

UNB pag.9  
Viaggi pag.12

# terzaetà

RIVISTA PERIODICA ATTE - ASSOCIAZIONE TICINESE TERZA ETÀ

ANNO XLI - N.2 - APRILE 2023



# Sicurezza e truffe

## Consigli utili per evitarle



La Svizzera e il Ticino sono luoghi sicuri dove vivere. Ciò nonostante il rischio anche per un anziano di essere vittima di una truffa o raggirio esiste: fenomeni con cui siamo confrontati e che evolvono velocemente.

Le associazioni si uniscono presentando in collaborazione con la Polizia Cantonale una serie di incontri di prevenzione e sensibilizzazione sul tema nell'ottica di un percorso continuativo nel tempo e su tutto il Cantone.



**Relatore**

**sgtm Cruchon Patrick**

Addetto alla prevenzione della Polizia Cantonale.

## Incontri informativi offerti alla popolazione

### Ascona

Giovedì 9 marzo 2023, h 14.00

Centro diurno Pro Senectute, via Ferrera 24

### Lugano

Giovedì 16 marzo 2023, h 14.00

Salone OCST, via S.Balestra 19

### Val Mara

Giovedì 30 marzo 2023, h 14.00 a seguire merenda offerta

Sala Consiglio Comunale di Melano, via Cantonale 89

In collaborazione con il comune di Val Mara

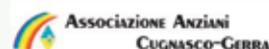


### Gerra-Piano

Giovedì 4 maggio 2023, h 14.00

presso il Centro Professionale e Sociale, Via Terricciuole 1 (posteggi sulla piazza della chiesa, disponibile navetta dalle 13.45). Al termine sarà offerta la merenda.

Per ragioni organizzative è gradita un'iscrizione: Luisella: 079/354 07 27 o a [anzianicg@bluewin.ch](mailto:anzianicg@bluewin.ch)



**aila - oit**

ASSOCIAZIONE ITALIANA DI LUGANO PER GLI ANZIANI  
ASSOCIAZIONE OSPEDALE ITALIANO DI LUGANO

Scopri le ultime date su  
[www.atte.ch](http://www.atte.ch)

**PRO  
SENECTUTE**

PIÙ FORTI INSIEME



# Una risata al giorno toglie il medico di turno

**È** proprio vero che a volte basta una bella risata perché il nostro umore cambi. Mi è successo di recente quando, grazie alla dritta di un amico, sono andata a ripescare su YouTube l'intervento fatto da Luciana Littizzetto a "Che tempo che fa" – il programma di Fabio Fazio in onda la domenica su Rai3 – in merito alla censura, in nome del politicamente corretto, dei romanzi per ragazzi dello scrittore britannico Roald Dahl. La casa editrice, ritenendo alcune parole e alcune frasi offensive e denigratorie, intendeva dare alle stampe (viste le reazioni, sembra stia facendo marcia indietro) una versione dei suoi libri in cui aggettivi come brutto, grasso, nero o nano sarebbero stati tagliati o riformulati. Una censura che avevo trovato deprimente e piuttosto assurda. "Noi ai bambini facciamo vedere qualsiasi cosa, gente che si spara e si fa uscire il cervello dalle tempie, zombie putrefatti con la sega a motore, gente che si leva gli occhi e se li mangia come se fossero dei dolcetti cinesi, però le parole grasso e brutto non vanno bene. Tra l'altro anche Aldo Grasso del Corriere della Sera adesso bisogna chiamarlo Aldo Peso non conforme...", diceva giustamente la Littizzetto. La comica, dopo essersi divertita a correggere alcuni titoli di libri famosi, trasformando "Il Gobbo di Notre Dame" in "Il cifotico di Notre Dame", "Il brutto anatroccolo" in "Il non bello, ma comunque un tipo, anatro di piccole dimensioni" e "La Principessa sul pisello" in "La Principessa sopra il puntino verde che piace tanto mangiato con le seppie"; ha voluto chiudere il suo intervento raccontando al pubblico una versione politicamente corretta di Biancaneve. L'attacco faceva più o meno così: "C'era una volta una bella bambina che si chiamava Biancaneve... No, bella no, per-

*Il segreto per vivere a lungo è: mangiare la metà, camminare il doppio, ridere il triplo e amare senza misura.*

(Proverbio cinese)

*ché discrimina le bruttine. Allora diciamo: c'era una volta una bambina qualsiasi, una bambina media, che può piacere o non piacere – è questione di gusti, se fosse una città direi bella ma non ci vivrei – di viso angelico ma di fianchi forti...".* La storia è andata avanti in questo modo, con l'attrice che continuava a sospendere la lettura per correggere e riformulare le parole e le frasi passibili di censura. Insieme al pubblico in studio ho riso per una decina di minuti, grata alla Littizzetto per aver sottolineato con la sua satira la deriva di un atteggiamento che, in nome del politicamente corretto, sta diventando davvero un po' eccessivo.

Quando ho spento il computer mi sentivo bene. La mia opinione sulla notizia della censura, che mi aveva infastidito, certo non era cambiata, ma il mio stato d'animo sì. Quelle risate mi avevano rimesso di buonumore. Il motivo ha delle basi fisiologiche. Ridere aumenta il numero di

endorfine (i cosiddetti "ormoni della felicità") rilasciate nel corpo e, di conseguenza, abbassa i livelli di stress promuovendo uno stato d'animo positivo. I benefici non si limitano però a questo. È infatti scientificamente provato che ridere migliora la funzionalità cardiovascolare e la respirazione, concorre a rafforzare il sistema immunitario, aiuta a rafforzare gli addominali e la muscolatura liscia dell'intestino, persino la pelle ne trae beneficio. Ben venga quindi la satira così come ogni attività in grado di farci spuntare il sorriso. Che sia un libro, un film, uno spettacolo teatrale o una canzone, ricordiamoci di ridere una o più volte al giorno, tutte le settimane. Può farci solo bene.

