succede un "frintendimento" fra l'udente e il debole d'udito, un altro in una stazione ferroviaria dove questa volta il debole d'udito deve fare i conti con un cambiamento di binario che non riesce a comprendere, l'ultimo presenta la scena di un bar dove il sottofondo e il rumore innescano la cattiva comprensione del debole d'udito che porta a un malinteso con la cameriera.

Con delicatezza e un pizzico di humor, le clip vogliono così sensibilizzare gli udenti sulle difficoltà dei deboli d'udito, rivolgendosi però in special modo ai giovani e ai futuri operatori socio-sanitari e scolastici, affinché ci si possa rendere davvero conto delle problematiche concrete con cui si trova quotidianamente confrontato chi ha problemi d'udito. «Siamo molto soddisfatti del risultato», afferma Cinzia Santo di ATiDU, la quale ribadisce che si tratta di uno spunto geniale per parlare dell'importanza dell'ascolto reciproco: «I frintendimenti e gli equivoci che si creano nella comunicazione delle diverse situazioni mostrate dalle tre clip, sapientemente alleggeriti da una sottile ironia, testimoniano che nulla deve mai essere dato per scontato, e che l'ascolto reciproco sta alla base della risoluzione delle inevitabili incomprensioni in cui si può incappare quando ci si rapporta con una persona con problemi d'udito».

Per informazioni: info@atidu.ch.

Per vedere le clip: www.atidu.ch.

Sentire è diverso da capire

di Dario Marvin

L'idea più confusa che mi è capitato di sentire sulla persona debole d'udito riguarda la percezione comune su come questa senta o non senta a seconda dei momenti: come fosse una specie di sordità ad intermittenza.



Nella realtà dei fatti, i deboli d'udito "sentono" più o meno tutti i rumori e le voci, ma non sono sempre in grado di "capire" perché essi hanno più difficoltà ad estrapolare un senso compiuto dai suoni grezzi che hanno intercettato.

Questo è un fatto che si nota bene nelle clip: sia il ragazzo sui binari sia la signora al bar "sentono" quello che gli interlocutori stanno dicendo, ma hanno difficoltà a ricavare informazioni dal messaggio sonoro. È quindi importante rendersi conto che apparecchi acustici, impianti cocleari e altre tecnologie uditive aumentano in un certo senso il volume sonoro, ma non la comprensione. La persona debole d'udito è quindi a volte costretta a chiedere all'interlocutore di ripetere, per colmare i buchi nella sua interpretazione del messaggio.

Avendo vissuto in prima persona questi malintesi, ho partecipato con piacere a questo progetto, così da poter dare il mio contributo alla sensibilizzazione verso le persone deboli d'udito, e nella speranza che la società intera possa trarne beneficio.

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!**



Diario di un viaggio a Cracovia

redazione

In piena pandemia sono molte le persone che hanno ripescato foto e ricordi di momenti passati in famiglia o diari di viaggio come questo che vi proponiamo, inviatoci dalla nostra Vera Rizzello. Il suo diario ci parla sì di un viaggio a Cracovia, fatto nel 2017 con l'ATTE, ma anche di come siamo noi quando viaggiamo, di quello che ci colpisce e di quelle piccole sviste che ci possono spingere, per esempio, a comperare inaspettatamente un cappotto...

Primo giorno - Cena folcloristica

Il pullman ATTE che porta il gruppo all'aeroporto di Malpensa, arriva puntuale alle 10:30 al punto di incontro a Balerna. Giunti al terminal e consegnate le valigie mi fermo a mangiare un'insalata e bere un caffè. Gironzolo un po' per i negozi, compro un libro. Ci imbarchiamo puntuali, alle 15:40 arriviamo a Cracovia. Fa un freddo che sembra Natale, ieri a Mendrisio c'erano 25°. Ho completamente sbagliato a riempire la valigia. Arriviamo in albergo, ci sistemiamo nelle camere e dopo circa mezz'ora ci ritroviamo all'entrata per andare a fare un giro in centro. Non ho abbastanza caldo per soffermarmi a guardare intorno, cerco un negozio di abbigliamento e mi compro un cappotto! Stasera ceniamo in un ristorante tipico con spettacolo folcloristico.

