



terzaetà

RIVISTA PERIODICA ATTE - ASSOCIAZIONE TICINESE TERZA ETÀ

ANNO XXXIX - N.3 SETTEMBRE 2021



Campo di finocchi Naturaplan durante la raccolta

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.

Anniversari illustri e buoni auspici

Nella notte tra il 13 e 14 settembre del 1321, in una Ravenna di 700 anni fa, moriva Dante Alighieri. L'anniversario della scomparsa del sommo poeta ha chiaramente dato vita a una miriade di eventi celebrativi non solo in Italia ma anche nella Svizzera italiana, appuntamenti che senza dubbio proseguiranno fino alla fine dell'anno. Nel suo piccolo, anche l'ATTE ha voluto ricordare il padre della lingua italiana e lo ha fatto con un corso pluridisciplinare proposto dall'UNI3 la scorsa primavera, nel quale i corsisti hanno potuto riscoprire la figura di Dante, il contesto storico in cui ha vissuto, le opere da lui scritte e l'influenza che quest'ultime hanno avuto nella musica e nell'arte. Sui banchi virtuali dell'Università della terza età quello di Dante non è però l'unico anniversario ad essere stato ricordato, il nostro Friedrich Dürrenmatt e Leonardo Sciascia hanno infatti avuto il loro momento di gloria questa estate, mentre in autunno i riflettori saranno puntati su Napoleone, del quale quest'anno si celebrano i 200 anni della morte (programma a pagina 7)

Per quel che riguarda invece Dante Alighieri, anche su *terzaetà* abbiamo voluto ricordarne i 700 anni della morte pubblicando, in ultima di copertina, un'illustrazione di Gustave Doré (pittore e incisore francese noto soprattutto per le sue illustrazioni della Divina Commedia) nella quale il poeta è ritratto mentre, titubante, sta per addentrarsi nella famosa selva oscura.

Le suggestive illustrazioni create da Gustave Doré per la Divina Commedia impreziosiscono anche un'altra pubblicazione data alle stampe proprio in occasione di questo anniversario. Si tratta di "In cammino con Dante" del grigionese

Gerry Mottis (docente di lingua e letteratura italiana e scrittore) la cui narrazione ci porta, in modo semplice e immediato, alla scoperta di quei famosi nove cerchi che Dante dedicò agli inferi, ai dannati che li popolano. "Oggi – si legge nella prefazione curata da Giuseppe Patota, professore ordinario di Storia della lingua italiana all'Università di Siena e Accademico della Crusca – proprio mentre si compie il settecentesimo anniversario della morte di Dante, questo stesso Inferno ha un nuovo, eccellente facilitatore. È Gerry Mottis, che si è impadronito con eleganza della narrazione del viaggio dantesco nel primo dei tre regni dell'oltremondo e l'ha fatta diventare un racconto suo, alimentato da una parte dalle splendide illustrazioni di Gustave Doré e dall'altra dalla chiarezza del suo italiano: un italiano naturalmente attuale, che però si amalgama perfettamente con le parole e con le espressioni originali di Dante, che di tanto in tanto emergono nello scorrere della narrazione, opportunamente distinte dalle altre dalla forma del carattere corsivo."

Mentre in ultima di copertina Dante sta per iniziare il suo lungo viaggio negli Inferi, i colori della prima pagina alludono invece alla nuova stagione che è alle porte. La scelta del tipo di foglia non è casuale, sin dai tempi antichi la quercia è considerata un albero sacro. Simbolo di potenza, forza e longevità, fa parte dei cosiddetti "arbores felices", ovvero degli alberi "re-canti buoni auspici". Darle la prima pagina in questo numero di settembre ci è sembrato un bel modo per propiziarsi l'autunno, augurandoci che sia per tutti il più sereno possibile.

Laura Mella

editoriale



Libertà di muoversi con noi!

HERAG AG è un'azienda svizzera a conduzione familiare che, da quasi 40 anni, aiuta i suoi clienti a mantenere l'autonomia di movimento garantendo comfort e sicurezza. Vanta inoltre un ottimo servizio di assistenza!

Stannah
In collaborazione con 

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

Lugano
T 091 210 72 49

Consulenza gratuita e senza impegno

www.stannah.ch

tagliare qui

Invio informazioni gratuite:

Nome TER/01

Cognome

Via

CAP / Città

Telefono

Compila il coupon e invialo a:
HERAG AG, Tramstrasse 46,
8707 Utetikon am See



Rivista periodica ATTE

Associazione Ticinese Terza Età
Anno XXXIX - N. 3 - Settembre 2021
Tiratura: 11.000 copie

Distribuzione:

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

Responsabile:

Laura Mella

Hanno collaborato a questo numero:

Giampaolo Cereghetti, Veronica Trevisan, Loris Fedele, Maria Grazia Buletti, Marisa Marzelli, Giuseppe Valli, Claudio Guarda, Renato Agostinetti, Franco Celio, Emanuela Epiney-Colombo, Alessandro Zanolli, Lucia Ghezzi, Daniel Burckhard, Gabriella Forrer

Corrispondenti dalle sezioni:

Aldo Albisetti, Emilio Croci, Ivano Lafranchi, Angelo Pagliarini

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: una foglia di quercia si tinge dei colori dell'autunno. Simbolo di forza e longevità, questa pianta fa parte dei cosiddetti "arbores felices", ovvero degli alberi "recanti buoni auspici".

6



ATTUALITÀ ATTE

Corsi UNI3 e Viaggi, tutte le proposte fino a dicembre.

14



SCIENZA

Ondate di caldo, pioggia, grandine... il tempo fa le bizze.

24



STORIA

Erminia Macerati e il sapere femminile di *casa nostra*.

26



MUSICA

Quando la musica ricarica l'anima. Intervista a Helia Carenzio.

Quegli interessi
per i quali non avete
mai avuto tempo?
No problem! Ci sono
i Corsi UNI3

16



CINEMA

La 74esima edizione del Festival di Locarno in un colpo d'occhio.

18



TRADIZIONI

Importante riconoscimento per il Museo di Bosco Gurin.

21



ARTE

Le Signore dell'arte, storie di donne tra il '500 e '600.

VITA DELL'ATTE

38 SEZIONE E GRUPPI

39 PROGRAMMA

RUBRICHE

29 LIBRI

31 CURIOSATTE

33 VOX LEGIS

SATYRICON

42 PER DISTRARSI

COLLABORAZIONI

36 AVA EVA

37 ATIDU

28



TEMPO LIBERO

L'elogio della bicicletta parte seconda. Proposte di itinerari.

35



SALUTE

Filo di speranza, un altro approccio al dolore cronico.



TELESOCORSO
DELLA SVIZZERA ITALIANA



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



UNI3 2021: quasi trecento ore di formazione continua per la terza età

«Esiste un solo bene, la conoscenza, e un solo male, l'ignoranza» Socrate, in Diogene Laerzio, *Vitae philosophorum*, II, 31

Come si è riferito già in altre occasioni, la pandemia ha avuto ripercussioni significative sulle attività promosse dall'ATTE. Tuttavia non si è trattato di mettere in conto solo chiusure e rinunce, bensì anche di studiare soluzioni per mantenere i contatti con le socie e i soci. Fra le iniziative che hanno riscosso un buon successo e conosciuto la partecipazione di un pubblico spesso entusiasta, vanno segnalate quelle dell'UNI3, trasformatesi in servizio *online* fin dallo scoppio della crisi sanitaria.

A partire dall'aprile 2020, è stata predisposta un'offerta di corsi "da remoto", protrattisi fino a dicembre grossomodo al ritmo di 5 incontri "virtuali" a settimana. Durante l'anno sono stati organizzati 63 corsi (quasi la metà *online*), corrispondenti a oltre 150 lezioni e a circa 230 ore di formazione continua riservata alla terza età. L'offerta di videoconferenze ha ovviamente comportato l'adattamento della didattica da parte dei docenti, mentre il personale del Segretariato ha istruito gli utenti all'uso del programma Zoom e assicurato l'assistenza tecnica durante le lezioni.

La programmazione degli incontri *online* è proseguita nel 2021: tra gennaio e giugno si sono proposti 41 corsi in 15 ambiti disciplinari, per complessive 93 lezioni e circa 140 ore di formazione continua. Molte le iscrizioni registrate nei primi 6 mesi dell'anno: oltre 2'000. In primavera (dopo le esperienze positive degli appuntamenti dedicati a Leonardo Da Vinci e Galileo Galilei) è stato proposto un corso pluridisciplinare su Dante Alighieri nella ricorrenza del 700° della morte. Sette gli ambiti tematici affidati ad altrettanti docenti durante 12 incontri, ai quali si sono iscritte più di 700 persone. Alto il grado di apprezzamento (superiore al 95%) verificato tramite un questionario distribuito ai partecipanti. Offerte di corsi, seppure a ritmi ridotti, sono state predisposte anche per i mesi estivi: si è trattato di 12 incontri, la metà dei quali dedicati agli scrittori Friedrich Dürrenmatt e Leonardo Sciascia nel centenario della nascita.

Il programma per il periodo settembre-dicembre 2021 che qui si presenta, consta di una quarantina di nuove proposte per un totale di oltre 90 incontri che, come di consueto, puntano a tenere ampio lo spettro delle aree disciplinari e dei temi affrontati. Tenuto conto dell'evolversi della situazione sanitaria (che andrà monitorata con attenzione costante) e dell'andamento del programma vaccinale fra gli anziani, oltre ai corsi *online* – apprezzati da molti perché non comportano l'impegno di doversi organizzare per sposta-

menti non sempre comodi o scontati – con l'autunno si conta di tornare a organizzare almeno una parte delle attività anche "in presenza", ovviamente con la prudenza necessaria e nel rispetto dei protocolli di protezione attuati nei Centri diurni. Sebbene ciò comporti dal profilo organizzativo qualche ulteriore complicazione, sono previsti anche alcuni corsi in forma "ibrida" (o "mista"), già sperimentata in qualche occasione nel 2020. In pratica si prevede la possibilità di partecipare alle lezioni in aula (se necessario, limitando il numero di persone) oppure *online* da casa. Se questa formula dovesse dare riscontri positivi, non è escluso che possa diventare in futuro una soluzione sulla quale puntare, anche una volta superata la crisi sanitaria. In questa prospettiva, sarebbe però necessario trovare dei volontari disponibili a seguire una formazione per collaborare alla gestione tecnica degli incontri.

Lasciando al lettore il compito di scorrere l'insieme delle nuove proposte, che si spera suscitino l'interesse di molti, se ne indicano per sommi capi solo alcune, incominciando dall'offerta di un altro "progetto pluridisciplinare" dedicato alla figura di **Napoleone Bonaparte**, nella ricorrenza dei 200 anni dalla morte (4 i docenti coinvolti per complessivamente 10 incontri). A proposito di ricorrenze, un corso verrà dedicato al 200° della nascita del grande scrittore e filosofo russo **Fëdor Dostoevskij**, mentre – nell'ambito delle lezioni dedicate alla letteratura in epoca napoleonica – vi sarà occasione di ricordare anche il poeta milanese **Carlo Porta** di cui ricorre il 200° della morte. Fra i corsi previsti sul finire del 2021, da segnalare quello riguardante le relazioni tra la "**Politica e la scienza**", una problematica che la situazione pandemica ha reso di grande attualità. In questo contesto è previsto un dibattito conclusivo cui, con altri relatori, parteciperà il direttore del DSS.

In chiusura, un accenno agli incontri dedicati alla **letteratura dialettale**, un'occasione per accennare all'**antologia di poeti in dialetto della Svizzera italiana** in corso di preparazione (curatori G. Cereghetti e G. Pedrojetta), col sostegno della Fondazione Federico Ghisletta dell'ATTE.

Giampaolo Cereghetti, direttore dell'UNI3

TESSERA UNI3

Solo per i soci ATTE, acquistabile al prezzo minimo di CHF 120.00. Valida fino al 31 dicembre 2021, consente di seguire tutte le proposte dell'UNI3, ad eccezione dei corsi pluridisciplinari. Questi ultimi possono essere seguiti interamente o, a seconda dell'interesse, iscrivendosi ai corsi desiderati.

UNI3 - PROGRAMMA SETTEMBRE-DICEMBRE

INIZIO LEZIONI 14:30, DURATA CA. 90 MINUTI

Situazione sanitaria permettendo, diversi corsi saranno proposti in presenza. Nel programma sono segnalati in giallo. Il pallino verde segnala la formula ibrida: il corso può essere seguito sia in presenza sia online. Il resto dei corsi si terrà solo online.

IN PROGRAMMAZIONE (date ancora da definire verranno comunicate non appena possibile via Newsletter, per info 091 850 05 52):

LETTERATURA

Fabio Pusterla, "Leggere Dostoevskij"

LETTERATURA CLASSICA

Alessandro Stroppa, "Il potere della parola: l'arte della sofistica in tre discorsi esemplari della letteratura greca"

ARCHEOLOGIA

Alessandro Pace, due appuntamenti distinti uno sulle *poleis* greche e uno su Gela, antica città ellenica.

SETTEMBRE

STORIA DELL'ARTE

Claudio Guarda, "Dentro il filo della storia"

Martedì 31 agosto, 7, 14 e 21 settembre

SOCIOLOGIA

Marco Jeitziner, "I giovani di oggi, chi sono?"

Mercoledì 1° e 8 settembre

FILOSOFIA, TEOLOGIA E RELIGIONE

Giuseppe La Torre, "Tra Sacro e profano: conoscere simboli e linguaggio religiosi"

Giovedì 2, 9 e 16 settembre

ANTROPOLOGIA

Tiziano Moretti, "Alla scoperta della "natura" umana: percorsi di antropologia. Luce si farà sull'origine dell'uomo: alla ricerca di Adamo."

Venerdì 3, 10, 17 e 24 settembre

SCIENZE INFORMATICHE

Luca Gambardella, "Che cosa è l'Intelligenza Artificiale"

Lunedì 6, 13 e 20 settembre

FILOSOFIA

Lina Bertola, "Solitudine e paura, tristezza e sofferenza, maestre di vita inattese?"

Mercoledì 15, 22 e 29 settembre

MATEMATICA

Piero Antognini, "Il numero 153"

Giovedì 16 settembre



STORIA

Roberta Lenzi, "Napoleone, il braccio armato della Rivoluzione"

Martedì 28 settembre e 5 ottobre

STORIA DELL'ARTE

Simonetta Angrisani, "Napoleone e le arti"

Martedì 12, 19 e 26 ottobre

LETTERATURA ITALIANA

Guido Pedrojetta, "La letteratura in epoca napoleonica"

Lunedì 15, 22 e 29 novembre

STORIA DELLA MUSICA

Giorgio Vitali, "La musica nell'epoca di Napoleone – Napoleone nella storia della musica"

Giovedì 9 e 16 dicembre

QUOTA D'ISCRIZIONE A TUTTO IL CORSO (10 INCONTRI)

- titolari tessera UNI3 (validità: 1.06-31.12.2021) CHF 65.00
- soci CHF 100.00
- non soci CHF 150.00

QUOTA D'ISCRIZIONE SINGOLI CORSI

- **Napoleone, il braccio armato della Rivoluzione con Roberta Lenzi**
Soci CHF 40.00 - Non soci CHF 60.00
- **Napoleone e le arti con Simonetta Angrisani**
Soci CHF 50.00 - Non soci CHF 80.00
- **La letteratura in epoca napoleonica con Guido Pedrojetta**
Soci CHF 50.00 - Non soci CHF 80.00
- **La musica nell'epoca di Napoleone – Napoleone nella storia della musica con Giorgio Vitali**
Soci CHF 40.00 - Non soci CHF 60.00

MEDICINA E RICERCA SCIENTIFICA

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

Giovedì 23 e 30 settembre

STORIA

Angelo Airoidi, "L'età dell'imperialismo (1856-1914)"

Centro Diurno ATTE, Locarno

Venerdì 24 settembre, 1°, 8 e 15 ottobre

DIVULGAZIONE SCIENTIFICA

Paolo Attivissimo, "Cerchi nel grano"

Lunedì 27 settembre

LETTERATURA ITALIANA

Flavio Medici, "La poesia italiana del Novecento. Seconda parte: I poeti fra innovazione e tradizione"

Sala del Consiglio Comunale, Mendrisio

Mercoledì 29 settembre, giovedì 7, 14 e 21 ottobre

OTTOBRE

STORIA DELL'ARTE

Susanna Gualazzini, "Il ritratto nell'arte: temi, simboli, significati"

Venerdì 1°, giovedì 7 e 14 ottobre

MATEMATICA

Arno Gropengiesser, "Le infinite sfaccettature dell'infinito"

Mercoledì 6 e 13 ottobre

FILOSOFIA

Franco Zambelloni, "Alla ricerca dell'uomo"

Aula magna delle Scuole comunali, Chiasso

Mercoledì 6, 13, 20 e 27 ottobre

BIOLOGIA •

Maurizio Ghini, "Vecchiaia, cosa sei? Come la scienza cerca di capirla e spiegarla"

Corso misto in videoconferenza su Zoom e in presenza al Centro Diurno ATTE di Bellinzona

Venerdì 8, 15, 22 e 29 ottobre

ETOLOGIA

Marco Colombo, "AnimaliDaVicino"

Lunedì 11 ottobre, "Ungulati: i re delle montagne"

Lunedì 18 ottobre, "Il lupo appenninico: storia di un ritorno"

Lunedì 25 ottobre, "I monti dell'orso"

Corso intero, 3 appuntamenti oppure appuntamento singolo a scelta



STORIA DELL'ARCHITETTURA

Nicola Navone, "Architettura contemporanea nel Cantone Ticino, ovvero buone ragioni per non arrendersi alla mediocrità"

Sala del Consiglio Comunale, Mendrisio

Mercoledì 13, 20 e giovedì 28 ottobre

AIUTO UMANITARIO

Mauro Arrigoni, "Il Comitato Internazionale della Croce Rossa in azione. Esperienze e riflessioni di viaggio come membro dell'Assemblea del CICR"

Mercoledì 20 e giovedì 28 ottobre



STORIA DELLA MUSICA

Lauro Filipponi, "Bach e dintorni"

Centro Diurno ATTE, Locarno

Venerdì 22 e 29 ottobre

STORIA DELLA MUSICA

Giorgio Vitali, "Gli animali nella musica"

Mercoledì 27 ottobre, 10 e 17 novembre

STORIA

Marino Viganò, "Ingegneri "ticinesi" all'estero: profili e opere"

Centro Diurno ATTE, Locarno

Mercoledì 27 ottobre e 10 novembre

LETTERATURA FRANCESE •

Luigi Colombo, "Brucia la cattedrale di pietra, resiste quella di carta"

Corso misto in videoconferenza su Zoom e in presenza al Centro Diurno ATTE di Bellinzona

Giovedì 28 ottobre, 11, 18 e 25 novembre

NOVEMBRE/DICEMBRE

STORIA

Roberta Lenzi, "I giorni della Comune: un affresco di Parigi nell'inverno 1870-1871. Le cri du peuple secondo Tardi, fumettista anarchico"

Lunedì 8 novembre

MATEMATICA

Piero Antognini, "Modi di dire matematici nel linguaggio politico"

Lunedì 8 novembre

STORIA DELL'ARTE

Simonetta Angrisani, "L'arte in tavola"

Martedì 9, 16 e 23 novembre

STORIA

Peter Manz, "Migranti operai italiani, ma anche svizzero italiani (ticinesi), tra fine Ottocento e inizio Novecento, nella Svizzera"

d'oltralpe. L'odissea dei primi 300.000 "cincali" nello Stato federale della Belle Époque, con particolare attenzione alla regione di Basilea (1870-1914)"

Centro Diurno ATTE, Bellinzona
Martedì 9, 16, 23 e lunedì 29 novembre

STORIA CONTEMPORANEA

Renato Simoni, "La Spagna del Novecento, un laboratorio politico – 2a parte"

Giovedì 11, 18 e 25 novembre

FILOSOFIA

Tiziano Moretti, "Il secolo del genio: l'altro Seicento, la discussione politica"

Venerdì 12, 19, 26 novembre e 3 dicembre

INFORMATICA E SOCIETÀ

Marioni Silvano, "Storia della crittografia, la crittografia nella storia"

Venerdì 12 e 19 novembre

LETTERATURA ITALIANA

Bruno Beffa, "Terna di mini-proposte letterarie"

Centro Diurno ATTE, Locarno
Venerdì 19, 26 novembre e 3 dicembre

MUSICA

Giorgio Vitali, "MacBeth: il genio di Giuseppe Verdi si alza in volo. Due incontri per scoprire l'opera che inaugura la Stagione del Teatro alla Scala, nel segno di Verdi e del suo amore per Shakespeare"

Dalle ore 10:00 alle 11:30

Lunedì 22 e 29 novembre

STORIA DELLA MUSICA •

Aurelio Crivelli, "Gli amori impossibili nell'opera francese – 2a parte"

Corso misto in videoconferenza su Zoom e in presenza al Centro Diurno ATTE di Bellinzona

Mercoledì 24 novembre, 1° dicembre, martedì 7 e mercoledì 15 dicembre

FILOSOFIA •

Virginio Pedroni, "Politica e scienza"

Corso misto in videoconferenza su Zoom e in presenza al Centro Diurno ATTE di Bellinzona

Martedì 30 novembre e lunedì 6 dicembre

Lunedì 20 dicembre dibattito con il Dr. Roberto Malacrida e il Consigliere di Stato Raffaele De Rosa

STORIA

Roberta Lenzi, "La grande storia del vino, prodotto triade mediterranea al pari del grano e del pane"

Giovedì 2 dicembre

LETTERATURA DIALETTALE

Guido Pedrojetta, "Due (e più) incontri sulla poesia in dialetto della Svizzera italiana"

Venerdì 10 e 17 dicembre

DIVULGAZIONE SCIENTIFICA

Paolo Attivissimo, "È difficile fare previsioni, specialmente per il futuro"

Martedì 14 dicembre

cartoline da zoom

Lo sapevate che Enrico VIII ha avuto 6 mogli? La più famosa è stata probabilmente Anna Bolena, attorno alla quale sono fiorite diverse leggende. Non sono però le sue urla a riecheggiare nel famoso corridoio del fantasma all'interno di Hampton Cour, bensì quelle di Caterina Howard, la quarta moglie. Siamo entrati in questo storico palazzo di epoca Tudor con un'eccezionale guida lo scorso mese di maggio, in un viaggio virtuale organizzato dall'ATTE. Bell'esperienza in poltrona!



A svelarci tutti i segreti dei funghi è stato invece Ermes Balmelli. Quelli che vedete qui appartengono alla specie Favolaschia calocera, originaria dei Tropici. Oggi si trovano anche alle nostre latitudini ma, bellezza a parte, non è detto che questo sia una buona cosa. Se volete saperne di più sulla micologia il 12 settembre Ermes Balmelli accompagnerà gli interessati in un'escursione organizzata dall'ATTE. Iscrivetevi alla newsletter entrando nel sito: www.atte.ch, e sarete sempre aggiornati sulle nostre proposte.



Finalmente l'ATTE è di nuovo in viaggio

Il servizio viaggi e soggiorni dell'ATTE nelle scorse settimane ha iniziato con le nuove proposte per gite, escursioni e viaggi a partire dall'estate 2021. Il tutto con la dovuta prudenza, data la situazione sanitaria che rimane difficile e comunque molto fluida. La priorità viene data ad escursioni e gite sul territorio e a brevi viaggi in Svizzera. Da fine estate saranno proposti anche alcuni viaggi e soggiorni in Italia. Le prenotazioni sono in corso e molti soci dell'ATTE hanno già manifestato il loro interesse a viaggiare nuovamente con noi. La loro fedeltà ci onora, anche perché sappiamo di dover imporre restrizioni e limiti che non avremmo immaginato di dover mettere in atto. Ricordiamo che con decisione dell'Ufficio Presidenziale, per i viaggi all'estero l'ATTE richiede la copia del certificato di vaccinazione completata (2 dosi), cartacea o digitale (app Covid-cert).

Tutte le proposte sono state comunicate per newsletter e le prenotazioni come di solito vengono fatte nel nostro "shop". Ma non ci siamo certamente dimenticati di coloro che vorrebbero ritornare a salpare per mete più lontane; ma per ovi motivi i viaggi di medio e lungo raggio saranno posticipati a quando ciò sarà di nuovo possibile, in sicurezza: speriamo già nel 2022. Vogliamo cogliere l'occasione per ringraziare le nostre socie e i nostri soci per la fiducia che continuano ad accordarci. Grazie e arriverci a presto, in viaggio con l'ATTE!

*Daniel Burckhard,
coordinatore settore viaggi*

Proposte brevi, escursioni e gite

Escursione micologica: alla scoperta dei funghi

12 settembre
In preparazione
Con il prof. Ermes Balmelli

Escursione nelle Centovalli (gita a piedi)

16 settembre
Soci ATTE CHF 25.00
Non soci CHF 35.00
Con Roger Welti

Svitto: alla scoperta delle nostre radici

27 settembre
In preparazione
Con il prof. Mirto Genini

Milano: la grandeur della Milano napoleonica

12 ottobre
Soci ATTE CHF 80.00
Non soci CHF 100.00
Con la prof.ssa Roberta Lenzi

Escursione: il Poncione d'Arzo e i suoi segreti

14 ottobre
Soci ATTE CHF 25.00
Non soci CHF 35.00
Con Roger Welti

Ronco sopra Ascona: la riscoperta di un emigrante singolare, il pittore Antonio Ciseri (1821-1891)

Fine ottobre
In preparazione
Con la prof.ssa Roberta Lenzi

Escursione: castagne e grà in Valle Maggia (gita a piedi)

4 novembre
Soci ATTE CHF 25.00
Non soci CHF 35.00
Con Roger Welti

Hergiswil: fabbrica del vetro

Novembre
In preparazione

Einsiedeln: mercatino di Natale

2 dicembre
Soci ATTE CHF 50.00
Non soci CHF 60.00

viaggie proposte brevi



Viaggi e soggiorni

Vi segnaliamo diverse destinazioni per le quali abbiamo ancora qualche posto a disposizione.

Tour

Tour in Engadina: Parco Nazionale Svizzero - cultura - escursioni - gastronomia

21 - 23 settembre

Tour nell'Oberland: giornata ticinese al Ballenberg, giro con trenino panoramico e visita alla gola dell'Aare

3 - 4 ottobre

Lago di Garda e lago di Iseo

7 - 10 ottobre

L'Argovia: la culla degli Asburgo

20 - 21 ottobre

Con il prof. Mirto Genini

Firenze e Dante: tour tra cultura, storia e buon vino

Metà ottobre

Foliage con il trenino Vigezzina FART

Fine ottobre

Alba: le colline del gusto

11 - 14 novembre

Venezia

21 - 24 novembre

La magia di Montreux e i suoi mercatini di Natale

Fine novembre - inizio dicembre

Alto Adige: mercatini di Natale

1 - 5 dicembre

Terme autunno

Abano

23 settembre - 3 ottobre

Montegrotto

23 settembre - 3 ottobre

Abano

3 - 10 ottobre

Montegrotto

3 - 10 ottobre

Abano

10 - 17 ottobre

Montegrotto

10 - 17 ottobre

Trekking, mare montagna

Moena: Val di Fassa

12 - 19 settembre

Trekking nell'entroterra ligure

4 - 11 ottobre

Natale e Capodanno

Capodanno ad Abano

26 dicembre - 6 gennaio 2022

Capodanno in Engadina

Dicembre - gennaio 2022

Per informazioni e iscrizioni:

Segretariato ATTE

Servizio viaggi

CP 1041, Piazza Noretto 4

6501 Bellinzona

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

Consulta anche il nostro sito: www.atte.ch

ATTENZIONE:

Questo programma è andato in stampa alla metà di agosto ed è stato allestito tenendo conto delle norme sanitarie in vigore in quel periodo. Non potendo sapere come evolverà la situazione in autunno, gli eventuali aggiornamenti verranno effettuati via newsletter. In caso di dubbi, contattate direttamente il Servizio viaggi, utilizzando i recapiti indicati qui sopra.

La vostra esperienza conta!

Fino a fine settembre è possibile partecipare al sondaggio online "Le persone ultraottantenni, un gruppo trascurato dalla società!?". Condotta dalla Federazione associazioni dei pensionati e d'auto-aiuto Svizzera, l'indagine intende tracciare un quadro delle condizioni di vita delle persone molto anziane (80 anni e più) in Svizzera. La FARES utilizzerà i risultati per le sue future attività. L'inchiesta è assolutamente anonima. Chi dovesse avere difficoltà con il PC, può chiedere aiuto a un familiare: la vostra esperienza conta, permetterà di avere una panoramica nazionale comprensiva della realtà ticinese. Potete accedere al sondaggio digitando l'indirizzo: www.atte.ch/indagine.

Articolo sugli Spitex pubblici

Care lettrici, cari lettori, per un problema tecnico, purtroppo sfuggito nella rilettura finale, l'articolo di giugno sui Servizi di Assistenza e cura a domicilio (SACD) di interesse pubblico non riportava la dicitura "pubblicitaria" (articolo a carattere pubblicitario) mentre di fatto lo era. Questo aspetto, unito alla presenza in pagina del logo fornito dal committente "Spitex l'originale", associato a sua volta ai loghi dei sei SACD presentati, potrebbe aver indotto taluni a ritenere che vi fosse nell'articolo una volontà di screditare in un qualche modo gli Spitex privati. Non era certo questa l'intenzione, tanto meno si voleva attaccare indirettamente il loro operato nell'ultima domanda, la quale – come mi ha fatto notare l'avvocato Mattia Tonella, che si è fatto portavoce del malcontento dell'Association Spitex privée suisse (ASPS) e di diverse aziende Spitex private affiliate all'ASPS e basate in Ticino – può aver magari dato l'impressione di essere tendenziosa e mi dispiace molto. Sono sicura, infatti, che anche gli Spitex privati propongono degli ottimi servizi e in nessun modo il mio articolo voleva insinuare il contrario. Del resto, l'offerta nel settore è di fatto esplosa e il consiglio che si intendeva dare ai lettori era di prestare attenzione: è infatti importante informarsi bene e cercare di andare, per quanto possibile, oltre le apparenze di slogan e volantini, per trovare il Servizio più adatto alle proprie esigenze e aspettative, privato o pubblico che esso sia. All'Association Spitex privée suisse e alle aziende Spitex private ad essa affiliate e basate in Ticino vadano, in tutti i casi, le mie scuse se l'articolo pubblicato si è offerto a un'interpretazione polemica che non intendeva affatto perseguire.

Laura Mella

Sondaggio ATTE

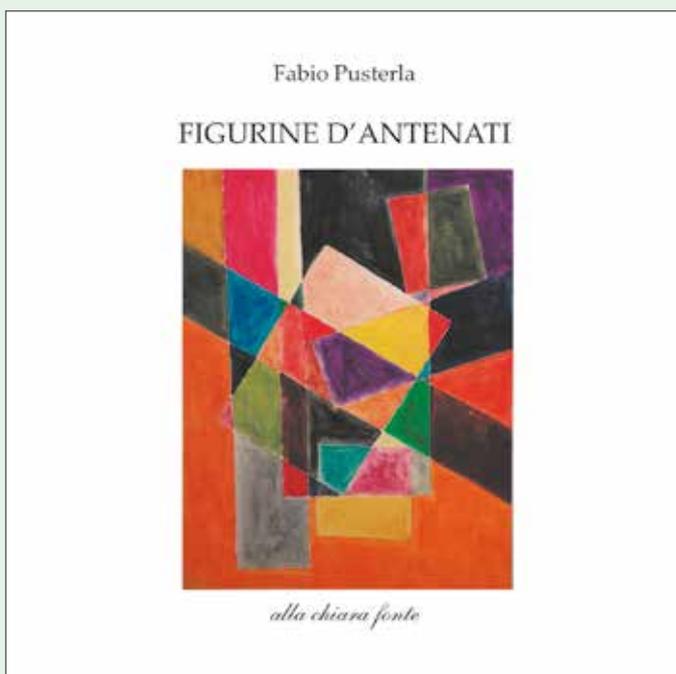
Si aggiudicano il premio del concorso legato al sondaggio dell'ATTE: Enrica Bianchi, Marinella e Cesare Bianchi, Massimo Biber, Elisabetta Caduff, Natalina Ceschina, Cipriano Celio, Rita Crespi, Annamaria Dazzi, Eliana Della Bruna, Adriana Gabusi, Sandra Fogliani, Ivano Laffranchi, Tullio Pedrigis, Pierantonia Rizzi, Ursula Stoppa. I fortunati estratti riceveranno in omaggio la quota associativa 2022. Si ringraziano i 5400 soci che hanno partecipato all'indagine arrivata nelle case a fine dicembre 2020.

«Un prezioso libretto di poesie»

A giugno il bimestrale "Il Cantonetto" ha pubblicato una bella recensione di "Figurine di antenati" curata dal giornalista Michele Fazioli. Ve la proponiamo qui di seguito nella sua versione integrale augurandovi una buona lettura.

Fabio Pusterla sta lavorando, dice, su materiali ancora grezzi per nuovi versi suoi: e lo sta facendo, rivela, voltandosi verso un mondo trapassato di antenati, siano essi vecchi che egli ha fatto in tempo a conoscere o di cui ha sentito parlare per testimonianza, o siano soprattutto avi più lontani e remoti, su su fino alla primigenia umanità che sta in capo della filiera dei secoli e dei millenni. Ne sta traendo composizioni poetiche in divenire di cui ha dato un assaggio ai lettori in una breve raccolta intitolata "Figurine di antenati", Edizioni Alla chiara fonte. Ed è da questo libretto che sappiamo di questa genesi poetica in atto. Ne parlo fra pochissimo ma voglio prima dare subito la percezione diretta, da assaporare immediatamente, della ricognizione di Pusterla nel mondo dei progenitori del passato prossimo e di quello remoto: "Siete usciti dai boschi / dirupati dalle valli del mistero. / Da voi ha inizio la memoria familiare / una genealogia di nomi / le cose da proteggere i miti. / Dietro le vostre spalle il muro verde / del tempo invalicabile, le zone / mute di corpi anonimi e gesti / collettivi, una specie di voragine. / Passi perduti, cippi, filiazioni, laccampamenti inghiottiti, animali / ingabbiati e scomparsi. / Siete l'abisso e l'origine / la pista incerta che sale dal buio." Subito si capisce come suoni alto (e musicale, e misterioso) il canto dei versi di Pusterla dentro un'eco di riverberi umani e genealogici lontanissimi. Lo spunto per prendere in mano quei bandoli di tracce di antenati, scrive Pusterla in una utilissima nota dell'autore, gli è venuto imbattendosi nella "immagine inquietante di Truganini, l'ultima aborigena della Tasmania, l'ultima a morire, verso la fine del XIX secolo, dopo il completo genocidio del suo popolo (...) e devo a questo punto aver pensato a piccoli feticci o statuine intagliate nel legno, che avrebbero dovuto raffigurare gli antenati scomparsi e forse sopravvivere, nascoste in qualche luogo, alla morte di Truganini...". Mossa da questa lontanissima figura di ultima discendente della perduta stirpe di una terra d'Australia, balena in Pusterla "la coscienza che qualcosa di simile facciamo tutti, nelle nostre case, e forse in modo più intenso del solito quando qualcosa di minaccioso ci circonda, come abbiamo dovuto sperimentare in questo anno terribile: fotografie, oggetti che riconducono a chi è transitato prima di noi, ricordi...". Partendo da questo incontro Fabio Pusterla ha sentito come l'impulso di guardarsi indietro, agli avi che ci hanno costituito e, oltre ancora, a remote epoche ancestrali.

Quel prezioso libretto di poesie ("Figurine d'antenati") è uscito in dignitosa sordina nel maggio di un anno fa, in piena pandemia di COVID 19, per volontà di Giampaolo Cereghetti, professore di italiano e direttore del Liceo di Lugano 1, ora in pensione, e diventato presidente dell'Associazione Ticinese Terza Età (ATTE). Fabio Pusterla è uno dei maggiori poeti viventi di lingua italiana: lo confermano la critica più autorevole e soprattutto il



corpo ben visibile della sua produzione poetica. Meno evidente il passaggio dal suo nome a quello dell'ATTE in occasione dei 40 anni di sua fondazione. Quel coraggio l'ha avuto Giampaolo Cereghetti, il quale avrebbe potuto, per ricordare il giubileo, affidarsi a qualche iniziativa più popolaristica (diciamo così). Ma, complice la sospensione della socializzazione fervida (anche e soprattutto nel mondo degli anziani) dovuta alla pandemia, egli ha deciso di fare qualcosa di diverso, di speciale, di profondamente bello. Scrive nella prefazione, pensando proprio alla situazione difficile che stiamo vivendo: *"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"*. Cereghetti si è così rivolto all'amico Fabio Pusterla e con lui, grazie a quei suoi "lavori in corso", ha voluto metter mano a una piccola, raffinata pubblicazione, con in copertina un olio su tavola dell'artista-editore Mauro Valsangiacomo. Potrebbe sulle prime apparire paradossale che quel moto di speranza cui allude Cereghetti sia affidato in prima battuta non a qualche scaglia di futuro possibile e sperabile ma invece, grazie ai versi di Pusterla, a una ricognizione memore e profonda di un passato umano indagato lungo il filo di generazioni trascolorate e antichissime. Va da sé che la speranza per il futuro debba essere necessariamente affidata a nuove generazioni. Ma noi non sbuchiamo da un nulla biologico e culturale, siamo stati generati da padri e madri a loro volta generati da nostri nonni quasi sempre conosciuti, e poi via via da avi recenti mai visti ma ancora ben testimoniati e a poco a poco altri più lontani, sperduti nel tempo antico ed epico. Da qui una filigrana profonda di volti, memorie e fisionomie adombrate, dalle vecchie fotografie color seppia sulle credenze, risalendo poi ai soli rintocchi di memoria scritta, orale, acciuffata o immaginata, scalando i secoli. Ovvero la memoria biologica – di mente e di sangue – del mondo. Quella filiera di antenati remoti, avi trapassati (da millenni, o

secoli, o da poco, non è importante) evocata da Fabio Pusterla colpisce proprio per la forza della sua implicita memoria immensa e detta qui con le parole liriche della nostra contemporaneità ma anche con il soffio dell'ala del tempo grandioso, dell'immenso passato. L'indagine (omaggio?) di Pusterla nel regno dei morti che ci fecero, tocca anche la memoria concreta di mani umane che lavorano e creano, nella umiltà operosa e grandiosa, con una risonante mescolanza di materiali, lavoro ritmico, metafore, il moto del tempo come la ruota dell'arrotino, l'intreccio della vita nei giunchi avvinti: *"Disco di pietra bianca che giravi / con un pedale nascosto. / Nido di giunco stretto che tessevi / scalzo in un cuore d'estate. / Una lama riluceva sulla pietra/Una mano annodava./Sotto la lama il tempo circolare. / Sotto la mano il nido della vita. / E quel tuo canto / nomade, gutturale"*. Sfolgiando queste "figurine" si avverte il fascino di quella che si può ben definire una archeologia antropologica (insomma la trafila genetica, morale, culturale della catena umana nel tempo). Quella fascinazione si delinea, leggendo, nella bellezza stilistica dei versi. La commistione di forza lirica e, come s'è detto, di archeologia antropologica, permette di approfondire la vertigine della memoria (consocia e inconscia), ossia quel moto (che è naturale, insito nel fattore umano, ma spesso ce ne dimentichiamo) dello sguardo all'indietro, ai "geni" morali, culturali, biologici e affettivi di cui siamo nutriti. Pusterla nella sua nota parla degli *"antichi lari e penati etruschi e romani"* e delle *"pareti e mensole dei nostri appartamenti"*. Ognuno di noi ha memoria di ovali o quadrate fotografie di morti, che furono vivi, su tappezzerie pallide o scure credenze di perduti tinelli...

I versi di Pusterla mi sono sembrati particolarmente belli, sia per la loro forza intrinseca, palese a una lettura attenta, sia proprio perché pulsano in modo particolare, densi e memori, squarciando il tempo e usando l'ineffabile musicalità recondita della poesia. Basti qui un altro assaggio: *"Uomo dei boschi piombavi sui sentieri / da soprastanti bastioni da cenge. / (...) Mai spostavi pietre, / l'uomo topo o scoiattolo. / Varcavi i reticolati / scivolavi tra le maglie. / Eri presente e invisibile, già oltre. / Nella bisaccia che portavi a tracolla / c'era forse la speranza di tutti"*. Ecco. "La speranza di tutti", soprattutto in questi tempi grami d'oggi, un po' amputati, sta davvero anche nella "bellezza" (che può essere "lo splendore del vero" ma anche solo la tensione della moralità accesa, della domanda, dello stupore, della coscienza desta) attinguta da memorie di uomini e donne trapassati e morti ma a modo loro vivi; e nella forza culturale e di linguaggio (qui i versi di Pusterla) che quel mistero biologico e umanissimo sa esprimere. Queste belle, dense poesie di Pusterla, non sempre facili (per fortuna: anche intriganti, giustamente vaghe e allusive nell'abbozzare tracce di misteriose profondità umane da esplorare) sono state intitolate "Figurine d'antenati". Ecco, le figurine: pensiamo subito agli album con i giocatori di calcio che più generazioni di ragazzi hanno incollato e incollano in tempi di mondiali e grandi tornei. Pusterla usa sapientemente nel titolo questo termine di linguaggio diciamo basso per incollare icone di altra, vertiginosa profondità in un album per la moralità grata e memore di una specie, di una appartenenza responsabile all'enigma della vita umana. E al suo impressionante spessore nel tempo.