Ci servono un calice di Wodka e succo di mela come aperitivo, poi una minestra in una piccola zuppiera fatta di pasta di pane, dorata al forno, completa di coperchio, all'interno galleggiano nel brodo di verdure, fette di salsiccia e mezzo uovo bollito. Siamo in una cantina dalla volta a botte fatta di mattoni rossi e tanto legno. Sui lunghi tavoli massicci sono distese tovaglie di pizzo fatte all'uncinetto. La cena è allietata da un gruppo folkloristico in costumi dai colori sgargianti che canta e balla musica popolare polacca. Anche le cameriere belle e molto giovani sono in costume. Sono abbastanza sorpresa, ritorno in albergo contenta, ho una bella camera e una volta a letto, mi addormento subito.

Secondo giorno - Visita della città

Colazione alle 7:30 abbondante e variata. Partenza in pullman alle 9:00 per il giro della città. Passiamo davanti ad un terreno di 48 ettari, sembra che per la visita del Papa Karol Wojtyła ci fossero due milioni di persone in quel prato, si trova al centro della città ed è proibito costruirci sopra. Il fiume Vistola circonda il Centro Storico che visitiamo più tardi. Saliamo sulla collina dove si trova la Cattedrale ed il castello del Re Casimiro il Grande. Al mattino visitiamo la Cattedrale, all'interno è proibito fotografare, neppure col telefonino ed è un vero peccato, ci sono troppe cose belle che vorrei portare a casa. Sotto un baldacchino di marmo nero e oro c'è un altare su cui è deposta una cassa da morto in grandezza naturale tutta d'argento, contiene le spoglie del Re Casimiro il Vecchio. L'altare maggiore è d'oro con colonne che vanno dal soffitto al pavimento interamente dorate. Il sepolcro del Re Vladimiro è in marmo rosso tutto lavorato, sembra un merletto. Il secondo sepolcro di marmo bianco bellissimo è dedicato alla Regina Edvige sposa dodicenne. Usciti dalla Cattedrale ci fermiamo sulla piazza ad ammirare il suo complesso straordinario che comprende anche due cupole tutte d'oro e splendono al sole.

Pranzo con due signore del gruppo in un buio ristorante che si chiama il Camino, mi servono da bere una tisana calda con sciroppo (forse di lampone) mangiamo un piatto di ravioloni appiccaticci ripieni di formaggio, è un piatto nazionale e ne esistono almeno altre tre o quattro versioni. Il



tempo è poco e dobbiamo ancora visitare il Duomo, è la chiesa più bella nel centro della città, dedicata alla Vergine Maria. Ammiriamo un altare stupefacente con un polittico con tantissimi personaggi, il loro abbigliamento, le decorazioni, i dettagli di tutto l'insieme sono dorati, le due ante vengono chiuse ogni sera alle 18:00. In questa chiesa, Papa Wojtyla è stato prima ordinato Prete, poi Vescovo, poi Cardinale e vi è tornato come Papa.

Nel pomeriggio ritorniamo al Castello di Vladimiro dove per più di un'ora visitiamo sale immense con le pareti coperte da arazzi grandissimi molto belli tutti provenienti dal Belgio fatti arrivare in quel palazzo dalla Regina italiana Bona Sforza che veniva da Bari ed aveva anche introdotto in Polonia la coltivazione e la consumazione di verdure che non erano conosciute all'epoca in quella nazione. Nell'ultima sala del museo ammiriamo il dipinto di Leonardo da Vinci: "La Dama con l'ermellino".

Serata tranquilla e cena modesta in un ristorante vicino all'hotel.