Che pazzo tempo che fa!

di Loris Fedele

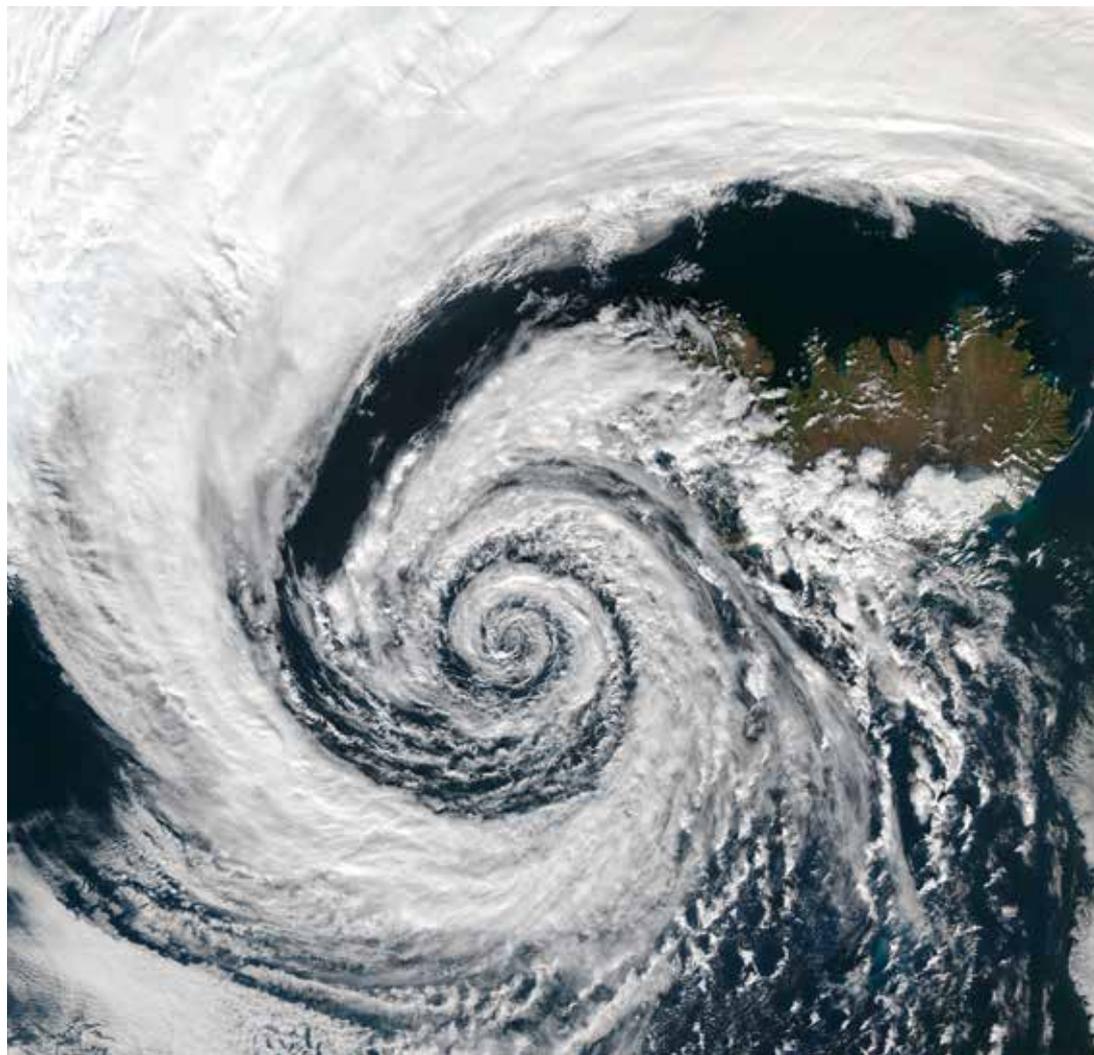
È inutile nasconderselo, che il tempo meteorologico stia cambiando in modo sorprendente è sotto gli occhi di tutti. Molti fenomeni stanno avvenendo a una velocità mai riscontrata prima: il surriscaldamento dei bassi strati dell'atmosfera, la diminuzione della superficie del ghiaccio artico con l'aumento del livello dei mari, lo scioglimento dei ghiacciai alpini, i momenti di lunga siccità e le piogge violente di tipo tropicale alle quali non eravamo abituati. La nostra percezione può essere soggettiva ma per fortuna abbiamo in casa una preziosa fonte per chiarirci le idee con risposte oggettive e autorevoli: penso a MeteoSvizzera, che nella sua sede svizzera italiana a Locarno Monti è guidata da Marco Gaia, fisico dell'atmosfera ETHZ. Gli esperti, statistiche alla mano, ci mostrano che spesso questi momenti non sono eccezionali come sembrano e che le situazioni locali negative sono controbilanciate da altrettante situazioni favorevoli in questo o quel Paese vicino. Ricordo, per esempio, che proprio dopo una brutta estate nel 2014 chiesi a Marco Gaia dov'era finito l'Anticiclone delle Azzorre. Lo senti-

vamo nominare tutte le estati, nei bollettini meteorologici se ne parlava sempre, era per noi profani la certezza che in estate avremmo avuto bel tempo stabile a lungo, ma quell'anno gli esperti non lo nominavano mai. Gaia mi confermò che effettivamente l'anticiclone delle Azzorre in quella estate non si era praticamente fatto vedere dalle nostre parti. Per contro condizioni anticicloniche avevano contemporaneamente caratterizzato il nord dell'Europa dove Norvegia, Svezia e Finlandia registravano nuovi primati nelle temperature estive.

Movimenti anticiclonici

L'anticiclone delle Azzorre è un'area di alta pressione di origine subtropicale oceanica, generalmente sempre presente sull'oceano Atlantico, con il suo massimo sulle isole che gli danno il nome. Può espandersi sia orizzontalmente, verso il Mediterraneo, sia verticalmente, cioè verso il circolo polare artico. Solitamente con la fine di giugno inizia a marcare il suo predominio europeo estivo, regalandoci temperature decisamente gradevoli. A noi sembra che sia sempre stato così, ma le statistiche ci dicono che già a partire dagli anni '80, per il sud delle Alpi e il nord Italia, queste affermazioni non hanno più trovato riscontro coi fatti. Poteva succedere che l'alta pressione smettesse gradualmente di in-

DALLE AZZORRE CON CALORE - L'anticiclone delle Azzorre è un'area di alta pressione di origine subtropicale oceanica, generalmente sempre presente sull'oceano Atlantico, con il suo massimo sulle isole che gli danno il nome. Solitamente con la fine di giugno inizia a marcare il suo predominio europeo estivo, regalandoci temperature decisamente gradevoli. A noi sembra che sia sempre stato così, ma le statistiche ci dicono che già a partire dagli anni '80, per il sud delle Alpi e il nord Italia, queste affermazioni non hanno più trovato riscontro coi fatti.



staurare il suo regime anticiclonico estivo sul bacino del Mediterraneo, lasciando così campo libero alla pressione nord africana e, in misura minore, alle correnti fredde provenienti dal nord Europa. Questo fatto creava un alternarsi di estati roventi sull'Italia – con caldo e un elevato tasso di umidità che lo rende mal sopportabile – con altre estati che per settimane presentano temperature autunnali e frequenti rovesci.

Parlando di quest'anno, sull'Europa centrale il mese di giugno è stato caratterizzato da frequenti condizioni meteorologiche di pressione al suolo livellata, con il passaggio di alcune "gocce fredde in quota" che hanno accentuato l'instabilità. Cosa è una goccia fredda? Anzitutto non è una goccia d'acqua ma un nucleo di aria, una saccatura in quota, ovviamente fredda. Quando assume una forma molto stretta e allungata verso il basso, come una V, tende a rompersi all'estremità rilasciando vortici isolati contenenti aria fredda. La colonna d'aria viene destabilizzata e si innesca una notevole turbolenza atmosferica con moti verticali molto attivi che determineranno lo sviluppo di una forte attività convettiva e temporalesca. Succede soprattutto nella stagione calda. L'aria fredda presente in quota verrà infatti rovesciata al suolo proprio dai temporali, che hanno il compito di ristabilire l'equilibrio atmosferico perduto.

Giugno caldo ma non da record

Sul versante sud-alpino il mese di giugno 2021 è risultato il quarto più caldo dal 1864 (l'inizio delle misure) con uno scarto dalla media di +2,7°C, ma non ha fatto registrare nuovi primati di temperatura. Sempre guardando le statistiche di Meteo Svizzera si nota che a livello nazionale l'ultimo decennio 2011-2020 è risultato il più caldo. I sei anni più caldi dal 1864 sono stati registrati tutti nell'ultimo decennio. Il 2018 e il 2020 sono risultati i due anni più caldi in assoluto (+3°C sopra la media), seguono il 2015, il 2011, il 2014 e il 2019. Nel sito web di Meteo Svizzera si afferma che *"Il riscaldamento osservato è in gran parte causato dalle attività antropiche, anche se le variazioni decennali della temperatura si sovrappongono ad esso. Gli scenari climatici per il futuro mostrano che il riscaldamento continuerà. La sua entità, tuttavia, dipenderà dagli interventi di protezione del clima che verranno messi in atto"*.

Tornando al citato Anticiclone delle Azzorre, perché a volte resta in pieno Atlantico, propagandosi con i propri elementi verso nord e privandoci del suo influsso?

Marco Gaia pensa che nessuno sia in grado di dare una risposta precisa a questa domanda: dice che con l'aumento della concentrazione dei gas a effetto serra aumenta l'energia che rimane intrappolata nell'atmosfera e quest'energia va a modificare la tradizionale disposizione delle zone di alta e bassa pressione su scala planetaria, proprio perché va a influenzare l'intensità delle correnti marine e aeree che sono all'origine di queste zone. Sull'Atlantico esiste la cosiddetta "North Atlantic Oscillation": alle sue oscillazioni naturali si ipotizza che si sovrappongano delle oscillazioni collegabili alla citata presenza di maggiore energia nell'atmosfera. Quanto alle situazioni meteorologiche estreme i climatologi rispondono che se aumenta l'energia "intrappolata" nell'atmosfera terrestre ci si deve aspettare che questa energia vada poi a generare fenomeni estremi più intensi.

Caldo torrido in Canada

Un fenomeno molto preoccupante si è verificato quest'estate nella parte occidentale del Canada. Una vera e propria cappa di calore ha scatenato una ondata di caldo particolarmente intensa su quella regione. Per l'accaduto i nostri esperti danno una spiegazione: spingendo la corrente a getto molto a nord, questa dorsale di alta pressione è rimasta letteralmente bloccata sulla costa sud occidentale del Nord America e in particolare sulla Columbia Britannica. Dal punto di vista della fisica dell'atmosfera è decisivo il lento ma costante movimento dall'alto verso il basso dell'aria al di sotto della dorsale. Quest'effetto, per compressione, porta l'aria a riscaldarsi di circa 1°C ogni 100 metri e fa diminuire la sua umidità relativa. Dal nord di San Francisco al nord della British Columbia, da fine giugno il termometro ha localmente superato i 40°C, colpendo come mai prima la popolosa città di Vancouver, famosa per il suo clima temperato. Sempre in quella zona, nel villaggio di Lytton, circa 250 abitanti, domenica 27 giugno c'erano 46,6°C, lunedì 47,9°C e martedì 29 giugno ben 49,6°C, record storico assoluto per il Canada. Il 30 giugno e il primo luglio 2021 il paese è stato semidistrutto da incendi divampati a seguito dell'eccezionale ondata di calore. Chiaramente, questa ondata di caldo è stata fuori dalla norma, in termini di durata, estensione e intensità. Tuttavia il fenomeno è conosciuto e documentato da diversi decenni. Fu una situazione di questo tipo a causare forti ondate di caldo alla fine di giugno 2019 in Francia e in Svizzera (temperature di 38 °C a Sion e 37,4 °C a Basilea).



Grandine gigante

Il 28 giugno di quest'anno si è verificata la seconda grandinata più estesa mai registrata in Svizzera. Mentre il temporale si spostava sull'Altopiano centrale, l'app di MeteoSvizzera mostrava numerose segnalazioni di grandine. In molti luoghi durante l'evento sono stati osservati chicchi di grandine ben più grandi di 2 cm, in alcuni casi anche oltre i 7 cm. Anche se i cacciatori di tempeste trovano occasionalmente chicchi così grandi in Svizzera, questi proiettili possono essere considerati localmente un evento estremo: tali dimensioni dei chicchi hanno un periodo di ritorno perfino superiore a 50 anni, anche nelle regioni in cui questo fenomeno si verifica più spesso.

Isoterma di zero gradi, altezza in rialzo



Negli ultimi 150 anni in Svizzera l'altezza dell'isoterma di zero gradi si è alzata di 200 – 700 metri, soprattutto in inverno. Negli ultimi decenni questo rialzo ha subito un'accelerazione, soprattutto in primavera e in estate, come mostra uno studio di MeteoSvizzera. L'altezza dell'isoterma di zero gradi è un elemento importante delle previsioni del tempo nella regione alpina: ci condiziona tutti i giorni ed ha una grande importanza per il ciclo dell'acqua e per gli habitat dell'uomo, degli animali e delle piante.

L'effetto forse più impressionante del riscaldamento nelle Alpi è il suo impatto sui ghiacciai. Nel 2006, per studiare i possibili legami tra cambiamenti climatici e franamenti nelle zone di permafrost, è stato lanciato il progetto PermaSense, divenuto operativo a partire dal 2009: 17 sensori di diverso tipo sparsi in 29 luoghi sulla via classica del Cervino, a oltre 3500 metri di altitudine, permettono di studiare l'evoluzione del permafrost sul lungo termine.

(Fonte: MeteoSvizzera/ATS)

La ripartenza del Locarno Film Festival

di Marisa Marzelli

cinema

cinema

Il 74. Locarno Film Festival (4-14 agosto) si è concluso con un dimezzamento delle presenze rispetto al 2019. Eppure, facendo un bilancio, gli organizzatori si mostrano moderatamente soddisfatti. Per capire l'apparente contraddizione va tenuto conto che nel mezzo è scoppiata la pandemia e che l'edizione 2020 si è svolta prevalentemente online.

Non era facile quest'anno ripartire, e da quali premesse? Inoltre c'è stato il ricambio alla direzione artistica. Partita la parigina Lili Henstein, al timone della rassegna solo per due edizioni, è arrivato Giona Nazzaro. Già ben introdotto nei meccanismi festivalieri, conoscitore dei meccanismi ed equilibri delicati di un Paese come la Svizzera dove tutto deve tener conto di almeno tre livelli: locale, cantonale, federale (dalla politica alle preferenze delle diverse culture linguistiche), Nazzaro zitto, zitto, ha preparato il Festival. Senza traumi, ha rivoluzionato un'impostazione annosa, severa, incentrata sulla ricerca affannosa di "film da festival". L'esempio lampante è stato il cartellone serale in

Piazza Grande. L'arena che raccoglie il maggior numero di spettatori tutti insieme e che rappresentano differenti pubblici. Unica condizione: la qualità tecnica delle opere.

Poi, poco importa che ci fossero in prima serata ben due animazioni (ma molto diverse per temi e risultato visivo), film più leggeri, lavori impegnati ma non di solo velleitario sperimentalismo per esibire l'ego dell'autore, film di budget modesto ma capaci di toccare il cuore anche di chi cinefilo non è. Nazzaro ha capito che il biglietto da visita del Festival (la Piazza) doveva adeguarsi alle esigenze di un gusto del pubblico mutato dalla pandemia. Già da anni il cinema nelle sale langue (anche i Festival risentono di questo trend) ma nei lunghi mesi in cui si doveva restare in casa, il consumo è molto aumentato sul divano, con film recapitati a domicilio da una moltiplicata offerta di tv, a pagamento o meno, e titoli offerti da un proliferare di piattaforme. È cambiata l'industria cinematografica nelle sue offerte. I Festival devono registrarlo.

Questo è il concetto nuovo. È poi chiaro che un





A lato l'attrice francese Françoise Fabian, 88 anni, in una scena di "Rose", primo lungometraggio di Aurélie Saada. Il film narra la storia di una donna di 78 anni che dopo aver perso l'amato marito, scopre sé stessa e si rende conto di essere non solo una madre, una nonna e una vedova, ma anche una donna, e di avere il diritto di goderne e di desiderare fino alla fine dei suoi giorni. Sotto un'immagine tratta dal film "Monte Verità", una coproduzione fra Svizzera, Austria e Germania che riporta lo spettatore ai primi anni del '900, per raccontare una storia di emancipazione femminile maturata in seno alla comunità naturalistica nata in quegli anni sul Monte Verità di Ascona. A pagina 16 una veduta di Piazza Grande dall'alto e il nuovo direttore artistico del Festival Giona Nazzaro. (Foto © Film Festival Locarno)



Festival come Locarno, votato alla scoperta di talenti giovani, deve offrire un ventaglio il più possibile ampio (per quanto abbia permesso quest'anno la collocazione micidiale delle date, con Locarno stretta tra Cannes a luglio e Venezia dal 1. settembre).

Pure la scelta degli ospiti è mutata, un po' per necessità, e soprattutto gli americani di questi tempi si spostano meno, ma anche perché, oltre a nomi più famosi – come il regista dei Blues Brothers John Landis o Dario Argento, che proprio l'ultima sera ha ricevuto il premio alla carriera – si è dato spazio a personalità attive in comparti tecnici del cinema; su tutti il mago degli effetti speciali Phil Tippett (*Guerre stellari*, *Twilight*, *Jurassic Park*) e il direttore della fotografia Dante Spinotti (*L.A. Confidential*, *Le cronache di Narnia*, *X-Men*).

Prossimo appuntamento dal 3 al 13 agosto 2022.



Come consuetudine, il Festival ha reso omaggio a diverse personalità del cinema (premiando spesso la bravura di chi lavora dietro le quinte) tra queste l'attrice Laetitia Casta (*Excellence Award* Davide Campari) e l'effettista e regista Phil Tippett (*Vision Award* Ticinomodà). A lui dobbiamo alcune delle sequenze più sorprendenti del cinema contemporaneo, da *Star Wars* a *Jurassic Park*. (Foto © Film Festival Locarno)

Antiche leggende e secoli di storia: alla scoperta del Museo Walserhaus, vincitore del prestigioso Premio Meyvaert

di Veronica Trevisan

Quest'anno il Museo Walserhaus di Bosco Gurin ha ricevuto un riconoscimento internazionale di grande prestigio, il Premio Meyvaert per la sostenibilità, assegnato nell'ambito del concorso EMYA 2021 (Museo europeo dell'anno) ad un museo che dimostra un impegno eccezionale per la sostenibilità sociale, economica e ambientale.

La curatrice, Cristina Lessmann-Della Pietra, esprime la sua soddisfazione per quello che definisce un riconoscimento importante: «*Ciò che è stato più apprezzato è l'impegno della comunità di Bosco (abitanti nel villaggio e altrove, ma fortemente legati alle radici) nel tener vivo il museo e le sue attività, nonostante le difficoltà di portare avanti dei progetti in un contesto ambientale non dei più semplici.*»

E quindi vediamo di scoprire meglio come è organizzato questo museo.

«Questo è il primo museo del Cantone Ticino, risale al 1938. L'edificio stesso che lo ospita ha un valore storico. Infatti è una delle case più antiche dell'arco alpino, risale al 1386, come risulta dalle analisi dendrocronologiche svolte. Molte altre case come questa oggi non esistono più, perché sono state spazzate via dalle valanghe, come quelle del 1695 e 1749. Don Michele Tomamichel, allora parroco in Vallese e ultimo proprietario della casa, l'ha donata all'Associazione Walserhaus che si era creata qualche anno prima, quando ormai l'edificio era disabitato da diversi decenni. Il museo è composto dalla casa vera e propria, due Stadel, in dialetto di Gurin *Schtädla* (ossia delle torbe, costituite dalla stalla in muratura e dal granaio appoggiato sui „funghi“), il cortile e l'orto. Essendo un'abitazione bifamiliare, è costruita "a specchio", con medesima ripartizione dei locali nelle due parti. Attualmente all'interno da un lato i locali

riproducono la loro funzione originaria, abitativa, con mobili che risale a 100 anni fa e oltre, mentre dall'altra parte c'è l'esposizione tematica. Vi è poi una parte sulla storia walser e un locale è dedicato ad Hans Tomamichel (1899-1984), grafico e artista originario di Bosco Gurin.

Due anni fa è stato fatto un lavoro di risistemazione e di aggiornamento, riorganizzando l'esposizione, eliminando l'eccessiva illuminazione e la cartellonistica, che in qualche modo era un elemento ingombrante nelle sale, così da ricreare nel modo più fedele possibile gli ambienti di un tempo. In ogni saletta rimane un unico elemento di "disturbo": un tablet in cui si concentra tutta l'informazione.»

Come si sono formate le collezioni?

«Sin dall'inizio, il museo ha ricevuto oggetti e mobili da parte delle famiglie walser indigene, molto sensibili all'importanza di valorizzare la propria storia e di non dimenticarla. Da quando il museo è stato aperto riceviamo periodicamente oggetti di periodi diversi, anche di diversi secoli fa, in legno, pietra e altri materiali, come pure documenti cartacei.

Molto importante, inoltre, è la continuazione di alcune attività tradizionali, laddove possibile. Al museo vi sono due antichi telai ancora in funzione: in certi momenti, in estate, ai visitatori è possibile osservare da vicino come avveniva la tessitura. Nel piano stalla della torba che si trova presso lo stabile principale, sono contenuti attrezzi e documenti sull'allevamento e sull'agricoltura del passato, mentre la parte superiore è tuttora utilizzata come fienile. All'esterno del museo c'è un orto dimostrativo, dove, in collaborazione con ProSpecieRara, si coltivano specie non più diffuse, in parte appartenenti alla tradizione di Bosco ma anche di altri luoghi, in grado di crescere e maturare a quota 1500 m s.l.m. Attorno all'orto, a settembre, si organizza una festa (quest'anno dovrebbe essere il 18 settembre ma è da verificare), con le verdure raccolte nell'orto si prepara un minestrone chiamato *Mätzufämm* (dal dialetto *Mazzafam*).

Un'altra testimonianza ancora visibile di antiche attività sono due torbe, ovvero granai per la maturazione e conservazione del grano di segale, usato per il pane.»

Come avveniva questa attività?

Quando si coltivava ancora la segale, a causa del clima rigido, poteva succedere che al momento della mietitura non fosse ancora giunta a maturazione. Ciò spiega la grande capienza delle



La casa che ospita il Museo Walserhaus è fra le più antiche dell'arco alpino. Data: 1386.



Alcune delle bambole artistiche ispirate alle leggende walser.

torbe (granai): vi si depositavano i covoni per proseguire la maturazione, prima di poter procedere alla battitura. Lungo il fiume, presso le cascate, sorgevano due mulini, dove i chicchi venivano macinati. La farina, raccolta in sacchi, veniva poi depositata in un piccolo edificio in attesa della cottura del pane, la quale avveniva due o tre volte all'anno in uno dei forni collettivi costruiti all'esterno. Per evitare che i roditori rubassero le scorte di pane, le pagnotte venivano appoggiate su appositi "rastrelli" da appendere al soffitto, di cui un esemplare è ancora custodito al museo.»

Cosa è rimasto dei mestieri tradizionali e cosa non c'è più?

L'artigianato e l'agricoltura si sono conservati, per quanto possibile, tenendo conto delle trasformazioni avvenute nel corso del tempo. Alcune famiglie coltivano ancora l'orto: qui abbiamo anche degli ortaggi particolari, come la rapa di Bosco, con la quale si preparano ricette tipiche come la rapa in umido con pancetta o cotta assieme alle patate lesse. Viene consumata anche cruda. Abbiamo anche formaggi tipici e alcuni dolci. Oltre alla coltivazione della segale, è stata abbandonata anche la coltivazione e lavorazione della canapa. Altre attività sono state abbandonate in seguito alla crisi nel settore agricolo e la successiva forte emigrazione verso le città del Dopoguerra, a cui è conseguita una diminuzione degli abitanti, ma anche una modernizzazione.»

Sappiamo che i Walser sono un popolo di ceppo Alemanno, giunto nell'alto Vallese attorno al VII secolo e poi diffusosi in diverse località dell'arco alpino, dalla Svizzera alla Francia. Come è sentita, oggi l'identità Walser?

«È ancora molto forte ed è legata soprattutto alla lingua. La situazione è critica, perché siamo sempre meno, vengono a mancare le generazioni che dovrebbero portare avanti la lingua nel futuro. Attualmente qui siamo circa 50 abitanti, di cui solo in parte nativi di Bosco. Molti sono emigrati e la lingua non sempre è stata trasmessa ai figli, che quindi oggi spesso la capiscono ma non la parlano più. Un dialetto, il *Ggurijnartitsch*, il tedesco di Bosco Gurin, che peraltro difficilmente si impara da adulti, privati del contesto in cui utilizzarlo. In totale, i parlanti del *Ggurijnartitsch* oggi si possono stimare a un centinaio, considerando i Guriner emigrati un po' ovunque in Svizzera e all'estero.

Al museo, nella fase di rinnovamento delle sale, abbiamo valoriz-

zato la parte dedicata alla lingua, mettendo a disposizione dei testi e delle registrazioni audio. Inoltre, stiamo lavorando al secondo volume del Vocabolario del tedesco di Gurin. Il primo volume, il vocabolario dei sostantivi di Bosco Gurin, è uscito nel 2014. L'autrice, Emily Gerstner-Hirzel, ha lavorato qui per oltre 30 anni, a partire dalla fine degli anni '60. Purtroppo è scomparsa senza poter finire il lavoro. Ora stiamo lavorando sui verbi e le altre parti del discorso. Questo lavoro è importante, perché, se fino a pochi decenni fa la lingua era soprattutto tramandata a livello orale, adesso si sta cercando di documentarla anche per iscritto.»

Parliamo un po' del folklore e delle saghe dei Walser. La parola tedesca "Sage" si riferisce alla trasmissione orale delle storie, anche se, dal tardo Medioevo e ancora di più nel primo periodo moderno, la tradizione orale è stata in una costante interrelazione con la tradizione scritta - quella scritta e stampata - o pittorica. La studiosa Ursula Brunold-Bigler (relatrice al seminario "Sagen am Tatort. Bei den Walsern", tenutesi a Langwies nel 2018 e promosso dalla Società svizzera delle fiabe) suddivide le saghe walser in tre grandi ambiti: quello legato alle creature sovranaturali, come il diavolo e i suoi alleati o uomini selvaggi, nani, giganti; le saghe storiche, che raccontano di tiranni, guerre, carestie ed epidemie e le leggende eziologiche, che cercano spiegazioni per l'origine dei fenomeni culturali e naturali.

Si narra ad esempio di come, con l'estendersi dei ghiacciai e l'aumentare di vie inaccessibili nacque la leggenda della valle perduta: "das Verlorene Tal" che doveva esistere al di là del Monte Rosa, una sorta di Paradiso perduto. Il museo ha promosso delle attività sul tema del folklore?

«Sì, nel 2012 fa è stata fatta una mostra proprio sulle saghe walser di Bosco Gurin. Elisabeth Tomamichel-Flueler, figlia dell'artista Tomamichel, la quale crea bambole artistiche, aveva realizzato diversi personaggi lasciandosi ispirare dalle leggende e dai racconti del luogo. Anche Kurt Hutterli, artista, docente e scrittore di origini bernesi, aveva costruito degli oggetti a tema fiabe. Inoltre, noi organizziamo una serata racconti nel periodo natalizio. Alcune leggende tradizionali si tramandano ancora nelle famiglie. Ad esempio si parla dei *Weltu*, popolo di uomini selvatici che abitavano in una caverna: si racconta che fossero molto servizievoli e avessero i piedi voltati all'indietro.

Il museo stesso testimonia ancora di un'antica credenza: vi si trova infatti un *Seelabälgga*, una finestrella che veniva aperta quando qualcuno moriva, per permettere alla sua anima di raggiungere l'eternità.»

Un museo davvero sorprendente, quindi, quello di Bosco Gurin!



Al museo due antichi telai sono ancora in funzione.

Con voi verso un futuro sostenibile

ComfortBox è il pacchetto energetico di ALL che combina i benefici di sistemi termici a elevata efficienza e a basso impatto ambientale con la flessibilità di finanziamento offerta dal contracting ALL.

Se scegliete ComfortBox, realizziamo, ampliamo o rinnoviamo l'impianto di riscaldamento della vostra casa o della vostra azienda assumendoci l'onere dell'investimento.

Per una consulenza personalizzata contattateci su info@ail.ch, visitate il nostro sito www.ail.ch o inquadrare con il vostro smartphone il codice QR.



ComfortBox  ail

Aziende Industriali di Lugano (AIL) SA • CP 5131, 6901 Lugano • Tel. 058 470 70 70 • www.ail.ch • info@ail.ch

**“Leggiamo perché
ci permette
di essere sempre
aggiornati su vari
argomenti.”**

ALESSANDRO E SIMONA, PENSIONATI

Non siete ancora
abbonati al CdT?
**Contattateci allo
091 960 31 13
per ottenere il giornale
due mesi in prova
gratuitamente*.**

CORRIERE DEL TICINO

Scopri il sito cdt.ch e l'App CdT Live

*Offerta valida solo
per i non abbonati.

Le notizie e gli approfondimenti a portata di mano.

Le Signore dell'arte

Storie di donne tra il '500 e '600

di Claudio Guarda

Si è recentemente conclusa nelle sale di Palazzo Reale a Milano una mostra dal titolo: "Le Signore dell'Arte. Storie di donne tra il '500 e '600". Grazie al sostegno della Fondazione Bracco, promotrice pure di una importante indagine diagnostica su due pergamene del '600 di Giovanna Guerzoni, vi si raccontava la storia di 34 artiste di talune delle quali si sa ancora molto poco, mentre di altre – bastino i nomi di Artemisia Gentileschi, Sofonisba Anguissola, Fede Galizia e Lavinia Fontana – sappiamo oggi molto di più per via del progressivo ampliamento di conoscenze che, da inizio novecento, ha caratterizzato la riscoperta dell'arte al femminile rimasta troppo a lungo sottotraccia.

In realtà la storia dell'arte al femminile parte da molto lontano, ma la sua consistenza reale è inversamente proporzionale alla sua lunghezza. Il primo ad accennarne fu Plinio il Vecchio nella sua "Storia naturale", il quale si limita però a indicare alcuni nomi sopravvissuti al tempo di pittrici greche tra cui Kalypso, Iaia e Olympas; ma chi fossero realmente, dove e come operassero, quale contributo abbiano dato alla storia dell'arte, di tutto questo sappiamo ben poco. Segue poi un grande vuoto: dal mondo tardo romano in su, fino all'affermarsi dell'Umanesimo, è infatti assai raro trovare menzionato un nome d'artista, sia di donne ma anche di uomini. Questo per il fatto che venivano sostanzialmente considerati come degli 'artigiani' praticanti diverse attività – dalla lavorazione della pietra o del legno all'arte vetraia (si pensi alle grandi vetrate), dall'oreficeria all'ebanisteria, dall'affresco alla pittura – apprese sotto la guida di un esperto maestro il quale insegnava loro tecniche e segreti delle varie arti che si costituivano poi in corporazioni.

Le cose cambieranno con l'affermarsi dell'Umanesimo-Rinascimento e la rivendicazione da parte degli artisti della dignità del loro 'mestiere' da cui, poi, anche il diritto di firmare le proprie opere come segno di proprietà intellettuale. Ciò non ha comunque impedito la dispersione della memoria anche di insigni artisti dei tempi a seguire come Piero della Francesca, Georges de la Tour o Jan Vermeer.

Quanto alle donne presenti nella rassegna milanese, se in un'ottica storico-artistica il discorso non può che concentrarsi soprattutto sulle caratteristiche stilistiche e formali della loro produzione nell'intento di evidenziarne qualità, modelli e punti di riferimento; dal punto di vista sociologico ed umano, l'interesse del visitatore odierno non può che riguardare, in prima battuta, la problematicità di un contesto storico (e talvolta anche familiare) sfavorevole al riconoscimento del ruolo femminile dentro la società, e ancor più



arte



In alto: Artemisia Gentileschi, *Autoritratto come allegoria della pittura*, 1638, Royal Collection, Windsor; sotto: Sofonisba Anguissola, *Partita a scacchi*, 1555.

A lato: Fede Galizia, "Giuditta con la testa di Oloferne", 1596, Ringling Museum of Art, Sarasota, Florida, Stati Uniti; sotto: Giovanna Garzoni, "Natura morta", 1660; Lavinia Fontana, "Minerva in atto di abbigliarsi", 1613, Galleria Borghese, Roma. Nella pagina di fianco: Elisabetta Sirani, "Porzia che si ferisce alla coscia", 1664, Collezioni d'Arte e di Storia della Fondazione Carisbo, Bologna.



alla professione dell'arte da parte di donne. Non solo per quel che riguarda le arti maggiori – architettura, scultura e pittura (si pensi in particolare a mosaici o affreschi in chiese e palazzi) – che comportavano lavori anche pesanti, esigevano un apprendistato duraturo da svolgersi nella bottega di un maestro e sui cantieri, in compagnia di giovanotti ed uomini, cosa ritenuta disdicevole per una giovane donna; ma anche per le cosiddette arti minori quali il disegno, la miniatura, l'illustrazione di libri sacri, la tessitura o il ricamo certamente praticati da non poche donne, soprattutto dei ceti alti o nei conventi.

Fatte salve quelle donne che, nate in una famiglia altolocata o diventate suore, potevano beneficiare degli insegnamenti di un maestro, per di più senza l'urgenza di dover vendere grazie anche al ricco cerchio di relazioni, le altre o erano autodidatte oppure, le più fortunate, avevano imparato il mestiere nella bottega del padre. Queste ultime, però, per vivere della loro professione dovevano esporsi a contatti anche indesiderati o rischiosi, frequentare palazzi e curie, coltivare relazioni e contrattare; d'altro canto pure l'apprendere l'arte nella bottega del padre non era

sempre esente da pericoli come dimostra il ben noto caso di Artemisia Gentileschi, che fu comunque la prima donna ad essere ammessa nell'Accademia fiorentina nel 1616, non però alle sue sedute. Fino al '600 inoltrato fu infatti negato alle donne l'accesso alle accademie dove esercitarsi nel disegno e nello studio del nudo. Ma proprio la storia di Artemisia è anche la prova – non unica, basti pensare a Sofonisba Anguissola alla corte di Spagna – di come una donna dotata di ambizione e tenacia potesse arrivare a frequentare eruditi e letterati, divenendo da pittrice analfabeta un'accademica a Firenze, ammessa a Venezia e a Napoli nei circoli culturali più elitari.

Al di là di queste, i casi curiosi o le sorprese in mostra non mancano: basti il rinvio alle prime donne che, in ordine cronologico, aprivano il percorso. Si tratta di due "artiste" operanti a Bologna tra '400 e '500: e non poteva esserci avvio più emblematico e sorprendente tanto sono diverse e contrapposte. La prima è una suora, **Caterina Vigri**, morta in odore di santità nel 1463, proclamata poi realmente santa nel Settecento tanto che a lei venne dedicata nientemeno che l'Accade-



mia Clementina. Scrittrice e miniatrice, l'opera di Santa Caterina da Bologna (il suo corpo è conservato ed esposto nel monastero delle clarisse) è tutta in relazione alle pratiche di vita religiosa all'interno della comunità monastica. Oggi però, alla luce dei recenti studi, la sua attività artistica si riduce a ben poca cosa: una distorsione cresciuta nel tempo sulla scia del suo carisma spirituale.

Properzia de' Rossi era invece il suo opposto. Nata trent'anni dopo di lei, sarebbe morta di sifilide a soli 40 anni in odore di peccato e di punizione eterna per i suoi comportamenti immorali. Non era certo uno stinco di santa, era sposata ma aveva un giovane amante, lavorava nientemeno che come scultrice (caso rarissimo!), tra frizzi e lazzi, nel prestigioso cantiere di S. Petronio suscitando l'invidia di qualche collega maschio che, vedendola passare avanti, pensò bene di metterla a posto lanciando la solita accusa di concubinaggio. Subì anche due processi, ma aveva indubbie qualità tanto che Giorgio Vasari, il quale non elargiva certo in compiacenze, nella prima edizione delle sue "Vite" cita lei sola come donna artista, non una di più.

Fu più accorta **Lavinia Fontana**, nata nel 1552 sempre a Bologna, città che diede i natali a non poche donne artiste, la quale, consapevole delle proprie capacità e dell'irrinunciabile necessità di esercitare il proprio talento, orgogliosa del proprio status di donna coltivata ed erudita, non solo fece ampie concessioni al soggetto erotico declinato secondo il gusto manieristico internazionale della Scuola di Fontainebleau, ma – come racconta lo storico Malvasia – scelse come marito un uomo piuttosto semplice e dabbene che "*lei aiutar dovesse*", e così fece. Non visse dunque all'ombra di un uomo, semmai mise in ombra il suo uomo, ma furba quanto bastava per non scardinare l'ordine giuridico e familiare che delegava al marito il diritto-dovere di apporre la sua firma e di farsi lui garante nei contratti procurati dalla moglie. Sempre il Malvasia, pochi passi oltre, fa l'elogio della "pittura virile" dell'altra grande bolognese **Elisabetta Sirani** (1638-1665) morta a soli 27 anni: avvelenata per gelosia d'amore – si dice – da una sua allieva, Ginevra Cantofoli, brava pittrice pure lei presente in mostra. Ritenendo di farle il maggiore dei complimenti scrive che "*Eli-*

sabetta [...] à prezzo di sangue, non che di sudori s'acquistò il Sesso Virile. Nacque Femmina, ma d'effeminato altro non ritenne, che la corteccia del Nome; non oprò mai da donna, e più che da huomo." Insomma, per esser grande, una donna doveva rinnegare se stessa e farsi uomo.

Ci fermiamo qui. Al di là delle insistenze sugli orpelli femminili o le raffinate eleganze tanto ricercate dai committenti aristocratici cui più di una si concede, operando comunque in linea con l'estetica del tempo per la quale l'arte è anche perizia del mestiere e decoro; a colpirci maggiormente sono quelle donne che con la loro arte hanno affermato la loro femminilità, magari anche esibendola, o calato nel corpus delle loro pitture soggetti e temi più prossimi alle loro condizioni di vita: dalla maternità alla sessualità, dagli amori infelici all'educazione letteraria e musicale. C'è però un soggetto che più di altri si fa spia del loro malessere o della violenza che le circonda: quando, servendosi della Bibbia o del mito, mettono in scena un campionario di donne coraggiose e dotate di orgoglio, pronte a sfidare l'autorità maschile fino alla sua eliminazione, senza alcuna concessione.

Il sapere femminile di *Casa nostra*

L'economia domestica secondo Macerati (1871-1957)

di Lucia Ghezzi*

Erminia Macerati nacque il 18 aprile 1871 a Genestrerio da Giacomo Macerati, negoziante di Stabio, e Giulia Tiravanti, possidente di Morcote, seconda di tre figli. Diplomatasi presso la Scuola Normale di Locarno, iniziò la sua carriera di insegnante elementare nel 1892 a Brissago. Si fece notare presto per le sue idee liberali: presa di mira da giornali conservatori, dimostrò da subito forte spirito combattivo e grande dialettica. Partecipò alla fondazione dell'Associazione "La Scuola", poi organo dei maestri liberali.

Nel 1901 fu invitata a tenere una conferenza all'assemblea annuale della Società Demopedeutica su un argomento a sua scelta purché inerente alla scuola. La giovane maestra, che con l'occasione divenne membro della Società, affrontò il tema "L'economia domestica e l'educazione della donna". Si gettarono così le basi per una scuola pratica di economia domestica, allora assente in Ticino: date le dimissioni a Brissago, la stessa Macerati venne inviata a frequentare dei corsi presso l'École Ménagère di Neuchâtel per studiarne l'organizzazione e per prepararsi all'insegnamento della materia. Vi si recò nel 1902 e qui ritornò nello stesso anno in qualità di "osservatrice"; in questa veste si recò anche alle scuole di Ginevra e di Berna.

Corsi ambulanti

Nel 1903 la Macerati ottenne il permesso di organizzare il primo corso ambulante "sperimentale" di economia domestica in Ticino. Esso ebbe luogo a Vergeletto, nell'alta Val Onsernone; seguirono nello stesso anno corsi a Muralto, Ascona e Ambri. In effetti, la formula itinerante era stata preferita proprio per riuscire a diffondere anche tra le donne che vivevano nelle zone periferiche del Cantone una formazione che migliorasse le loro pratiche non solo domestiche ma anche igieniche e le aiutasse a utilizzare appieno le potenzialità dell'ambiente: a questo scopo la maestra era affiancata da un medico e dal Direttore della Cattedra d'Agricoltura. Sostenuti finanziariamente dal Cantone e dalla Confederazione nonché dai sussidi elargiti dalla Società Demopedeutica, i corsi venivano organizzati in base alla richiesta di Comuni, associazioni o enti morali interessati, i quali si impegnavano a trovare i locali e a mettere a disposizione le suppellettili necessarie. Non erano ammesse più di dodici allieve, le quali dovevano avere compiuto quindici anni, avere ottenuto la licenza elementare e dovevano poter esibire un certificato medico di buona salute. A carico della famiglia era la tassa d'iscrizione pari a 20 franchi, ma – veniva puntualizzato – il pranzo era fornito gratuitamente dalla Scuola.



Ad Erminia Macerati (al centro della foto) la città di Mendrisio ha dedicato una via nel quartiere di Genestrerio (ex-via Campagnola); un codice QR accanto alla targa permette di accedere alle notizie biografiche elaborate da AARDT.

Formare "scienziate di casa"

L'insegnamento dell'economia domestica era per Erminia Macerati la realizzazione di un ideale di donna, non più "tutta grazie e vezzeggiature" ma nemmeno la donna "che vuole il dominio, o almeno l'eguaglianza coll'uomo". L'assunto di base, infatti, era che "la destinazione naturale" della donna fossero la casa e la famiglia; tuttavia, i tempi moderni chiedevano di realizzare questa vocazione non più su basi empiriche ma su basi scientifiche. Si trattava di formare una "modesta scienziate di casa" e l'economia domestica era lo strumento adeguato a realizzare un tale ideale femminile in quanto "scienza applicata e scienza educativa": su queste premesse la Macerati preparò il programma, che accanto ai lavori pratici dava ampio spazio all'insegnamento teorico. Lo scopo ultimo che la fondatrice dei corsi ambulanti si proponeva era, in realtà, molto più ambizioso: essendo la casa una società in miniatura, l'armonia familiare raggiunta grazie a un angelo del focolare finalmente illuminato dal sapere avrebbe avuto effetti benefici sulla società generale. La Macerati dunque, da

*storica

© Associazione Archivi Riuniti delle Donne Ticino. Lo studio biografico è stato realizzato nell'ambito del progetto *Tracce di donne – Biografie femminili ticinesi del XIX e XX secolo*. Fonti e bibliografia sono consultabili sul sito internet www.archividonneticino.ch/ (sezione *Tracce di donne*). Crediti fotografici: AARDT, Fondo Emma Bernasconi.

una parte, riconfermava il ruolo femminile tradizionale ma, dall'altra, allo stesso attribuiva una esplicita e chiara funzione sociale: ciò permetteva alle donne, che sentivano allora l'esigenza di un cambiamento senza abbracciare la filosofia femminista, di vivere la tradizione in un'ottica "emancipazionista".

Il gran numero di richieste di corsi pose presto il problema della carenza di insegnanti: nel 1908 venne organizzato a Locarno un corso di economia domestica della durata di due mesi sotto la direzione della Macerati per dodici maestre ticinesi. L'ispettrice federale lodò l'iniziativa, ma non ritenne questa formazione sufficiente al conseguimento di un diploma; le allieve riceverono pertanto un certificato di frequenza che avrebbe comunque consentito alle più meritevoli di mettersi alla prova sotto attenta supervisione.

Pioniera non solo in Ticino

A partire dal 1908 Erminia Macerati portò lustro al Cantone diventando il punto di riferimento per chi nel vicino Regno d'Italia volesse assimilare l'esperienza ticinese: tenne un corso di economia domestica per formare maestre a Bergamo e conferenze all'Università popolare di Perugia e presso il salotto della baronessa Franchetti a Città di Castello, dove verrà fondata una scuola di economia domestica; venne poi invitata a dirigere Corsi di economia domestica all'Umanitaria di Milano. Anche l'apertura a Torino, nel febbraio 1911, della prima scuola pratica di economia domestica è attribuita alla sua influenza.