Terzo giorno - Il quartiere ebraico e a sera concerto

La nostra mattinata comincia con la visita del "Quartiere Ebraico" e del "Ghetto". La grande Sinagoga è impressionante, nessun quadro alle pareti ma tanti oggetti preziosi dedicati al culto. La guida parla e parla, quasi nessuno l'ascolta più e qualcuno dà segni d'impazienza. Andiamo poi nella piazza dove è stato girato il film *Schindler list*, tutti scattano fotografie. Entriamo nel cimitero ebraico: moltissime tombe e su ognuna c'è un bel mucchio di sassolini. Mi viene spiegato che gli ebrei non portano fiori al cimitero ma sassolini che durano per sempre. Col pullman ci spostiamo nel quartiere dove c'erano le fabbriche, una di queste fabbricava padelle di tutte le dimensioni. In questo luogo sorge un museo impressionante, in un lungo percorso si racconta la storia del massacro degli ebrei dal settembre 1939 al 1945. La Polonia occupata dai Tedeschi e poi dai Russi passa da una tirannia all'altra, è obbligata a diventare comunista e solo nel 1980 diventa una repubblica. Esco da questo museo stravolta, non si può immaginare come gli uomini diventino cattivi verso i loro simili, sono venuta a Cracovia per assistere ai concerti di Pasqua non per stare male, questa è la mia reazione a caldo. Pranziamo in un ristorante del centro: zuppa di verdure e riso, rösti con goulasch, torta di ricotta. Torno in albergo, voglio riposare un po', il resto del gruppo va a visitare una delle 23 università di Cracovia.

La sera si va ad ascoltare il concerto in un modernissimo teatro che pare fatto tutto di vetro, ha una capacità di 2000 posti a sedere. La musica eseguita da orchestra e coro di fama internazionale suona "La Passione di Cristo" di Telemann, cantano in tedesco ma avrebbero potuto cantare in qualsiasi lingua, sarebbe stato bello lo stesso, delicati e forti, dolci e impetuosi, bello, bello, bello, un'armonia divina. Bravissimi.



Quarto giorno - In solitaria al mercato

Il mattino il gruppo parte presto per andare a visitare Auschwitz. Io rimango in albergo, ho avuto un fratello maggiore prigioniero dei tedeschi a Dachau, la sua prigionia ha condizionato tutti gli anni della mia infanzia, ho sentito troppe volte raccontare la miseria e le sofferenze in quel campo di concentramento, ho rifiutato di andare a vedere.

Mi sono recata al mercato in piazza ed ho fotografato tutte le bancarelle coloratissime, ho comprato piccoli pensieri per la mia famiglia, sono di nuovo entrata nella bellissima cattedrale dove ho potuto raccogliermi un momento in preghiera e riammirare tutto con calma. Ritornata sulla piazza del mercato, era ora di pranzo, ho comprato una grande fetta di pane con sopra una specie di smiuzzato di carne e fettine di cetrioli sottaceto. Fa molto freddo, da una baracchetta compro un bicchierone di tisana e slivoviza (*ndr* acquavite a base di prugne), è calda, dolce, buona e mi riscalda è proprio quello che ci voleva. Torno in albergo e passo il pomeriggio a riposare. Preparo anche la valigia, domani si torna a casa.

La sera, dopo una cena veloce servita in albergo, andiamo ad assistere al concerto è in programma lo "Stabat Mater" di Pergolesi in versione napoletana. Il teatro, lo stesso in cui siamo stati ieri sera, è gremito, ci sono duemila persone. Nel gran silenzio della sala, completamente al buio, sentiamo dietro di noi in cima alle gradinate il suono di nacchere e tamburelli, si sente anche cantare. Poi il gruppo scende lentamente e al ritmo di tarantella continua a cantare, sempre al buio, mi sembra di essere in Sicilia con un gruppo folcloristico. Salgono tutti sul palco al buio più completo, cantano in latino, non più tarantella, tre tenori con tre tonalità diverse. In alto al centro del palcoscenico si accende una finestrella e un voce da soprano canta un "a solo". È un momento da brivido. Finalmente si illumina la scena e l'orchestra di suonatori folcloristici è diventata un'orchestra di violini e suona un meraviglioso *Stabat Mater* per un'ora e mezza. Bellissimo, è il più suggestivo ricordo che mi porto a casa da questo viaggio.

Neolab

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

Montascale, un aiuto alla vostra indipendenza

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



NOVITÀ,
sedile girevole
automatico



FLOW II,
le scale sono il mio lavoro



Consulenza gratuita, chiamateci al numero 091 683 03 51

Novazzano

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

Orari di apertura

da lunedì a venerdì
8.00 - 12.00 / 13.00 - 17.30

Bellinzona

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

Orari di apertura

da lunedì a venerdì
8.30 - 12.00 / 14.00 - 18.30

Minusio

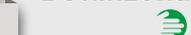
Il vostro punto vendita
in collaborazione
con la farmacia

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

Orari di apertura

da lunedì a venerdì
8.15 - 12.00
14.00 - 18.30

Bellinzona



Minusio



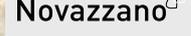
Novazzano



Novazzano



Novazzano



Novazzano

LETTO GIREVOLE TWIST



VASCA DA BAGNO
con sportello laterale



POLTRONA RELAX
con bracciolo ribaltabile



Installazione in sole 6 ore

Prenota un sopralluogo
GRATUITO!

☎ 091 935 09 60



Casa Bella Swiss

Piazza Molino Nuovo 1 - 6900 LUGANO
Tel. 091-921 01 50 - Uff. 091-935 09 60 - Cell. 078-786 54 59
www.casabellaswiss.ch - info@casabellaswiss.ch

www.casabellaswiss.ch

SEZIONE REGIONALE DEL BELLINZONESE

Centro diurno, Via S. Gottardo 2, 6500 Bellinzona, 091 826 19 20, aperto tutti i pomeriggi dalla domenica al venerdì.
www.attebellinzonese.ch

Gruppo di Arbedo-Castione

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

Gruppo di Sementina

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

Gruppo Visagno-Claro

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

SEZIONE REGIONALE DI BIASCA E VALLI

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

Centro diurno socio assistenziale Biasca

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

Centro diurno Faido

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

Centro diurno Ticino, Piotta

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

Centro diurno Olivone

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

Gruppo Blenio-Riviera

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

Gruppo della Leventina

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

SEZIONE REGIONALE DEL LOCARNESE E VALLI

Centro diurno, Villa S. Carlo, Via Vallemaggia 18, 6600 Locarno, 091 751 28 27. Aperto dal lunedì al venerdì dalle 14.00 alle 17.00.

Gruppo del Gambarogno

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

Gruppo della Vallemaggia

Iscrizioni: Marco Montemari 079 323 41 17

SEZIONE REGIONALE DEL LUGANESE

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

Centro diurno socio assistenziale di Lugano

Aperto dal lunedì al venerdì dalle 09.00 alle 18.00, sabato dalle 10.30 alle 17.00, con presenza della coordinatrice Lorenza, dell'assistente socio-sanitaria Maya e dell'assistente socio-assistenziale Stephanie che propongono attività varie.

Si ricorda che il Centro prende a carico persone con bisogni di assistenza.

Gruppo Alto Vedeggio compreso Taverne-Torricella

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

Gruppo di Breganzona

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

Gruppo della Capriasca e Valcolla

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

Gruppo della Collina d'Oro

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

Gruppo di Melide

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

SEZIONE REGIONALE DEL MENDRISIOTTO

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

Gruppo Caslaccio

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

Gruppo di Chiasso

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

Gruppo di Maroggia (compreso Arogno, Melano e Rovio)

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

Gruppo di Mendrisio

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

Gruppo del Monte San Giorgio

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

Gruppo di Novazzano

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

Gruppo Valle di Muggio

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



La parola ai lettori

Volete condividere le vostre riflessioni? Scrivete a redazione@atte.ch. Nel limite del possibile daremo spazio a tutti.