La Macerati fu sempre molto interessata e attenta a quanto veniva fatto all'estero nel suo campo: dal 1909 fu membro dell'Ufficio internazionale per l'insegnamento dell'economia domestica, fondato l'anno precedente durante il primo Congresso internazionale dell'insegnamento di economia domestica a Friburgo, ove aveva sede.

Ispettrice cantonale

Nel 1910 venne nominata docente superiore di economia domestica nella Scuola Professionale femminile di Lugano, ma fu due anni dopo che

la sua carriera raggiunse l'apice, quando cioè assunse la carica di ispettrice cantonale delle scuole itineranti che aveva fondato. Con ciò il numero di ispettorati affidati a donne cresceva a due andando la Macerati ad affiancare l'ispettrice degli asili infantili. In questa veste vigilò sull'insegnamento e si occupò dei programmi e della formazione delle maestre di economia domestica; inoltre, nel 1927 pubblicò il testo *Casa nostra. Trattato di economia domestica*, che venne adottato per decenni in Ticino e in Italia come manuale scolastico. Nella prefazione all'edizione del 1946 la Macerati ricordò l'incontro con la maestra Angelica Cioccarelli-Solichon (1827-1912), autrice di *L'amica di casa*, primo testo scolastico scritto da una donna ad essere pubblicato in Ticino.

Corsi serali in fabbrica

Membro del Comitato per la partecipazione delle donne ticinesi all'Esposizione nazionale svizzera del lavoro femminile (SAFFA) del 1928, dietro permesso e con il sussidio del Consiglio di Stato, vi presentò i corsi itineranti di economia domestica. Nel 1929 entrò nella Commissione dirigente dell'*Educatore della Svizzera italiana*. Nel 1930 riuscì a organizzare un corso di economia domestica in fabbrica a Stabio; l'anno successivo ne seguirono uno a Morbio Inferiore e uno a Vacallo, entrambi serali perché destinati alle operaie.

Quale emancipazione femminile?

Nel gennaio 1934, sulla soglia dei sessantatré anni, diede le dimissioni da ispettrice e il 17 febbraio sposò il vedovo settantaseienne, impresario edile, Angelo Nottaris (1858-1945), originario di Berzona nella Val Onsernone ma domiciliato da decenni a La Chaux-de-Fonds (Neuchâtel).

Come per parecchie altre donne intellettuali dell'epoca, non solo ticinesi, anche per la Macerati l'emancipazione femminile andava perseguita nel rispetto dei valori tradizionali, che l'educazione doveva recuperare e difendere, non certo contestare né tantomeno rovesciare. In quest'ottica accolse con grande soddisfazione il prolungamento dell'obbligo scolastico da quattordici a quindici anni d'età deciso dal governo ticinese nel 1951: in quell'anno in più vedeva infatti "l'età migliore e più propizia, per la preparazione della giovinetta alla sua futura casa" ed effettivamente per le ragazze che non intendevano iniziare un tirocinio si trattava di frequentare la cosiddetta "Scuola della Massaia". Ancora nel 1955, all'inaugurazione della neodata scuola di avviamento professionale e di economia domestica della Fondazione Soldati a Neggio, ebbe l'occasione di ribadire i principi che l'avevano guidata in quella che amava definire la sua "piccola avventura".

"La mamma dell'economia domestica" morì a Genestrerio il 12 dicembre 1957.



Helia Carenzio, una ricarica di energia per l'anima

di Alessandro Zanoli

Possiamo dire che la stagione del jazz dal vivo, nel Ticino pandemico in cui ci ritroviamo, sia iniziata quest'anno il 29 aprile. Si è tenuto infatti quella sera il primo concerto a Jazz in Bess, club luganese che è diventato un po' l'epicentro cantonale per questo genere musicale. Limitatissimo il numero di posti, su prenotazione. Molti hanno scelto però di assistere allo spettacolo via streaming. Nell'attesa dell'inizio, dallo schermo, si poteva osservare il movimento in sala. Nelle primissime file si distingueva molto bene la figura di Helia Carenzio, una delle più assidue frequentatrici delle serate jazz ticinesi.

A vederla, anche soltanto attraverso lo schermo, si provava un piacevole senso di normalità: «Se c'è lei allora tutto è tornato davvero come prima». Da quella gradevole impressione è venuta spontanea l'idea di coinvolgerla nella nostra carrellata di ritratti di appassionati di jazz. Psicologa di formazione, attiva come terapeuta

nei servizi psicologici del Cantone, ha studiato a Parigi e proprio là ha potuto approfondire la conoscenza del jazz e anche stringere amicizia con alcuni suoi autorevoli protagonisti.

Ma andiamo con ordine... Inevitabile chiedere a un'assidua frequentatrice di concerti come lei in che modo abbia vissuto la privazione causata dalla Covid. «Il periodo del lockdown è stato molto particolare, perché ha fatto in modo che avessi ancora più voglia, e persino il bisogno di ascoltare bella musica. Il jazz è davvero fondamentale per me, e la mancanza di concerti mi ha spinto a uno shopping online negli shop di alcune case discografiche. In particolare visitando il sito della ECM ho trovato tanti spunti, tanti dischi di musica di giovani musicisti».

ECM è una casa discografica molto famosa in ambito jazzistico. Tra i musicisti che incidono per l'etichetta ci sono alcuni dei massimi interpreti del jazz moderno. In particolare, il suo produttore Manfred Eicher è riuscito a mantenere nel corso degli anni un catalogo estremamente raffinato, dalla poetica unica e riconoscibile.

«Ho ascoltato molto il pianista Brad Mehldau, direi che mi ha aiutato a superare l'isolamento. Il jazz è stato come un rigeneratore di energia, un sole senza raggi nell'aria. Trovo che i musicisti jazz e non solo loro (nell'ambito rock penso ad esempio a Nick Cave), in questo periodo hanno realizzato molti dischi concentrati, introspettivi, "in minore". E nonostante questo tono un po' depressivo, mi hanno dato tantissimo. Mi hanno ricaricato. Se all'inizio della pandemia molti artisti hanno cercato di comunicare con il mondo affacciandosi alle finestre, con esibizioni estroverse, questi dischi sono più intimi, diretti: sembrano voler fare arrivare le note al cuore di chi vuole ascoltare».

È molto bello sentire una psicoterapeuta parlare di musica mettendone in rilievo gli aspetti legati all'interiorità: «Il jazz mi ha nutrito l'anima. Ne ho seguito le tracce in particolare proprio grazie al catalogo ECM, anche se in genere evito i grossi distributori. Con questa casa discografica c'è un rapporto diverso. Le informazioni mi arrivavano anche attraverso la loro newsletter, e quasi tutti quelli che hanno segnalato mi sono sembrati eccellenti. Direi che è una casa discografica che in Ticino conosciamo bene, anche grazie alla collaborazione con la nostra Radio». La Rete Due RSI, infatti, ha stretto una fecondissima collaborazione con ECM, portando alcuni grandi interpreti a registrare proprio nell'Auditorium Stelio Molo. «Proprio grazie ai concerti organizzati a Besso ho scoperto molti giovani musicisti che sarebbero poi diventati famosi».





È del resto una caratteristica tipicamente ticinese quella di possedere una scena musicale vicina ai massimi livelli del jazz mondiale. Ne abbiamo parlato spesso in questa serie di ritratti. Anche la nostra interlocutrice ha fatto parte fin da ragazza di un clima culturale e creativo in cui questa musica era uno degli ingredienti fondamentali. «Sì, nell'ambiente luganese mi sento di far parte di una tribù, dai tempi in cui un certo mio amico (cioè il suo attuale intervistatore, Ndr.) mi fece ascoltare una cantante che si chiama Billie Holiday. Ci sono personaggi come Lester Bowie, il trombettista dell'Art Ensemble of Chicago, che sembrano ormai amici di famiglia, grazie a tutti i concerti in cui li abbiamo potuti seguire nelle estati luganesi. E non dimentichiamo poi, più tardi, i concerti al festival di Chiasso e al Winter Meeting di Jazz in Bess. Per tornare a quanto dicevo prima, potrei dire che l'ECM è stata una sorta di colonna sonora della nostra epoca. Ma per quello che mi riguarda personalmente, il jazz è stato fondamentale anche nel mio periodo di studi a Parigi. A abitavo vicino al locale 28 Rue du Dunois, dove suonavano grandi interpreti come Steve Lacy, Joëlle Léandre, Derek Bailey, Evan Parker. Quella musica per me è una specie di linfa che nutre le relazioni, e che scorre poi insieme alla musica».

Non bisogna dimenticare comunque che la musica è stata un elemento molto importante nella sua famiglia: «Sì certo, anche a casa mia la musica era presente, faceva parte dell'elettricità della casa. Mio padre era musicista e suonava nell'orchestra della Radio. Ma io nel mio diventar grande avevo un po' rifiutato la musica classica, quella che frequentava mio padre. Il mio mondo era il jazz, magari al punto da andare in motorino a sentire il free jazz ad Arogno, alla Jazzeria del Leo».

Ricordando questo locale storico del jazz più moderno e free, ecco che viene spontaneo tirare confronti con altre realtà che ci circondano. «Bisogna dire che da noi c'è sempre stato molto jazz, per certi versi più che a Milano. A Milano oggi ci sono locali come il Blue Note, in cui arriva il jazz più commerciale, quello delle grandi agenzie. Da noi ci sono più occasioni di ascoltare musica giovane, creativa, di cui mi piace l'entusiasmo.

«La mia cantante preferita è Jean Lee, una eccezionale interprete, molto originale e creativa. Emozione pura. Ho moltissimi suoi dischi.»

Come nell'ultimo concerto a Jazz in Bess, quello che è stato il primo dopo tanto tempo. Sono miei punti di riferimento anche altre manifestazioni dedicate alla musica più avanzata, festival svizzeri come Cully o Willisau, dove andavo sistematicamente. Ricordo in particolare l'edizione tutta dedicata a John Zorn».

Se le facciamo notare che il suo bagaglio di conoscenze nell'argomento è davvero ricco e le sue esperienze la rendono un'appassionata di rara competenza, risponde: «In realtà non so se conosco davvero il jazz: non so se ne so, ma so che mi emoziona. Lo cerco perché è la musica che sento nell'anima. Le forme che mi piacciono di più sono le performance di piano solo, Brad Mehldau come dicevo, oppure di formazioni in trio con batteria, contrabbasso e piano-forte. Ho una predilezione per i contrabbassisti, Gary Peacock, Dave Holland. Il bassista è una figura speciale, secondo me: è la base della musica. Non ha il

ruolo estetico del solista. Il suo compito è permettere agli altri di emergere; con un paradosso direi che i contrabbassisti sono "le donne dei grandi uomini". Mi piacciono per la loro voglia di non apparire. In opposizione a loro, ci sono grandissimi batteristi che riescono a diventar bambini: percussionisti che hanno l'anima di bambini».

Di nuovo è molto interessante sentire parlare una psicologa di jazz: nel suo modo di intendere questa musica è fondamentale l'aspetto relazionale: «Dipende poi certo anche dai luoghi in cui si tengono i concerti: ci sono luoghi in cui c'è un'atmosfera familiare. Ci sono posti piccoli che ti avvicinano ai musicisti».

Ma qual è il tipo di musica che ascoltate a casa? «Mio padre suonava il violino alla Scala di Milano, poi è entrato nell'orchestra della Radio. Non amava il jazz, era interessato più che altro ai suoi aspetti compositivi. A differenza di altre persone, quindi, non ho ascoltato jazz in casa, magari quello delle grandi orchestre del passato, dei grandi interpreti storici. Io sono cresciuta con il free, è la musica che ho adorato sempre. Certo, ascolto molta musica, ma molta di quella che si sente, ad esempio a Estival, non è il jazz che mi appassiona. La fusion ad esempio per me è musica da ballare, come il reggae. Mi piace anche il rock: riconosco che ci sono grandissime personalità artistiche come David Byrne. Ho un ricordo stupendo del concerto di Patty Smith al Museo Hesse. La mia cantante preferita, comunque è Jeanne Lee, una eccezionale interprete, molto originale e creativa. Emozione pura. Ho moltissimi suoi dischi».

Se le si chiede esplicitamente di tirare un collegamento tra la sua passione per il jazz e la sua professione risponde che secondo lei non è così diretto. «In quel contesto è forse più indicata la musica classica, che aiuta a fare il vuoto, e centrarsi su sé stessi. Per me il jazz è una cosa intima, di cura della mia anima, dedicata al mio momento di recupero di energie personale. Nel mio lavoro sono molto concentrata nel rapporto con la persona che ho di fronte: quando ascolto il jazz torno invece su me stessa. È un momento mio, mi mette in sintonia con me stessa».

«Una vacanza in bicicletta unisce generazioni diverse, rafforza la sobrietà per cui un panino, una brioche, una fetta di torta sono ghiottonerie, elimina il superfluo perché il bagaglio pesa, si incrociano altre persone sui pedali con possibilità di incontri felici, si apprezza il movimento continuo e regolare, si gioisce per una pausa ritemprante. E nuovi orizzonti si susseguono, come le immagini di un film.»



Tutto lo charme di una vacanza in bicicletta

di Giuseppe Valli

Quando vedrete questo pezzo certo penserete: ancora la bici? Tranquilli, è la seconda e ultima puntata. Proselitismo sfacciato, lo so. Ma per la bici, questo e altro. Più siamo, più contiamo! Soprattutto in questi tempi difficili la bici è un ancoraggio rassicurante. Parto da questa foto antica, riemersa tra le molte accatstate senza ordine nella memoria del computer. Ho subito pensato che fosse l'ideale per cominciare. Rappresenta l'essenza del cicloturismo felice. Come si può dedurre dall'insegna del supermercato Amico siamo a Pontebba, una località in cui nessuno si sognerebbe mai di transitare. Però si trova su una magnifica ciclopista, l'Alpe Adria Radweg, di cui potrete trovare una moltitudine di informazioni in rete. Unisce Salisburgo a Grado con un lungo tratto spettacolare su una ferrovia dismessa a partire da Tarvisio. Trovo che questa immagine espliciti lo charme di una vacanza in bicicletta: unisce generazioni diverse, rafforza la sobrietà per cui un panino, una brioche, una fetta di torta sono ghiottonerie, elimina il superfluo perché il bagaglio pesa, si incrociano altre persone sui pedali con possibilità di incontri felici, si apprezza il movimento continuo e regolare, si gioisce per una pausa ritemprante. E nuovi orizzonti si susseguono, come le immagini di un film.

Questa foto è di epoca pre-covid. Ora è tutta un'altra faccenda, eppure di principio anche in questo periodo buio la bici si difende molto meglio degli altri mezzi di trasporto. Bastano due sacche agganciate sul portapacchi e si va in piena autosufficienza. Di mete ve ne sono a dismisura.

Anche qui in Ticino siamo messi bene: non ho mai visto tanti cicloturisti come quest'anno a Chiasso dove vi è la conclusione del percorso Nord-Sud che parte da Basilea. Sono 365 km suddivisi in 8 tappe. Basta verificare sul sito www.schweizmobil.ch e mappe dettagliatissime svelano ogni particolare.

Una settimana in bicicletta è stata per anni una costante delle mie estati, al punto che sono riuscito a pubblicare una guida, Pedalar per fiumi, qualche anno fa. La trovate in libreria e nelle biblioteche. Chiedo scusa se mi autocito, ma quasi tutti i miei itinerari lungo i fiumi europei sempre pedalando su sicure piste ciclabili per centinaia e centinaia di chilometri, dal Po al Reno, dal Danubio al Neckar con conclusione nello splendore di Heidelberg, sono in quelle pagine. Adesso ripenso con emozione a quell'epoca beata, ho pure fatto un pensiero a tornare su un fiume che ho amato, l'Elba, da Dresda verso Amburgo. È un periodo difficile. Se ripenso invece al mio amato Reno, rivivo il fascino di arrivare a Colonia in bicicletta con le guglie del duomo che si notano in lontananza e si avvicinano sempre più. Sembra un tuffo nel tempo delle cattedrali. Purtroppo, quelle immagini limpide si sovrappongono quando scrivo alle acque torbide e inquietanti delle esondazioni di questo luglio cattivo.

La bici si abbina perfettamente al treno. Basta essere un pizzico intraprendenti e prenotare il posto per sé e l'amata due ruote sugli intercity. Non è nemmeno troppo complicato! In Svizzera purtroppo la bici in treno costa molto di più che

“Uomini e colline”



Fernando Grignola, di Agno, classe 1932, affermato poeta dialettale e autore di molte commedie radiofoniche trasmesse dalla RSI (è stato per anni il principale collaboratore di Sergio Maspoli) ha dato di recente alle stampe per i tipi delle Fontanaedizioni, nella collana “Terra ticinese”, un bel volumetto di una sessantina di componimenti poetici in lingua, dal titolo “Uomini e colline”. Filo conduttore dei testi è la constatazione di quella trasformazione epocale, che abbiamo visto manifestarsi sotto gli occhi un po' tutti noi della terza età, dei cambiamenti intervenuti anche nel nostro Cantone, con il passaggio dalla civiltà contadina all'epoca post-industriale (“civiltà ammansita da leggi e burocrati”, p. 52).

Le citazioni al riguardo potrebbero essere molte. Pensiamo al testo: “Ma dov'è che sbagliamo noi vecchi (...) che questo mondo non riusciamo / a capire, e voi giovani ci voltate / le spalle, e i poderi vanno tutti / in malora?!” O ancora “Forse il nostro è già quell'altro/ che aspetta: quattro assi e una croce / portata fin qui” (pag. 20-21). Altre volte il richiamo è meno esplicito (“Querce annose d'innunerevoli temporali / non temono le bufere e neanche la morte”, p.63), la nota dominante è comunque la tristezza (“Fa male vedere alla deriva / il ragazzo creduto ieri un portento”, p. 16). Rileva pure la perdita di diverse tradizioni, ad es. di quelle legate alla caccia e alla pesca “Ma la caccia/ agli uccelli / la cattura di rane / e lumache nostrane son ormai proibite, / regolate da severe sanzioni” [...] Il ragazzo ora dice che la caccia, proibite/ le allodole, i merli e le viscarde di passo / è solo per i ricchi che vanno in riserva / a fagiani” (p. 16-17), “Lui s'arrabbia perché questa gente / livellata dal consumismo sfacciato / non gli crede che un tempo / agguantava sott'acqua le trote / gettandole al compagno appostato / fra le acacie sennolente sul fiume” (p. 52).

La sua memoria si spinge anche più lontano nel tempo, fino ai primi anni '40: “Ci fu pure il tempo di guerra (...) per questi paesi / appena al di qua del confine // Fu la morsa dell'oscuramento e del razionamento / e la gente di notte usciva per strada / a vedere i bagliori di Milano che bruciava” (p. 38).

L'autore non manca poi di esprimere simpatia per i lavoratori immigrati: “I lavoratori calabresi tornano stanchi / agli alloggi affittati in paese / e quei loro mosci berretti calcati sulla nuca / inteneriscono appena la frenetica vita / del nord nel somnesso peregrinare / nel cerchio chiuso fra stanza, baracca, / cantiere e stanza giorno dopo giorno” (p. 47), anche nella “Canzone per il Martin bergamasco” dove si legge: “Tanti da noi veniva / il Martin bergamasco che un quintale / un quintale a braccia tese / poteva trasportare” (p. 56). Altre volte si inoltra invece in accurate analisi per distinguere il dialetto bresciano da quello bergamasco. FC

in Italia o Austria. Però l'occasione per scrivere questo pezzo è stata da stimolo a tornare a curiosare su orari e possibilità. Per esempio, tornare sull'Inn e giù verso Vienna su ciclopista. Niente di più facile. Partendo da Chiasso con il primo intercitty del mattino alle 07.55 si è già a Zurigo, in perfetto orario per il treno per Innsbruck. Alle 12.11 siete arrivati con la vostra bicicletta. Nella riservazione sul sito delle ferrovie austriache www.oebb.at inserite Fahrradmitnahme e viaggiate tranquilli con la vostra accompagnatrice a due ruote. La ciclopista è lì, sul bordo del fiume. Seguendo la corrente, dopo l'Inn, nella splendida Passau siete sul Danubio e poi per Vienna sempre dritti. Sarà un percorso indimenticabile. Con la guida Esterbauer, perfetta per il cicloturista con mappe dettagliate e indicazioni per alloggi, tutte le condizioni per un viaggio sereno sono date, sempre che non incappiate nella meteo avversa. In quel caso, si può solo tornare scornati. Con la pioggia si soccombe! Inutile fare gli eroi!

Una foto per aprire, due per chiudere. Una è stata scattata alla stazione di Siena, dove si è formato il gruppo di cicloturisti che lungo la via Francigena ha raggiunto Roma. Uno splendore. Adesso mi ci vorrebbe la bici elettrica. Non è un percorso facile facile. L'altra è stata scatta qui, sul lago di Lugano. E non sfigura affatto. Il nostro paese è un posto per ciclisti, a condizione che tutti si impegnino per piste sicure!



TERTIANUM

Cornaredo



PROFESSIONALITÀ ED EMPATIA AL SERVIZIO DEL BENESSERE DELLA TERZA E QUARTA ETÀ.

“Nel centro abitativo e di cura Tertianum Cornaredo di Porza Lugano ci prendiamo cura dei nostri ospiti secondo le loro esigenze, sia negli appartamenti che nelle camere medicalizzate.”

Il Centro Abitativo e di cure Tertianum Cornaredo offre spazi luminosi, ampi e moderni che permettono di soddisfare le esigenze di ognuno in modo da sentirsi a casa. Situato nel nuovo quartiere omonimo, la struttura si apre su un parco lussureggiante ed è contornata da aree di incontro e svago. Numerose attività si trovano nelle immediate vicinanze: centri commerciali e sportivi, cinema, negozi, scuole e uffici. Il centro si trova inoltre in prossimità dei mezzi pubblici e degli ospedali.

GLI APPARTAMENTI PROTETTI

Un'offerta abitativa di 40 appartamenti di varie metrature, tutti dotati di ampi terrazzi, da vivere e arredare secondo il proprio gusto. Dispongono di una moderna e attrezzata cucina openspace con salotto, una o due camere, bagno senza barriere architettoniche. Ogni locale è dotato del servizio di chiamata di emergenza attivo 24 ore su 24, per garantire aiuti rapidi ai residenti. I pasti e le pulizie sono proposti in pacchetti opzionali mensili.

IL REPARTO CURE

Adatto agli ospiti non autosufficienti per cure di lunga o breve durata. Il reparto dispone di 38 camere singole e 4 camere doppie, tutte con bagno privato, attrezzato secondo gli standard più moderni. Le camere sono personalizzabili secondo le esigenze e il gusto degli ospiti.

IL NUCLEO ALZHEIMER

Primo e unico reparto del gruppo Tertianum in Ticino. Qui trovano il loro posto ideale anche le persone che soffrono di demenza e per questo più fragili. L'ambiente protetto, concepito secondo i più recenti studi e il personale altamente qualificato, offrono un programma di supporto e assistenza nello specifico a soggetti che presentano decadimento cognitivo ma conservano ancora una certa autonomia psicomotoria. Completano il nucleo specializzato una stanza dotata di aroma e musicoterapia ed un giardino sensoriale, per stimolare le diverse capacità motorie e percezioni spaziali del singolo ospite.

IL BISTRÒ

Aperto tutti i giorni propone per pranzo tre piatti a scelta (minestra o insalata, portata principale a scelta, acqua minerale), piatti più leggeri a cena e menu diabetici secondo le esigenze di ogni singolo ospite. È possibile accomodarsi anche solo per bere un caffè, consumare uno spuntino a metà pomeriggio, o per partecipare a uno dei tanti eventi organizzati durante l'anno dalla struttura.

**Via Chiosso 9, 6948 Porza
Tel. +41 (0)91 601 43 43**



Il piacere di creare figure dal nulla

di Laura Mella

La prossima volta che vedrò i bronzi di Jean Arp nella zona del Lido di Locarno, il pensiero correrà certamente a Valerio Bianchi e all'amore per il suo mestiere che, nell'età della pensione, si è trasformato in hobby. Classe 1936 il nostro socio di Coldrerio ha infatti lavorato tutta la vita per la fonderia Perseo di Mendrisio dove ha avuto la fortuna di collaborare con artisti del calibro di Remo Rossi, Fernando Botero, Pierino Selmoni, Nagar Arnoldi, Ivo Soldini e, appunto, Jean Arp. «Di tutti loro non posso dire niente di male, mi hanno sempre trattato bene», mi racconta Valerio all'ombra di un pergolato, dove l'ho raggiunto lo scorso aprile per una piccola intervista. «Avevo sempre piacere a lavorare con gli artisti, perché potevo imparare. Purtroppo non ho potuto studiare, ma a me va bene così. Remo Rossi mi diceva: "Guarda Valerio la scuola conta, però che conta tanto è la bottega, devi sempre fare, sempre fare, sempre fare".»

E così lui ha fatto. Di opera in opera ha affinato la tecnica e messo a frutto un talento che indubbiamente era venuto al mondo con lui: «non ero bravo in matematica – mi dice – ma i mie disegni venivano sempre appesi a scuola, anche in collegio



Novità libraria

Alla scoperta della biodiversità



Escursioni nelle zone naturali protette del Canton Ticino

Scoprire la biodiversità camminando lungo 27 itinerari, con proposte per tutti i gusti e tutte le stagioni, dall'escursione alpina alla passeggiata in famiglia sul fondovalle. Esplorare e conoscere alcune delle più belle zone naturali protette del Canton Ticino. Capire il valore della biodiversità, le minacce che gravano su di essa e la necessaria protezione. Ogni itinerario illustra, con un linguaggio accessibile a tutti, le particolarità degli ambienti naturali e dei paesaggi che si percorrono, con curiosità sulle specie e sulle attività umane. Corredato da 494 foto, il testo è completato dall'indice fotografico delle 400 specie di flora, fauna e funghi citate nel testo. Passo dopo passo, si scoprono le meraviglie della natura che ci circonda.

Formato 12 x 18 cm

Pagine 516

Foto 900 a colori

Prezzo Fr. 40.- (+ spese postali)

Ordinazione:
SalvioniEdizioni

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

a Locarno. Praticamente sono un autodidatta, mai fatto un'ora di disegno, nemmeno di scultura, insomma ho rubato il mestiere: a furia di ritoccare le cere e lavorare sulle opere degli scultori ho memorizzato le forme.»

Gli chiedo allora come è arrivato in fonderia. «Volevo fare qualcosa con il disegno e inizialmente avevo pensato alle ceramiche, ma avrei dovuto andare in Italia a studiare e la mia famiglia non poteva permetterselo, era troppo costoso», mi risponde per poi aggiungere: «Un amico pittore mi ha consigliato di rivolgermi alla fonderia. Mi ha detto "vai su Valerio, che lì fanno le sculture in bronzo". Ci sono andato e sono rimasto folgorato...»

Così folgorato che a 23 anni dalla pensione è ancora lì che modella sculture nel suo garage trasformato ormai nel suo personale laboratorio dove, partendo dal bozzetto o anche a memoria, quando l'immagine di ciò a cui vuole dare forma è già ben chiara nella mente, plasma di tutto: «Mi piace creare dal nulla, sculture figurative, lo faccio per me. Adesso, per esempio, sto lavorando a un gufo», mi racconta entusiasta.

Mentre mi mostra le sue opere, mi spiega il lavoro in fonderia, i vari passaggi che ci sono perché il modello in gesso, consegnato dallo scultore, diventi poi una statua in bronzo, in che cosa consiste la tecnica della cera persa e i modi con cui si ottengono i vari colori. «È un grande lavoro, per questo è un peccato che non si nomini mai la fonderia. In sé facciamo tutto: siamo noi a riprodurre la forma, a darle il colore, la patina giusta, anche se chiaramente seguiamo le indicazioni dell'artista.»

Lo guardo dare vita in pochi minuti a una colombella e penso che di sicuro nei mesi di isolamento dovuti alla pandemia non si è annoiato. La scultura del resto non è il suo unico hobby: Valerio, oltre a comporre canzoni in dialetto, suona la fisarmonica e la tastiera! Un amore, quello per la musica, ereditato da suo padre e che oggi è sbarcato online grazie al suo profilo Facebook, dove posta le sue rivisitazioni di brani celebri.

Quest'anno compirà 85 anni e se gli chiedete se ha un segreto per restare in forma vi dirà che no, non ce l'ha. «Mangio poco e faccio lavorare la testa», confessa per poi concludere: «Mi ritengo fortunato!».

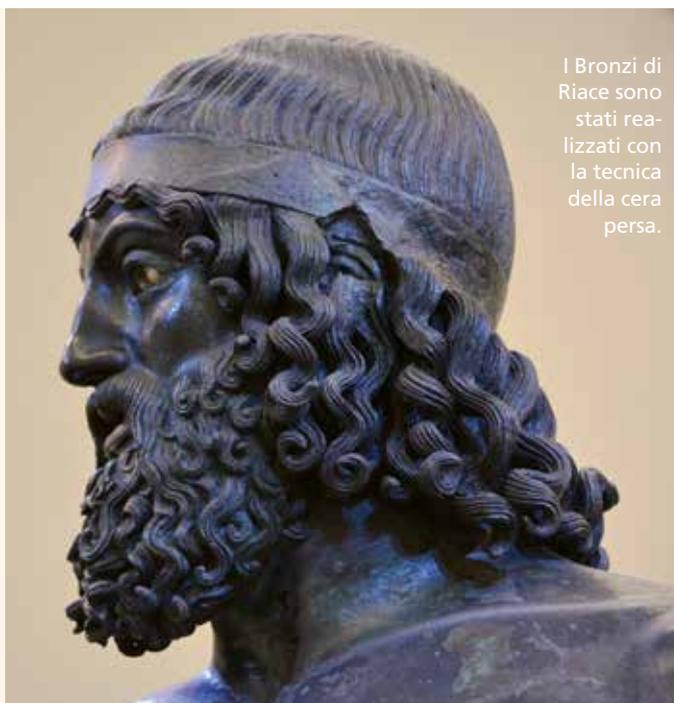


La tecnica della cera persa

La fusione a cera persa viene utilizzata fin da epoche antichissime per realizzare sculture in bronzo. Si tratta di una tecnica che sfrutta la caratteristica della cera di sciogliersi ed "evaporare" ad alte temperature. L'obiettivo del processo è infatti quello di creare un modello del bozzetto dell'artista che possa dissolversi quando riscaldato (da qui il nome "cera persa") e venire sostituito dal metallo fuso che, una volta solidificato, darà vita all'opera d'arte finale.

La prima statua di grandi dimensioni fusa con la tecnica della cera persa in epoca moderna è il San Giovanni Battista di Lorenzo Ghiberti (1412-1416), che venne prudentemente fatta in più pezzi separati, assemblati in un secondo momento. La tecnica del bronzo aveva innegabili vantaggi rispetto alla pietra, poiché la maggiore coesione del materiale permetteva un atteggiarsi più libero nello spazio dei soggetti senza timori di fratture, ottenendo risultati di maggiore naturalezza e vivacità.

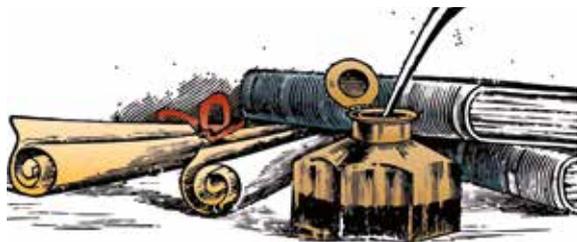
La tecnica della cera persa oggi è utilizzata anche in gioielleria così come nel campo odontoiatrico e industriale dove è impiegata per creare componenti meccanici nel settore aero-spaziale, nucleare, dell'arredamento o della nautica. (Fonte wikipedia)



I Bronzi di Riace sono stati realizzati con la tecnica della cera persa.

Novità nel diritto successorio

di Emanuela Colombo Epiney, avvocato



Il diritto successorio del Codice civile svizzero è ultracentenario. Ha beneficiato di alcuni ritocchi in occasione di grandi riforme legislative (filiazione, divorzio, adozione, unione domestica registrata, diritto di protezione degli adulti e dei minori) ma finora non era stato interessato direttamente da una revisione. I cambiamenti della società negli ultimi decenni hanno tuttavia indotto il Consiglio federale a esaminare il problema delle successioni, in particolare nelle famiglie ricomposte (cosiddette famiglie mosaico). Lo scopo della revisione era, in particolare, quello di permettere alle persone di disporre in modo più flessibile del loro patrimonio mediante la riduzione della porzione legittima destinata ad alcuni eredi legali. La revisione è stata votata dalle Camere federali il 18 dicembre 2020 (il testo è pubblicato sul Foglio federale 2020 pag. 8703) e il Consiglio federale ha deciso che entrerà in vigore il 1° gennaio 2023.

Il nuovo diritto sopprime completamente la quota legittima dei genitori del testatore/della testatrice e riduce quella dei figli dai tre quarti della loro quota ereditaria alla metà. Le quote legittime del/della coniuge o del/della partner registrato/a rimangono invece invariate. Il coniuge superstite perderà tuttavia il diritto alla quota legittima se al momento della morte del/la disponente sarà pendente una causa di divorzio. Altrettanto varrà, per analogia, in caso di scioglimento dell'unione domestica registrata.

Le nuove disposizioni permetteranno al/la disponente di avere una maggiore quota disponibile del patrimonio da destinare a persone che non sono eredi legali o per agevolare la trasmissione di un'azienda familiare. Altre modifiche riguardano le convenzioni matrimoniali che prevedono una modifica della quota legale di partecipazione all'aumento, con una migliore protezione per i figli comuni e i loro discendenti.

Non ci sarà un regime transitorio e le nuove disposizioni legali si applicheranno immediatamente a ogni successione aperta dopo la loro entrata in vigore, anche se il testamento era stato redatto prima del 1° gennaio 2023. È quindi importante verificare nel corso del 2022 tutti i testamenti e le convenzioni matrimoniali esistenti, con la consulenza di un esperto (avvocato e/o notaio), eventualmente anche di un/a fiscalista, per valutarne le conseguenze alla luce del nuovo diritto successorio e decidere in conoscenza di cause se sono necessarie modifiche.

E se mi tatuassi?

L'ago d'Ago

Sto vivendo con un complesso d'inadeguatezza. Mi sento anziano, non al passo coi tempi, fuori da ogni logica di vita.

Forse mi tatuerò, non so dove e non so nemmeno che tipo di tatuaggio potrei propormi. Vedi un sacco di giovani con le braccia variopinte e ti chiedi come mai, pur essendo piuttosto caldo, girano con le maniche lunghe. Poi, più da vicino, scopri che non è la camicia o il pullover, bensì l'immagine di un drago o di un serpente, del ritratto del proprio cane, del gatto o di un giardino pensile.

Poi ci sono le scritte: in aramaico antico, in giapponese, in cinese, qualche volta in caratteri cirillici o in geroglifici egiziani. Quindi vedi gente che non va oltre la conoscenza linguistica del dialetto della ferrovia che si vanta di esprimere in giapponese la bellezza della vita.

Tante volte la scritta copre buona parte del petto o della schiena tanto che andare a capo è un problema. Si può incappare in qualche capezzolo imprevisto che al massimo si può utilizzare come punto interrogativo. Suppongo che i miei lettori siano piuttosto in là con gli anni e sono certo che quando vedono un Fedez o un J-Ax de noiatri arricciano il naso.

Amici miei, che facciamo? Ci limitiamo a criticare o vogliamo adeguarci?

Apriamo un "Art studio Tattoo" per anziani, magari funziona. Ci facciamo tatuare qualsiasi cosa sotto le pieghe della pelle e per chi vuole vederla gliela solleviamo un tantino. Un po' un "ti vedo non ti vedo". Poi se ci adagiamo su una sdraio in costume da bagno, quando la pelle si stira un po', mettiamo in mostra tutto quello che l'epidermide nascondeva. Per chi avesse il petto o la pancia, ma anche le braccia e le gambe particolarmente villose studieremo il da farsi. Qualche spazio incolto lo troveremo.

Io mi ispirerò ai tatuaggi degli indios della Papuasias. Non sono molto complicati, ma coloratissimi di rosso, di giallo, tutti colori molto caldi, molto adatti ai climi invernali. Sarò fierissimo del mio tatuaggio, mi sentirò al passo coi tempi, finalmente.

Ah, dimenticavo: gli indios della Papuasias sono considerati primitivi o perlomeno poco evoluti. Vabbè.



Il prezioso aiuto della collaboratrice familiare condivisa

Redazione

Una nuova figura professionale si sta facendo largo nei Servizi di assistenza e cura a domicilio: la collaboratrice familiare condivisa. Ne abbiamo discusso con Roberto Mora, direttore dell'Associazione Bellinzonese per l'assistenza a domicilio, che offre questo servizio da un paio di anni.



Il prossimo anno l'Associazione Bellinzonese per l'assistenza a domicilio (ABAD) soffierà su 50 candeline. Partita nel dicembre del 1972 con solo due collaboratrici, oggi l'ABAD può contare su 170 collaboratori che si prendono cura di circa 1250 pazienti all'anno con prestazioni che vanno dal semplice aiuto nell'economia domestica a interventi di tipo infermieristico. Da due anni nei suoi servizi si è aggiunto un nuovo tassello: la collaboratrice familiare condivisa (CFC), una figura professionale importante perché oltre ad offrire un aiuto concreto e tempestivo all'anziano, sgrava in modo competente i familiari che se ne prendono cura.

«Nel Bellinzonese abbiamo attivato il servizio già un paio di anni fa, ora insieme a l'ACD di Mendrisio stiamo portando avanti la fase sperimentale su mandato del Cantone e sotto la supervisione della professoressa Luisa Lomazzi – spiega il direttore Roberto Mora – l'idea è nata da alcune semplici constatazioni: la prima è che le persone non vogliono andare in casa anziani. È una forma di rifiuto che nemmeno col tempo è cambiata; sembra radicata nel profondo e credo abbia a che fare con i ricordi, l'intimità, la privacy: lasciare la propria abitazione è un po' come perdere un pezzetto di sé. La seconda è emersa da uno studio fatto dal Credito Svizzero: il 25% delle persone finisce in casa anziani per motivi sociali: il problema non è di natura fisica ma è la diretta conseguenza del fatto che la persona non ha più nessuno attorno che le possa garantire l'aiuto necessario per continuare a vivere a casa. A questo aspetto si lega una

«Non mi rendevo conto di quanto fossi sola»

La testimonianza di Rosa

«Ricorrere alla collaboratrice familiare condivisa (CFC) è stata un'idea di mia figlia. A suo dire mi ero isolata e temeva che il mio stato generale regredisse. All'inizio ero piuttosto reticente, ma poi mi sono trovata subito bene con Irene e Lucia, le CFC che si alternano regolarmente. Andiamo a fare la spesa e a volte mangiamo pure insieme, inoltre si occupano di piccole faccende domestiche, si intrattengono con me. Non mi rendevo conto di quanto fossi sola e di quanto fosse importante mantenere contatti sociali e personali regolari. Con Irene e Lucia si è già creato un bel legame e mi rallegro sempre della loro presenza. Vedo che entrambi i miei figli sono più tranquilli e sereni.»

terza constatazione: quello svolto dai familiari curanti è un lavoro prezioso, occorre aiutarli a svolgere questo compito senza che si esauriscano, perché se il familiare cede, viene meno anche la possibilità di tenere l'anziano a casa.»

Quali sono i principali obiettivi di questo servizio?

«Accrescere le possibilità per le persone anziane o affette da malattie croniche di rimanere al proprio domicilio il più a lungo possibile. Sostenere i familiari curanti che

non devono sentirsi lasciati soli nella loro importante funzione di supporto nel farsi carico dei propri cari. Migliorare la supervisione e il coordinamento di questa figura facendo capo a risorse interne al Servizio.»

Condivisa perché?

Perché la collaboratrice si condivide con altre persone, non si occupa solo di un utente, così come all'utente verranno assegnate in genere due collaboratrici, le quali, però, si occuperanno di più cose. Creare un piano di rotazione non è facile. Per noi è infatti fondamentale rispettare la legge sul lavoro e il contratto collettivo vigente. Cerchiamo di fare del nostro meglio per trovare un equilibrio tra le necessità dell'anziano e quelle del nostro personale. Operando come figura integrata all'interno di un'équipe curante, le collaboratrici non si sentono sole e il loro lavoro è valorizzato perché hanno uno sguardo privilegiato sullo stato socio-assistenziale degli utenti: passando più tempo con loro, notano dettagli che magari altrimenti sfuggirebbero. Non da ultimo, la loro presenza rivitalizza la persona, chiacchierando, facendo delle attività insieme, anche piccole cose che però vanno a riempire di appuntamenti una settimana vissuta spesso come infinitamente vuota e uguale.»

Per saperne di più sulle prestazioni, i criteri d'accesso alle stesse e i costi, potete contattare l'Associazione Bellinzonese per l'Assistenza e cura a Domicilio, tel: 091 850 40 80, mail: info@abad.ch, www.abad.ch.

Contro il dolore cronico ora c'è un Filo di Speranza

di Laura Mella

“Si può migliorare la qualità di vita, si può guarire”. È questo il messaggio di Filo di Speranza (FdS), l'Associazione svizzera per la nevralgia del pudendo e le neuropatie dolorose nata l'anno scorso per tendere la mano ai pazienti che soffrono di dolore cronico. Il suo obiettivo: arrivare a una diagnosi concreta e a una terapia efficace lavorando in maniera multidisciplinare. Ne abbiamo discusso con la presidente dell'associazione Elena Pellanda, la quale ha vissuto in prima persona il dolore causato dalla nevralgia del pudendo e le difficoltà di diagnosi ad essa associate.

Com'è nata Filo di Speranza e di cosa si occupa nello specifico?

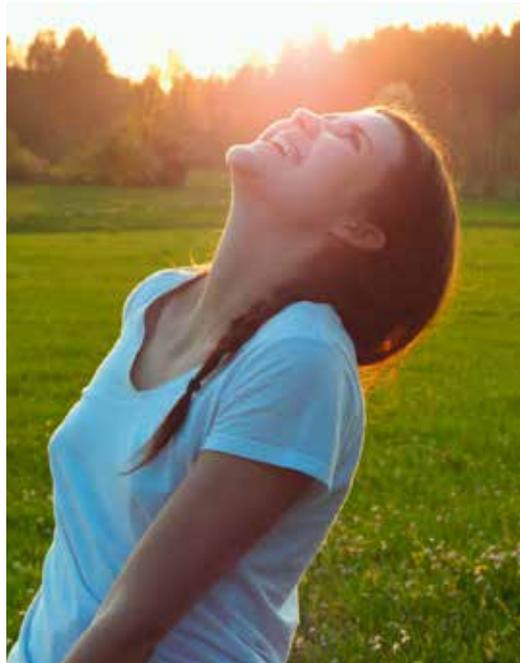
Un giorno questo dolore ti sarà utile, potrei rispondere così. FdS è nata perché altri non abbiano a vivere la mia stessa esperienza di solitudine di fronte a medici che ti dicono che non hai nulla, mentre tu sei devastata dal dolore. Con FdS ho costruito una rete di medici e terapisti che sanno cosa è il dolore cronico, che ascoltano e lavorano insieme per creare un percorso terapeutico fatto su misura del paziente. Solo una presa a carico a 360° può migliorare la qualità di vita e guarire il dolore cronico. Il paziente viene accolto e preso per mano nella terapia. Nessuno viene lasciato solo.