Pandemia ispiratrice

Durante la pandemia Remo Polito si è messo a dipingere. A lui e al suo trittico il Corriere del Ticino ha dedicato un articolo lo scorso mese di giugno. «In questo periodo di pausa forzata – scrive Remo nelle sue riflessioni – di una partita molto combattuta dovremmo aver imparato anche a fare niente che non significa oziare, bensì “staccare” e prendere spunto dal molto tempo che tutti noi, di colpo, ci siamo trovati costretti a trascorrere tra le mura di casa. A fare che? Bella domanda. A disperarsi? Ad inveire contro il fato, contro i ritmi frenetici delle nostre vite? A prendercela con chi da anni malgrado

gli avvertimenti degli esperti, ha continuato bellamente a fregarsene, a non rispettare, ad abusare della flora e della fauna? Anche, certo. Ma solo per ricominciare in maniera differente. Più consapevole, consci degli errori commessi e pronti a non più ripeterli. Da questa pausa forzata dobbiamo trarre vantaggio per meditare, guardandoci dentro. Giudicarci, anche. Tutti bravi a farlo con gli altri, proviamo una volta tanto a guardarci allo specchio e a chiederci come potremmo ripartire con un rinnovato spirito. Non è semplice. A volte è più doloroso “esaminarsi”. Questa è l’occasione giusta. Avremo imparato qualcosa? Ne usciremo migliori, peggiori? Una cosa comunque è certa: nulla sarà più come prima e con questo sconosciuto, invisibile e terribile nemico dovremo imparare a convivere.»



Sopra "Distanti ma vicini. Rimaniamo a casa, ora. Situazione al momento critico del picco epidemiologico. #Assieme ce la faremo. Sotto: Uno per tutti, tutti per uno. Grazie a tutti. Manifestazione di gratitudine a tutte quelle persone che hanno "combattuto al fronte e nelle retrovie" in questa battaglia. #Grazie a tutti

Polvere di stelle

Non esiste che tu non esista, ci sei e basta! Sei fatta così arida terra scomposta in minutissimi frammenti. La tua estrema leggerezza permette di muoverti senza alcuna fatica, ti sollevi e fluttui nell'aria in leggiadri movimenti, volteggiando come una ballerina di danza classica, per poi ricadere depositandoti ovunque.

Non c'è un minimo spazio che tu non occupi; tutto quanto incontri è tuo, lo conquisti e lo ricopri ben bene: davvero infaticabile nel tuo lavoro di vestizione!

Sei parecchio vanitosa; appena la tua luce ti esalta metti subito in bella mostra la tua bellezza nelle sue molteplici non forme.

Non ti fai mancare nulla. In effetti grazie alle tue amicizie eoliche, a primavera ti piace farti scarrozzare dalle correnti di scirocco che ti portano fin quassù dalle lontane terre sahariane. Acquarellando di tinte rosicce nevi e ghiacciai ti adagi sulle cime per goderti in frescura panorami mozzafiato.

Ma quando il vento si fa gagliardo, allora non ti ferma più nessuno. Cominci ad esibirti in turbini senza sosta, offuscando l'aria, togliendo il respiro, creando scompiglio ovunque e malumori in chiunque, comportandoti in tal modo da perturbatrice dell'ordine pubblico.

Dopo tanto lavoro ti concedi anche un po' di riposo. Perciò sai scegliere con gusto angoli reconditi adatti ai tuoi ozi. Ti abbandoni al riposo, magari in compagnia di qualche ragnetto silenzioso che sta intessendo la sua tela.

Ogni mio cenno, inteso come invito ad andartene, non ti piace; l'affidabilità del classico straccetto "catturatore" non sempre è pagante.

Dunque, non c'è nulla, ma proprio nulla che possa toglierti dattorno! Come vedi non posso fare a meno di te. Ti presti bene nei modi di dire quando voglio esprimermi in particolari situazioni. Ti respiro, ti mangio e allora sì che puoi creare seri problemi alla mia salute, specialmente se sei del tipo che va per il sottile.

Infine come posso tacere la tua celebrità? Già nella notte dei tempi eri polvere di stelle, sei stata scelta con onore quale componente per plasmare l'essere umano, di cui sei tuttora testimone ultima di ciò che rimane di lui.

Non c'è dubbio: siamo inseparabili, nel bene e nel male. Viviamo le stesse cose, una accanto all'altra non perdendoci mai di vista.

... se questo non è Amore!

"Dicono che siamo polvere di stelle.

*Ho bisogno di te
che hai bisogno di me
per cambiare il tuo mondo.
Hai bisogno di me*

MENDRISIOTTO

Gruppo Maroggia

Un ricordo di Oscar Ferraroni

Il nostro Presidente Onorario Oscar Ferraroni ha concluso il suo cammino terreno giovedì 21 maggio, festa dell'Ascensione. La sua scomparsa ha suscitato vasto cordoglio nella popolazione di Maroggia ed in quella della regione, ed ha rattristato i cuori delle amiche e degli amici del nostro Gruppo ATTE che gli volevano un gran bene. Nel 2004 era stato eletto alla presidenza del nostro sodalizio quale successore della indimenticabile Eva Ballabbio, ed è rimasto in carica fino al 5 febbraio del 2017. Era nato a Cremona il 16 marzo 1938, sposato con Andreina, una brava e saggia moglie sempre al suo fianco, padre di Ivan, Corrado ed Emiliana, e da parecchi anni era anche un nonno felice. Di professione tipografo stampatore, degno discepolo di Gutenberg, in gioventù era partito dall'Italia assieme ad Andreina e con lei si era stabilito a Saignelegiér nel Giura non ancora diventato il ventiseiesimo Cantone della Confederazione. In Ticino arrivò alla fine degli anni sessanta del secolo scorso per lavorare alla Buona Stampa e successivamente alla Fratelli Roda. È stato uno dei primi stampatori offset qui al Sud delle Alpi capace di formare tanti apprendisti e di trasmettere loro la passione per questa professione un tempo considerata un'arte nobile. Nel 1984 coronò un sogno e a Maroggia aprì la sua stamperia, le Arti Grafiche Ferraroni, un laboratorio tipografico dove regnavano ordine e precisione. La passione per la politica che gli scorreva nelle vene, i suoi ideali sociali di stampo cristiano, ed il suo amore per il villaggio e le sue tradizioni, lo spinsero a mettersi

al servizio della comunità. Consigliere Comunale, poi Municipale dal 1992 fino al 2016, fu eletto Sindaco domenica 19 maggio 1996, carica per la quale ottenne per tre volte consecutive la riconferma. Sindaco molto popolare attento ai bisogni della popolazione, vicino alla gente e presente agli eventi civili e religiosi organizzati sul territorio del Comune, dedicò anche tanto tempo ed energie al nostro Gruppo ATTE. Gli piaceva cantare in lieta compagnia, giocare a carte e a tombola, raccontare barzellette e qualche volta cucinare degli ottimi risotti. Era capace di creare attorno a sé un'atmosfera di allegria e di spensieratezza in grado di coinvolgere tutti. Fin quando la salute glielo consentì partecipò con assiduità alle riunioni dei presidenti dei Gruppi della Sezione ATTE del Luganese, collaborando con i due presidenti sezionali da lui conosciuti, Giordano Belloni ed Achille Ranzi, ai Congressi cantonali ed alle altre manifestazioni ricreative e culturali. Oscar è stato un esempio di profondo attaccamento nei confronti del nostro Gruppo ATTE, e la meravigliosa luce del suo ricordo che continua a risplendere in ciascuno di noi ci infonde la voglia ed il coraggio per poter affrontare con un pizzico di ottimismo le sfide che ci attendono.

Gruppo Monte San Giorgio

Nuova estate

Un giorno di primavera aspettando le amate rondini, un pipistrello straniero sbattendo le ali svolazzò nel cosmo, si pulì delle sue pulci, spargendole nell'aria come un veleno e colpì gli uomini di tutto il mondo. Questo gesto ebbe il potere di ferire l'umanità rendendola paurosa, fragile, ma-

lata... separandola silenziosamente.