Cos'è la nevralgia del pudendo? È curabile?

È un dolore di tipo bruciante, di intensità insopportabile in area perineale e perdura tutto il giorno. Il dolore più spesso è unilaterale, ma vi sono casi in cui può essere anche bilaterale. A volte si irradia anche all'arto inferiore, quando la nevralgia nasce nella zona sacrale, in relazione a alterazioni di rapporti statico-posturali del bacino, che causano sofferenza sui forami di emergenza delle radici spinali e sui nervi radicolari, come lo sciatico. È una patologia curabile e merita una presa a carico multidisciplinare: neurologo, ginecologo, urologo, fisioterapista, agopuntore, osteopata... devono collaborare nell'affrontare il problema, per arrivare alla diagnosi corretta e alla terapia migliore, facendo in modo che il paziente non si senta solo ma accolto.

Cosa si intende per dolore cronico e perché è così difficile da trattare?

Vi sono due tipi di dolore, uno utile perché ci allontana da uno stimolo nocivo che ci danneggia, uno “cattivo” che è presente nel nostro cervello, sia nella parte emozionale che nella parte somatosensoriale, che invece rappresenta un circuito nervoso aberrante difficile da eradicare perché si mantiene come “memoria” a livello centrale. Il



dolore cronico è questo secondo tipo di dolore, difficile da trattare perché non è infiammatorio ma determinato da circuiti cerebrali, su cui influiscono le emozioni, il sonno, le relazioni affettive.

La somatizzazione può giocare un ruolo?

Poiché la sensazione dolorosa che arriva alla corteccia sensitiva è veicolata da vie nervose che si collegano anche nel talamo e nel sistema limbico, sede delle emozioni, essa risente dello stato psichico del paziente e degli stimoli ambientali (situazioni stressanti o relazioni affettive). Quindi, il paziente con dolore cronico entra in un circolo vizioso in cui il disagio legato al dolore aumenta la depressione, i disturbi del sonno e l'isolamento sociale e questi ultimi riverberano negativamente sul dolore, contribuendo a consolidarlo. Ecco perché è così importante non lasciare solo il paziente, ma circondarlo di operatori consapevoli del suo disagio, che non lo colpevolizzino e lo facciano sentire al centro della cura, comunicando tra di loro in maniera multidisciplinare.

Avete iniziato l'attività in piena pandemia, come stanno andando le cose?

Molto bene. Ci siamo fatti conoscere con il nostro volantino distribuito nelle farmacie del Ticino, abbiamo tenuto una conferenza a Mendrisio (fruibile anche sul nostro sito), sono apparsi articoli su giornali e riviste, siamo stati in tv. Tante cose in un solo anno. Ma quello che ci rende più orgogliosi è che coloro che si sono rivolti a noi, ora stanno meglio. Detto ciò, ringrazio tutti coloro che hanno creduto in FdS e sostengono questo progetto molto ambizioso.

Maggiori informazioni sul sito dell'associazione: www.filodisperanza.ch.

salute



FILO DI SPERANZA
ASSOCIAZIONE SVIZZERA PER LA NEURALGIA DEL PUDENDO
E LE NEUROPATIE DOLOROSE

Maltrattamento e abuso, se ne parla a ottobre

Si terrà il 13 ottobre presso la Casa del Popolo a Bellinzona il Convegno 2021 di AvaEva

a cura della redazione di AvaEva

Dopo un anno difficile durante il quale non abbiamo potuto organizzare i nostri consueti eventi annuali, siamo felici di invitarvi al nostro Convegno 2021 a tema "Maltrattamento e abuso". Il Convegno si terrà il 13 ottobre 2021 presso la casa del Popolo di Bellinzona. Le ragioni per le quali intendiamo occuparci di questo tema sono molteplici. L'accudimento di un familiare anziano, malato, con problemi di demenza può diventare un peso importante da sostenere per il caregiver. Il sovraccarico, la sensazione di impotenza e di non farcela possono portare purtroppo a volte ad avere reazioni delle quali in seguito ci si può pentire, azioni che possono sfociare nel maltrattamento – verbale, psicologico, fisico. Molte delle donne di AvaEva sono confrontate con la cura di un familiare anziano e abbiamo scelto di parlarne anche per loro.

Già nell'aprile dello scorso anno abbiamo parlato su queste pagine del problema del maltrattamento, con un articolo di Raquel Galli Zirpoli, già membro di Comitato di AvaEva. Proprio Raquel ha lanciato il tema, che abbiamo poi scelto per il Convegno annuale. In aprile 2020 la pandemia era appena iniziata e probabilmente nessuno di noi immaginava che questa difficile situazione sarebbe durata così a lungo. Il coronavirus ha fatto sì che ci ritrovassimo improvvisamente confinati in casa, ha cancellato di colpo tutti i nostri rapporti sociali. Questo ha significato anche, per alcuni, l'impossibilità di allontanarsi da situazioni di disagio o maltrattamento. Nelle case per an-

ziani la dimensione di questo dramma ha raggiunto forme ancora più estreme, agli ospiti non è stato possibile ricevere visite per un lungo periodo di tempo, con tutte le conseguenze psicologiche che ciò comporta.

Il Covid inoltre ha probabilmente reso ancor più difficoltosa la segnalazione dei casi di maltrattamento (il portale "Vecchiaia senza violenza" ha registrato nel 2020 circa 200 casi di violenza ai danni degli anziani in Svizzera). Non possiamo però escludere che i numeri siano più alti di quelli delle statistiche e che una certa quantità di casi rimanga purtroppo sommersa. Auspichiamo che una maggior consapevolezza del problema a livello sociale possa incentivare la ricerca di soluzioni e soprattutto promuovere la prevenzione, facendo in modo che anche i familiari curanti possano avere un supporto per accudire al meglio i propri familiari.

Relatrici del nostro Convegno saranno **Carla Sargenti** e **Francesca Ravera**: con loro analizzeremo il fenomeno sia a domicilio che all'interno di strutture per anziani, approcciando il tema, come vedremo, da due differenti punti di vista per comprenderne le varie sfaccettature.

La prof.ssa Carla Sargenti è docente ricercatrice DEASS-SUPSI, già responsabile del percorso Advanced Studies in Gerontologia e Geriatria, SUPSI. La sua attività di ricerca fa riferimento prevalentemente all'abuso in ambito familiare e/o istituzionale, e affronta la tematica con un riguardo speciale a ciò che potrebbero essere i suggerimenti preventivi e le strategie da mettere in atto per far fronte a situazioni di sopruso o di violenza.

La dott.ssa Francesca Ravera è psicologa e psicoterapeuta. Svolge la sua attività professionale presso il servizio Promozione Qualità di Vita di ProSenectute. L'approccio della dott.ssa Ravera si rivolge più direttamente agli anziani coinvolti in prima persona, oppure ai famigliari e ai curanti che hanno in carico l'anziano in questione.

Convegno AvaEva 2021:

Tema: Maltrattamento e abuso

Quando: 13 ottobre 2021, pomeriggio (seguirà l'orario esatto)

Dove: Casa del Popolo, Viale Stazione 31 - 6500 Bellinzona

Iscrizioni: scrivendo a info@avaeva.ch oppure chiamando lo 076/679 07 78.

L'evento è gratuito. Per l'organizzazione di questo Convegno abbiamo ricevuto un generoso supporto finanziario da parte del Consiglio Anziani del Canton Ticino, che ringraziamo di cuore. Vi aspettiamo!



Impianto cocleare: per ogni età

di Maria Grazia Buletti

«L'impianto Cocleare (IC) è una procedura consolidata nel trattamento dell'ipoacusia grave e profonda del paziente adulto e del bambino e spesso porta ad ottimi risultati (con differenze individuali)». A parlare è Cinzia Santo di ATiDU che spiega l'evoluzione dell'IC: un ausilio per l'udito tecnicamente avanzato, indicato per quelle persone gravemente sorde che non traggono benefici dagli apparecchi acustici convenzionali ad elevata potenza. Costituito da una componente interna (che funge da ricevitore/stimolatore, da filo porta elettrodi) e da una esterna (processore vocale) che trasforma in impulsi elettrici codificati dal processore le onde sonore di parlato, rumori e suoni. Impulsi a loro volta inviati alla bobina per mezzo di un cavo sottile. La bobina è posizionata sopra l'impianto al quale invia i segnali codificati attraverso la pelle. Quindi, l'IC "legge" questi segnali codificati e li trasmette alla chiocciola dell'orecchio interno (Coclea). Si tratta di una stimolazione diretta del nervo acustico che, a sua volta, invia gli impulsi ai centri uditivi del cervello che li riconosce come impressioni sonore. Un tempo particolarmente consigliato per bambini sordi dalla nascita (o che hanno perso l'udito in seguito) e per gli adulti con normale apprendimento verbale diventati gravemente o del tutto sordi, oggi è un trattamento esteso anche ai pazienti geriatrici, in passato esclusi da questa procedura a causa di alcuni fattori considerati prognosticamente negativi come la degenerazione delle vie uditive centrali e periferiche correlate all'età, la lunga durata della deprivazione uditiva, il deficit cognitivo e la riduzione della plasticità neurale (capacità del cervello di adattarsi alla nuova condizione). Il suo perfezionamento e l'acquisizione di notevole esperienza hanno contribuito all'estensione di questo trattamento di IC alla popolazione anziana esclusa in passato: un necessario cambiamento di paradigma indotto dal fatto che la prevalenza dell'ipoacusia tende ad aumentare insieme all'età della popolazione e rappresenta una delle disabilità più frequenti nei pazienti geriatrici, con importanti implicazioni mediche, psicologiche e sociali che a loro volta potrebbero determinare una significativa diminuzione della qualità di vita. Numerosi studi pubblicati sui risultati della procedura di IC nell'anziano hanno dimostrato il miglioramento della capacità uditiva, la buona tolleranza anche nei soggetti più anziani ai quali migliora la qualità di vita, oltre alla fiducia in se stessi. Alle persone anziane va l'invito di informarsi individualmente presso ATiDU sull'Impianto Cocleare per rapporto alla propria condizione personale. In ottobre ATiDU organizza inoltre una giornata informativa dedicata interamente all'IC.

Contatti & Info: info@atidu.ch

L'allenamento uditivo dopo l'impianto cocleare

di Gabriella Forrer, audiopedagogista

Le protesi acustiche tradizionali amplificano il suono usando la funzione cocleare residua, mentre l'impianto cocleare (IC) è un sistema elettronico sofisticato che sostituisce interamente la coclea.



L'IC implica un intervento chirurgico e richiede un percorso riabilitativo per ripristinare le abilità uditive; esso favorisce la comunicazione e la comprensione del linguaggio verbale, i rapporti sociali, l'uso del telefono e la prospettiva di una migliore qualità di vita. 1 mese dopo l'intervento chirurgico, l'IC viene attivato, iniziano gli adattamenti tecnici (in clinica) e la riabilitazione uditiva con terapisti specializzati e riconosciuti dall'Al. Il training percettivo uditivo è programmato in modo individuale e l'allenamento acustico di un'ora in ambiente protetto ha cadenza settimanale per un anno circa. Le tappe della riabilitazione sono generalmente: familiarizzazione col nuovo dispositivo (motivazione all'uso) come spinta a sperimentare e vivere nuove sensazioni, attenzione sulla "detezione" (capacità di percepire/sentire rumori ambientali), allenamento con segmenti fonetici, con materiale verbale (con silenzio e rumori) e conversazione telefonica. Importante è lavorare sugli aspetti cognitivi: comprensione e comunicazione. Al termine, il terapeuta elabora un rapporto per la clinica e l'Al (per riconoscimento finanziario).

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!**





Tanti auguri ad Alice per i suoi 100 anni!



Giornata di grigliata e assemblea per il gruppo Gambarogno.



Il gruppo di Novazzano si gode la partita.

LOCARNESE E VALLI

Gruppo Gambarogno

Si sono svolte giovedì 29 luglio la grigliata e l'assemblea organizzata dai volontari dell'ATTE sezione Gambarogno alla quale hanno partecipato un centinaio di soci, tra cui il sindaco di Gambarogno, Gianluigi Della Santa, e la capo dicastero Cristina Zerbola, i quali hanno apprezzato il lavoro del nuovo comitato e di tutti i collaboratori che con grande impegno hanno voluto riproporre questo momento molto atteso dai nostri anziani.

SEZIONE LUGANESE

Gruppo Melide

Di nuovo insieme

Nella splendida cornice di Piazza Domenico Fontana, giovedì 17 Giugno 2021, è ripresa la nostra attività dopo un lungo periodo di pausa forzata dovuta alla pandemia. È stato qualcosa di bello e di emozionante ritrovarsi dopo questo lungo tempo, che ci ha privato dei nostri incontri e dei nostri contatti personali, così importanti nella vita del nostro gruppo. La voglia di uscire di casa, per stare assieme in un momento conviviale, ha portato ben 45 soci al pranzo di inizio estate. In un allegro ambiente, allietato dalla musica del nostro amico Salvatore Bruno, i presenti hanno trascorso un bel pomeriggio ricreando quello spirito che è la linfa della nostra attività.

Il Presidente Albisetti, sottolineando l'importanza e la contentezza per la ripresa del nostro gruppo, augurandosi che la grande vaccinazione contro il Covid19 continui a dare i ottimi risultati fino qui avuti, ha dato appuntamento a tutti per giovedì 16 settembre. Ovviamente Covid19 permettendo.

Buon compleanno Alice

Sabato 19 giugno 2021 una delegazione del nostro comitato, formato dal Presidente Aldo Albisetti e dal cassiere Cristina Monti, ha fatto visita ad Alice presso la Casa Anziani Paradiso. In questo giorno Alice ha raggiunto il traguardo prestigioso dei 100 anni, essendo nata a Melide il 19 giugno 1921. Docente di formazione, una delle prime donne elette in Gran Consiglio nel 1971, politica di grande spessore e donna di

grande cultura, Alice sin dall'inizio dell'attività del nostro Gruppo ci è stata vicino, partecipando con entusiasmo e portando le sue idee sempre preziose. Assieme alla sorella Nini, deceduta lo scorso 17 febbraio alla veneranda età di 102 anni e che è stata per ben 22 anni Presidente de nostro Gruppo, ha fatto vivere l'ATTE Melide dando quel tocco di cultura indispensabile che ha contraddistinto il nostro cammino. Grazie Alice per tutto quanto hai fatto per noi e per la tua Melide. Ancora tanti Auguri!

SEZIONE MENDRISIOTTO

Gruppo Monte San Giorgio

La Montagna ci saluta

Nel 1987, 7 anni dopo la fondazione dell'ATTE cantonale, ad Arzo fu fondato il Gruppo del Monte San Giorgio il cui territorio di competenza sul celebre Monte dei fossili, Patrimonio mondiale dell'UNESCO, si estendeva ai comuni di Arzo, Besazio, Meride e Tremona.

La vita di quel Gruppo è forse sempre stata un po' segnata dall'essere ai margini di un Mendrisiotto in pieno sviluppo socio-demografico ed economico. Il Gruppo seguendo il disegno dell'epoca di voler organizzare per gli anziani attività di ricreazione volte a combattere emarginazione e solitudine ha realizzato i progetti associativi tipici: tombole, pranzi di stagione, passeggiate anche di tipo culturale, non disdegnando uscite al piano per partite a carte o di bocce nei CDR di altri Gruppi o partecipando anche alle attività sezionali o cantonali.

La mancanza di un proprio CDR sempre disponibile ha però reso un po' difficoltoso lo svolgimento di questi programmi salvo nel caso del coro, formazione ben diretta e seguita negli anni, sempre presente con successo alla Rassegna cantonale e seguita con trasporto, allegria e fraternità dagli ospiti di tante case per anziani del Distretto.

Recentemente purtroppo questo fermento si è gradatamente affievolito per tanti motivi dalla mancanza di nuovi giovani anziani proiettati verso attività più moderne e tecnologiche, spesso con i mezzi per trovare anche fuori paese

la soddisfazione dei propri desideri di svago, le aggregazioni politiche e per finire anche la pandemia. Un calo di stimoli che ha portato lo scorso 7 luglio a un'Assemblea straordinaria che ha sancito lo scioglimento del Gruppo lasciando un vuoto particolarmente sentito nel movimento distrettuale e cantonale: da queste righe a nome dei colleghi del Comitato sezionale, dell'Ufficio presidenziale e del Comitato cantonale invio agli amici della Montagna un caloroso grazie per l'impegno riservato all'Associazione e un arrivederci alle prossime attività.

Angelo Pagliarini, Pres. Sez. Mendrisiotto

Gruppo Novazzano

Riapertura

Finalmente dallo scorso 19 aprile il nostro centro è nuovamente funzionante dopo una pausa di circa 6 mesi. L'affluenza è subito ripresa a pieno ritmo. Parecchie sono state le attestazioni di gratitudine dei soci che non vedevano l'ora di rincontrarsi per una chiacchierata e per passare alcuni momenti in compagnia, certamente necessari dopo il lungo e difficile periodo invernale. Grazie ai volontari, il centro ATTE di Novazzano è ora aperto tutti i pomeriggi (salvo la domenica). Oltre alle normali attività quotidiane, durante questi mesi abbiamo potuto svolgere un apprezzato corso di ginnastica dolce sotto la conduzione della maestra Francesca.

Tra le attività svolte, segnaliamo la merenda per tutti con le squisite torte preparate dalle donne del centro e la cena a base di gnocchi nostrani in occasione della partita Svizzera-Italia. Una serata veramente riuscita, unico neo il risultato sportivo! Convinti che piano piano potremo tornare ad una vita più normale, invitiamo i soci a farci visita per socializzare dopo questo periodo difficile. Fa certamente bene a tutti.

Comunicazione: a tutti i corrispondenti di sezione grazie mille per la vostra collaborazione. Nella speranza di poter continuare con le attività, vi informiamo che il termine per l'inoltro dei vostri testi per l'edizione di dicembre è fissato per il primo ottobre 2021.

SEZIONE REGIONALE DEL BELLINZONESE

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

Assemblea generale ordinaria

mercoledì 22 settembre
ore 10.00 Centro diurno ATTE
Posti limitati causa Covid. Iscrizioni al Segretariato cantonale (091 850 05 50 o atte@atte.ch) entro mercoledì 15 settembre.

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

Ritrovo

giovedì 23 e 30 settembre, 7 e 14 ottobre, 11 novembre e 2 dicembre.

Pranzo

giovedì 21 ottobre, 18 novembre, 16 dicembre pranzo di Natale.

Tombola

giovedì 28 ottobre.

Castagnata

giovedì 4 novembre.

Conferenza sull'apparecchio di telesoccorso

giovedì 25 novembre.

Festa dei compleanni

giovedì 9 dicembre.

Gruppo di Sementina

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

Ripresa attività, situazione pandemica permettendo

martedì 28 settembre.

Comunicazioni varie

Momentaneamente non sono previsti soggiorni e attività fuori sede.

Gruppo Visagno-Claro

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

Passeggiata autunnale

giovedì 23 settembre,
luogo da definire.

Castagnata

ottobre, data da definire.

Pranzo al campo di calcio

ottobre, data da definire.

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

Centro diurno socio assistenziale Biasca, Via Giovannini 24, 6710 Biasca, 091 862 43 60.

Aperto dal lunedì al venerdì dalle ore 9.00 alle 17.00 Verranno proposte attività varie. Fine settimana: secondo programma.

Attività

PRANZO
dal lunedì al venerdì dalle 12.00 alle 13.30

CAFFÈ, CORNETTO E MUSICA
CLASSICA

lunedì dalle 9.45 alle 10.15
ACCENDIAMO LE SINAPSI CON LE
PERCUSSIONI

lunedì dalle 13.30 alle 15.00

PARLIAMO FRANCESE

lunedì dalle 14.00 alle 15.00

PARLIAMO INGLESE

lunedì dalle 15.00 alle 16.00

CAFFÈ NARRATIVO

martedì dalle 9.15 alle 10.00

MEMO SPAGNOLO

martedì dalle 10.15 alle 11.15

CANTO

martedì dalle 14.00 alle 16.30

TAVOLI PER IL GIOCO DELLE CARTE E
DI GRUPPO

martedì, giovedì e venerdì dalle 14.00
alle 16.30

GINNASTICA DOLCE

mercoledì dalle 10.00 alle 11.00

venerdì dalle 9.45 alle 10.45

ATTIVITÀ CREATIVE

mercoledì dalle 14.00 alle 16.30

CONFERENZA

il terzo mercoledì del mese, dalle
14.00 alle 16.30

PRANZO DEI COMPLEANNI

il quarto mercoledì del mese dalle
12.00 alle 13.30

YOGA

mercoledì dalla 16.45 alle 17.45
VIAGGIO NEL NOSTRO TERRITORIO

giovedì dalle 10.00 alle 11.30

PALESTRA DELLA MEMORIA

giovedì dalle 14.00 alle 16.30

NUOTO (Piscina coperta Bellinzona)

venerdì dalla 9.00 alle 11.30

ATTIVITÀ SERENA

venerdì dalle 13.30 alle 16.00

SPORT OVER 60

lunedì dalle 18.00 alle 19.30

contattare Yves 091 862 43 60.