Al microscopio i vari cacciatori, subito si sono messi a studiare quale tipo d'arma usare, per eliminare il pericolo. Compito non facile l'invisibile laser sa colpire di giorno e di notte chiunque si trovi sul suo percorso.

L'uomo prudente osserva, guarda, ascolta, ubbidisce, a volte con malavoglia.

Ora è giunta l'estate con colori e profumi di fiori, cieli stellati e sembra che il pericolo sia un po' sbiadito. Così l'umanità dopo una lunga prigionia può uscire con pensieri e desideri nuovi ma... con un sorriso ancora mascherato. Senza un abbraccio, né una stretta di mano nascondendo nel cuore il desiderio d'amare.

Cari amici del coro, se il canto si è spento, la voce di tutti è pur sempre viva. Teniamo l'ugola ben allenata e ognuno canti dentro le proprie case o all'aria aperta.

Le note danzando devono salire. Sì, salire più in alto che mai, quasi a farsi preghiera nel cielo udite da pochi o da tanti, l'importante che il mondo sia in festa. Resistiamo alle difficoltà perché la fiducia può cambiare il domani. Bisogna cantare perché il cuore non pianga e non si raffreddi. Perché il sorriso illumini lo sguardo e tutto diventi Armonia del Creato.

Comunicazione: *a tutti i corrispondenti di sezione grazie mille per la vostra collaborazione. Questo momento difficile ha messo in pausa tutte le attività ma è sempre possibile condividere riflessioni o auguri su queste pagine. Il termine per l'inoltro dei vostri testi per l'edizione di dicembre è fissato per il primo ottobre 2020.*

*che ho bisogno di te
per cambiare il mio mondo."*

(Mary Alberti, citazione: Luciano Ligabue)

La normalità dal coronavirus

Incöö l'è la festa dala mama
al mè pensee l'è par chi mamm
che par colpa dal Covid- 19
i po' pù veg la gioia
d'una strengiüda, d'un basin.
Doman l'è 'l vündas da magg
dal dümilavint, n'ann bisèst
sem stai tücc poc o tanto
in quarantena.
Periodo da strapazz e squilibrio
par tüta la gent
a partii di malaat e di so familli
pai sanitari, i volontari, i politic
lavoradoo e disocupaat
pai scoll, pai grand e pai fiöö pinin

par l'economia, i treni, i grott
gan saress a pù finii.
Stremizi, sconchèt, pagüra
ma però anca speranza
tanta, tanta speranza
da vegnin föra prèst da sto garbüi.
Adèss "i saggi", nost e chi di altar paes
chi cercan o i credan
da tegni in man e in ordin al mond
ia pensaa ben
da vee trovaa forse 'na quai ricèta
par tramortii e fa föra ala svèlta
sto screanzaat d'un coronavirus.
Riciapaa in man la situazion
e, se insci sa po' ciamala
tornaa ala normalità.
Da doman sa comincia
già
ma chissà cosa s'intend par normalità
chela da l'altro ier

da ier e da incöö
o chela da doman?
Mi, som 'na nona over 70
fortünada, bastanza in salüüt
positiva e piena da fidücia sempar
che ama la vita
insci
propri par cōma l'è
ingarbüiada, dificila, imprevedibil
alegra e bèla, sì, davvero bèla.
Però
gnanca doman
a podrò mia amò
brasciaa sù i mè nevoditt
iè tücc sōra i 10 ann.
E lōra
la normalità i dis tücc
ma quale? ma quando?
(Marialuisa Ghielmetti)



Mangia pur l'uva caro bambino,
ma, dammi retta, non bere il vino!
Solo gli adulti lo posson bere,
ma se han giudizio solo un bicchiere.
"Sai" dice l'uva "l'uomo mi calpesta,
ma io gli faccio girar la testa".