COMUNICAZIONI VARIE

I dettagli delle attività in bacheca al
Centro diurno o sul sito.

Consultate il nostro sito www.attebiascaevalli.ch per date aperitivi
musicali e altre informazioni.

Massaggio e laboratorio di cucina
Ayurvedici, per informazioni contatta-
re Melody 091 862 43 60.

Mensa per ragazzi dal 4° anno delle
elementari, per informazioni contat-
tare Maria 091 862 43 60.

Centro diurno Faido

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

A dipendenza dell'evolversi della
situazione le attività verranno an-
nunciate sul sito, sui quotidiani e per
mezzo delle locandine. Si spera di
ripartire all'inizio di ottobre.

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

Ritrovo

giovedì 7, 14, 21 e 28 ottobre, 4, 11,
18 e 25 novembre, 2 e 16 dicembre,
dalle ore 14.00 alle 16.00.

Pranzi

giovedì 21 ottobre, 18 novembre,
16 dicembre pranzo di Natale e
chiusura.

Gruppo Blenio-Riviera

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

Passeggiata a Rancate, Pinaco- teca Züst

Visita alla mostra "Le donne, l'arte e
il Gran Tour", mercoledì 8 settembre.

Castagnata con tombola

mercoledì 20 ottobre,
Ristorante Posta a Malvaglia.

Merenda con panettone

martedì 14 dicembre,
luogo e programma da definire.

Gruppo della Leventina

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

A dipendenza dell'evolversi della
situazione le attività verranno an-
nunciate sul sito, sui quotidiani e per
mezzo delle locandine. Si spera di
ripartire all'inizio di ottobre.

SEZIONE REGIONALE DEL LOCARNESE E VALLI

Centro diurno, Via dott. G. Varesi
42B, 6600 Locarno.

Aperto dal lunedì al venerdì dalle
14.00 alle 17.00.

Attività al Centro diurno

CORO: lunedì
GIOCO DEGLI SCACCHI E CARTE:
martedì

TOMBOLA: giovedì

PRANZI: date da definire, consultare
i quotidiani

GIOCO DEGLI JASS: venerdì

UNI3: vedi programma Corsi UNI3

Gruppo del Gambarogno

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

Tombola

giovedì 9 e 23 settembre, 7 ottobre e
11 novembre.

Gite

Appenzello: la transumanza
Data da stabilire

Kilchberg

Visita al museo cioccolata Lindt, giovedì 25 novembre.

Castagnata

giovedì 21 ottobre.

Pranzo di S. Nicolao

giovedì 9 dicembre.

Gruppo della Vallemaggia

Iscrizioni: Marco Montemari
079 323 41 17

Gruppo Alto Vedeggio compreso Taverne-Torricella

Centro diurno comunale, Capidogno, 6802 Rivera, aperto l'ultimo giovedì del mese.
Iscrizioni: Pina Zurfluh 091 946 18 28, o mara.lafranchi@bluewin.ch

Pranzi

giovedì 30 settembre, 28 ottobre, 25 novembre, 16 dicembre, Centro diurno Rivera.

Gruppo di Breganzona

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

Conferenza o gita di mezza giornata

verso metà settembre, data da definire.

Tombola

verso metà o fine ottobre, data da definire.

Pranzo

verso metà o fine novembre.

Comunicazioni varie

I soci saranno informati tramite circolare.

Gruppo della Capriasca e Valcolla

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

Attività interne

Il programma delle attività previste all'interno, la gita di giornata e altri momenti d'incontro saranno comunicati ai soci tramite lettera entro la fine del mese di agosto.

Attività esterne

Camminare in compagnia da giovedì 2 settembre al 25 novembre

Dopo la positiva esperienza primavera-verile l'Arena sportiva di Tesserete ripropone l'attività settimanale "Camminare in compagnia" al giovedì mattina in collaborazione con l'ATTE destinata agli "over 65", camminata adatta a tutti. L'attività è condotta da Simona Eberli, docente di educazione fisica. Ore 9.15 ritrovo presso l'Arena sportiva di Tesserete, lato Scuola elementare, inizio passeggiata a gruppi, ore 11.00 rientro. Nessuna iscrizione, attività gratuita. Per informazioni tel. 091 943 36 36 Arena Sportiva (info@arenasportiva.ch) o a Simona Eberli 076 393 40 86.

Escursioni in montagna

Iscrizioni: Corrado Piattini
079 377 42 12 o corradopiattini@bluewin.ch

Escursione al Rifugio Prabello, Sasso Gordona

venerdì 10 settembre, ore 8.00 ritrovo Centro Sportivo Tesserete. Dislivello 619 m, salita da Cabbio 2h e 45', discesa 1h e 40', pranzo in capanna.

Escursione Cima di Fojorina, Capanna Pairolo

venerdì 15 ottobre, ore 8.00 ritrovo Centro Sportivo Tesserete. Dislivello 728 m, salita da Cimadera 2h e 25', discesa Cima Fojorina-Capanna Pairolo 1h e 30', pranzo in capanna, discesa Capanna Pairolo-Cimadera 1h.

Escursione Capanna San Lucio

venerdì 12 novembre, ore 8.45 ritrovo Centro Sportivo Tesserete. Dislivello 595 m, salita 2h, discesa 1h e 20', pranzo in capanna.

Gruppo della Collina d'Oro

(compreso Grancia, Sorengo e Carabietta)
Centro diurno, Via dei Camuzzi 7, Montagnola, 091 994 97 17, aperto lunedì e giovedì dalle 14.00 alle 18.00, solo in giardino e quando le condizioni lo permettono, da settembre eventuale ripresa all'interno. 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.

Assemblea generale ordinaria

giovedì 23 settembre, ore 14.30 Sala multiuso, Melide. A fine assemblea "bentornato" con misurazione della pressione arteriosa e merenda.

Giro in battello da Paradiso a Porlezza

Visita al Museo delle dogane. Giovedì 7. ottobre.

Il prof. Maurizio Binaghi ci racconterà la storia di Melide

giovedì 21 ottobre, ore 14.30 Sala multiuso Melide.

Presentazione del libro "Ciao Paees" da parte dell'autore

SEZIONE REGIONALE DEL LUGANESE

Via Beltramina 20A, 6900 Lugano, 091 972 14 72, www.lugano.atte.ch, cdlugano@atte.ch
Presidente Achille Ranzi, 6962 Viganello, 079 793 74 40, presidente.cdlugano@atte.ch

Corsi

Da settembre: italiano, francese, ginnastica, nordic walking, passeggiata meditativa, pilates, tai chi, tao curativo e yoga.

Da ottobre: acquagym.
Informazioni e iscrizioni: cdlugano@atte.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.



nostro membro di comitato

Fabio Masdonati

In collaborazione con il Dicastero cultura del Municipio di Melide.
Giovedì 28 ottobre, ore 20.00
Sala multiuso Melide.

Visita all'Inceneritore di Giubiasco

martedì 9 novembre.

Pranzo di Natale

domenica 21 novembre,
ore 11.30 Ristorante Nuvola Blu.

Proiezione di un film

giovedì 2 dicembre,
ore 14.30 Sala multiuso.

Festa di Natale con tombola

giovedì 16 dicembre,
ore 14.30 Sala multiuso.

SEZIONE REGIONALE DEL MENDRISIOTTO

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

Eventuali attività verranno pubblicate sull'Informatore.

Gruppo Caslaccio

Centro diurno ATTE Caslaccio "del Pepo", Via Nebione 6, 6874 Castel S. Pietro. Informazioni: Giorgio Comi, 076 556 73 70
Vengono organizzati regolarmente incontri e manifestazioni aperti a tutti, che verranno segnalati sull'Informatore e attraverso i Gruppi locali. Il Centro è a disposizione di tutti per feste, pranzi o cene.

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

Ginnastica seduti

Massimo 10 persone a partire da settembre.

Eventuali attività verranno pubblicate sull'Informatore.

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.

Misurazione della pressione arteriosa

Organizzata dal Comune, ogni terzo lunedì del mese, ore 14.00 Casa comunale.

Partecipazione del Gruppo a ViviValmara

presentazione del nostro Gruppo e delle nostre attività. Domenica 12 settembre,

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.

Apertura Centro diurno

martedì 7 settembre.

Gioco delle carte (burraco, scopa, scala quaranta e macchia-velli)

tutti i martedì e giovedì pomeriggio, ore 14.30 Centro diurno.

Tombole

giovedì 7 ottobre, 4 novembre con castagnata, 21 dicembre con panettone, ore 14.30 Centro diurno.

Mercato di Luino

mercoledì 13 ottobre, orario da definire.

Pranzo di Natale

venerdì 4 dicembre, luogo e ora da stabilire.

Comunicazioni varie

Si prega di consultare il settimanale L'Informatore per i dettagli delle attività.

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.

In considerazione del momento di incertezza ci risulta difficile prevedere delle attività all'interno e fissare fin d'ora un calendario preciso. Diamo delle indicazioni generali e invitiamo i soci a consultare il programma mensile dettagliato esposto al Centro diurno o a telefonare ai nostri responsabili. Altre informazioni tramite i media e i canali informatici.

Oltre alle normali attività quotidiane (gioco carte e gioco bocce) intendiamo riproporre quanto segue:

- la gara individuale trofeo Ortelli prevista per fine agosto, inizio settembre
- il pranzo quindicinale
- la tombola dell'ultimo giovedì del mese
- il gioco del burraco ogni martedì
- il corso di ginnastica dolce
- il pranzo d'autunno
- la castagnata
- alcuni incontri o conferenze
- una gita nei dintorni.

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.

Pranzo di Natale

giovedì 16 dicembre, ora e luogo da definire.





Un ciclo di eventi per scoprire Antonio Ciseri

Ha preso il via lo scorso 19 giugno a Ronco sopra Ascona il ciclo di iniziative estesi al Cantone Ticino per celebrare il bicentenario della nascita dell'artista Antonio Ciseri.

Per i festeggiamenti il Consiglio parrocchiale di Ronco sopra Ascona ha a sua volta promosso il restauro di due grandi tele del Ciseri, S. Martino vescovo di Tours e S. Antonio Abate: dopo mesi di assiduo lavoro della restauratrice Sabrina Pedrocchi, entrambe le opere, ritrovati i colori e la brillantezza originali, faranno ritorno nella locale chiesa di S. Martino, dove potranno venire ammirate appieno dai visitatori.

Per l'occasione l'Ufficio dei beni culturali del Dipartimento del territorio propone al pubblico uno specifico "Itinerario ciseriano": un percorso ideale di riscoperta del pittore e di una parte significativa della sua opera, sotto forma di guida alle tele esposte in edifici civili e religiosi del territorio cantonale, illustrate in apposite schede infor-

mative comodamente consultabili sul sito: www.antoniociseri.ch.

I festeggiamenti dell'"Anno ciseriano 2021" continueranno anche nei prossimi mesi, in particolare a ottobre, con l'apertura di importanti mostre in varie sedi del Cantone e con un'ampia rassegna di eventi, di conferenze e di incontri, organizzati dall'Associazione Antonio Ciseri 2021, tesi a valorizzare l'importante lascito artistico dell'artista al suo territorio e facilitarne così la conoscenza e la fruizione.

Antonio Ciseri - Cenni biografici

Antonio Ciseri nacque a Ronco sopra Ascona il 21 ottobre 1821, da Giovanni Francesco (1787–1864), pittore d'ornato attivo a Firenze e in Ticino, e Caterina Materni (1803–1884). Nel 1833 il padre lo condusse con sé nel capoluogo toscano, dove Antonio frequentò l'Accademia dal 1834. Sotto la guida di Giuseppe Bezzuoli (1784–1855) realizzò i primi dipinti im-

prontati al Romanticismo. I soggetti della sua pittura furono perlopiù rivolti a temi religiosi e storici, oltre che alla ritrattistica. Nel 1852 fu nominato professore all'Accademia per l'insegnamento superiore e nel 1860 fu riconosciuta ufficialmente la sua scuola privata di pittura. Nel 1855 sposò Cesira Bianchini (1836–1904), da cui ebbe quattro figli: Caterina Luisa (1856–1892); Francesco Giuseppe (1858–1935), che divenne a sua volta pittore, Maria Antonia (1860–1945) e Maria Pia (1865–1908). Il legame con i familiari rimasti in Ticino, in particolare con il fratello Vincenzo (1829–1908), lo portò a mantenere i contatti con la sua terra d'origine. Assieme a Vincenzo Vela, per anni fu membro della Commissione d'esame delle scuole di disegno cantonali. Morì a Firenze il 7 marzo 1891 e fu sepolto nel cimitero delle Porte Sante. (Fonte: www.antoniociseri.ch)

Foto: Antonio Ciseri, *Il Trasporto di Cristo al sepolcro*, 1864-1870, Città di Locarno, © Roberto Pellegrini

GIOCHI IN RIMA

Lucchetto (5-6 / 7) Censimento degli anziani

Fece le xxxxy nei quadretti
e senza battere yyxxxx
giunse in fondo al foglio
lo consegnò agli addetti
e accompagnato dal figlio
tornò in quel di Xxxxxx.

Lucchetto (7-5 / 8) Vita da militari

La recluta questa sera
s'è scolata un litro di Xxxxxxy
e fatica a stare in yyxxx:
le sue gambe ballan il tango.
Dovrà compiere per punizione
una marcia da Xxxxxxxx a Lamone.

Lucchetto (4-6 / 6) La biblioteca del Nautilus

"No, il Capitano Xxyy di Verne
de' *La fiaccola sotto il yyxxxx*
proprio niente poteva saperne
e non poteva del libro far sfoggio."
Interveniva alzandosi dal suo seggio
un conferenziere in quel di Xxxxxx.



L'orchestra della Svizzera romanda © Niels Ackermann



Francesco Piemontesi © Marco Borggreve

Al via la 76esima edizione delle Settimane musicali di Ascona

Hanno preso il via il 2 settembre le Settimane Musicali di Ascona che, pandemia permettendo, si protrarranno tra Locarno e Ascona fino all'8 ottobre. Sempre di alto profilo artistico il programma che porterà sul palco grandi orchestre svizzere ed italiane così come alcuni fra i più celebrati direttori d'orchestra di oggi (Fabio Luisi, David Zinman, Daniele Gatti, Jonathan Nott) e acclamati solisti come il soprano Regula Mühlemann, il violinista Alexi Kenney o la pianista Plamena Mangova. Dopo il grande successo dello scorso anno, sarà riproposta la rassegna "Piemontesi & Friends" che dal 24 al 26 settembre proporrà due concerti evento con Jordi Savall e Matthias Goerne e una

serie di appuntamenti davvero imperdibili con grandi interpreti della scena contemporanea: i pianisti Francesco Piemontesi, Yulianna Avdeeva e Markus Hinterhäuser, la violoncellista Alisa Weilerstein e il violinista James Ehnes, che il pubblico potrà ammirare ogni sera in combinazioni e programmi sempre diversi.

L'ammissione ai concerti – che si tengono nelle Chiese San Francesco a Locarno e del Collegio Papiro ad Ascona - è limitata alle persone con il Certificato Covid (Green Pass), ossia completamente vaccinate, guarite o con risultato negativo al test. L'uso della mascherina sarà facoltativo. Il programma completo è consultabile sul sito: www.settimane-musicali.ch.

Il caffè narrativo, una comunità temporanea che dura lo spazio di un giorno

Il Caffè narrativo è un progetto promosso dal Percento culturale Migros e dalla Scuola Universitaria Professionale della Svizzera Nordoccidentale, attivo da tempo in Svizzera tedesca e in Svizzera romanda, ora presente anche nella Svizzera italiana.

Un gruppo di persone che non si conoscono si incontrano e decidono di "prenderci un tempo diverso in un ambiente accogliente e libero da giudizi". Accompagnati da una moderatrice o da un moderatore che conduce la discussione, i partecipanti condividono le loro storie su un tema prestabilito, avendo l'opportunità di riflettere su alcuni avvenimenti della propria vita e di valutarli da una nuova prospettiva.

L'essenza del Caffè narrativo è la possibilità dello scambio alla pari, che favorisce una cultura del dialogo e rafforza il senso di comunità.

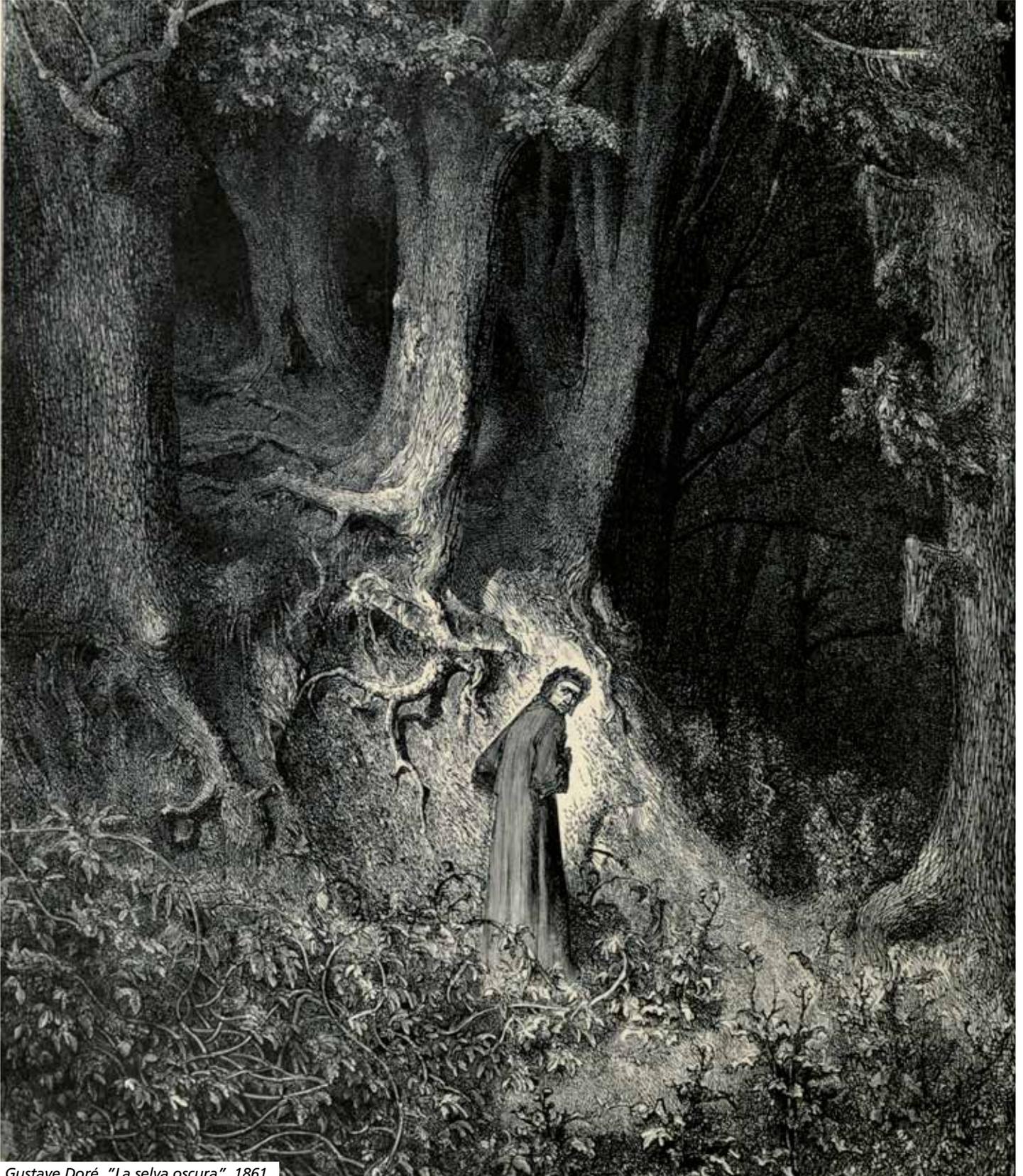
Nelle date 11,12,13 giugno 2021 si sono svolte le Giornate dei Caffè narrativi, durante le quali si sono svolti in tutta la Svizzera dei Caffè narrativi sul tema "Vicende della vita". All'evento, hanno preso parte oltre 340 partecipanti, suddivisi in 75 Caffè narrativi: molti di loro hanno sperimentato per la prima volta un Caffè narrativo, rimanendone entusiasti. Il format ha il vantaggio di essere flessibile e adattarsi ai più svariati gruppi di persone: anziani, giovani, persino ai bambini. Tutti possono trarre vantaggio da questa esperienza! Non ci sono obblighi,

il gruppo è aperto ed è possibile organizzare un Caffè narrativo pressochè ovunque, l'importante è avere a disposizione uno spazio tranquillo.

Come Rete dei Caffè narrativi, possiamo fornire supporto per pianificare al meglio il vostro Caffè narrativo. Il nostro obiettivo è far sì che anche in Ticino si sviluppino una Rete e che più persone possibili conoscano il metodo del Caffè narrativo: visitate il sito www.caffenarrativi.ch per avere maggiori informazioni e contattateci su info@caffenarrativi.ch, non vediamo l'ora di organizzare con voi il prossimo Caffè narrativo.

"Rete Caffè narrativi"

Soluzioni: 1. Croci + Ciglio - Croglia 2. Barbera + Rango - Barbeno 3. Nemo + Moglio - Neglio



Gustave Doré, "La selva oscura", 1861

«Nel mezzo del cammin di nostra vita
mi ritrovai per una selva oscura»
(Dante, *Divina Commedia*, Canto I)