Laura Mella



Dal 1998, la prima domenica del mese di maggio si celebra la "Giornata mondiale della risata". L'evento è strettamente legato allo yoga della risata, movimento fondato dal medico indiano Madan Kataria. Al pari della risata spontanea, anche quella indotta, apporta dei benefici alla salute.



### Rivista periodica ATTE

Associazione Ticinese Terza Età  
Anno XLI - N. 2 - Aprile 2023  
Tiratura: 10.000 copie

### Distribuzione:

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

### Responsabile

Laura Mella

### Hanno collaborato a questo numero

Veronica Trevisan, Loris Fedele, Maria Grazia Buletti, Elena Cereghetti, Claudio Guarda, Marisa Marzelli, Giampaolo Cereghetti, Alessandro Zanolì, Emanuela Epiney-Colombo, Katjuska Schär, Stefania Lorenzi, Renato Agostinetti, Silvano Marioni, Patrizia Negri

### Corrispondenti dalle sezioni

Eros De Boni, Fabio Sartori, Mara Lafranchi, Aldo Albisetti, Alessandro Zanolì

### Comitato cantonale ATTE

Giampaolo Cereghetti (presidente), Giorgio Comi, Fabio Sartori, Daniel Burckhardt (vicepresidente), Eros De Boni, Pierre Spocci, Bruno Balestra, Mauro Chinotti, Laura Donati, Achille Ranzi, Marisa Marzelli, Aldo Albisetti, Roberto Malacrida.

### Presidenti onorari:

Pietro Martinelli, Agnese Balestra-Bianchi

### Segretario generale ATTE

Gian Luca Casella

### Redazione terzaetà

c/o Segretariato ATTE  
redazione@atte.ch

### Segretariato ATTE

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

### Impaginazione

Laura Mella

### Stampa

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

In copertina: fiori di camelia. La pianta sarà protagonista a Locarno dal 29 marzo al 2 aprile in occasione della manifestazione *Camelie Locarno*. I dettagli a pag. 47.

(© Ticino Turismo - foto Milo Zanecchia)

6



### ATTUALITÀ ATTE

Un primo sguardo all'Assemblea cantonale del 23 maggio.

14



### SCIENZA

Lo sport fa apprezzare la scienza e la tecnologia.

23



### ARTE

L'altro Rinascimento del pittore fiammingo Hieronymus Bosch.

## 16



### L'INTERVISTA

Amalia Ercoli Finzi, alias la "Signora delle comete", si racconta. La scienziata oggi è un punto di riferimento nel settore aerospaziale.

## 26



### MUSICA

Paolo Keller e la passione per il jazz vissuta dietro le quinte

## 32



### SALUTE

Scopriamo la fibromialgia, una malattia dal dolore "invisibile".

## 20



### TRADIZIONI

Chi è, cosa fa e dove si nasconde l'uomo selvaggio?

### VITA DELL'ATTE

**38** VOLONTARIATO

**40** SEZIONI E GRUPPI

**42** LA BACHECA

### RUBRICHE

**28** FRA LE PAGINE BUONO A SAPERSI

**36** VOX LEGIS SATIRYCON

**22** CINEMA

**37** TEATRO

**46** PER DISTRARSI

### COLLABORAZIONI

**30** AVA EVA

**31** ATIDU



## CROCIERA COSTA DELIZIOSA

Crociera nel Mediterraneo  
alla scoperta delle isole Greche

1 - 8 luglio 2023

Per informazioni:  
Segretariato ATTE  
Servizio viaggi:  
Tel: 091 850 05 51/59  
Mail: [viaggi@atte.ch](mailto:viaggi@atte.ch)

## Assemblea cantonale di maggio, le note positive del 2022

*Vecchiaia è anche bellezza  
almeno per gli alberi, vedi  
come si colorano di giallo e porpora  
mentre noi impallidiamo. Porgi la guancia  
a quello splendore  
prima che la galaverna ti raggeli  
coniglio nella neve.*

(A. Nessi, da *La seconda bellezza. Poesie Vegetali*, Interlinea, 2022)

I versi di Alberto Nessi, Gran Premio svizzero di letteratura alla carriera nel 2016, sono tratti dall'ultima sua raccolta, dedicata al mondo segreto delle piante, testimoni anche del nostro vivere. La poesia appartiene alla sezione "Confinamento" e v'è da pensare che sia stata scritta durante i mesi più difficili della pandemia: ciò rafforza in qualche modo il valore dell'invito, rivolto al coniglio nella neve e insieme al lettore, a *porgere la guancia / a quello splendore*, a volgere uno sguardo attento e partecipe alle meraviglie della natura per scoprirvi le impronte della vita e un loro senso, prima che sia troppo tardi.

È all'insegna di questo messaggio, contenente una sorta di esortazione alla speranza nella vita, che idealmente si vorrebbe potesse svolgersi la prossima Assemblea generale del 23 maggio 2023, di nuovo in presenza e in un clima sereno, come è giusto avvenga quando degli amici si ritrovano.

Senza entrare in troppi dettagli (lo farà il *Resoconto* sottoposto all'approvazione dell'Assemblea), ci limitiamo qui a segnalare che l'anno 2022 ha dato segnali positivi che meritano di essere sottolineati.

Incominciamo col dire che il calo di aderenti registrato negli ultimi due anni sembra destinato, se non ancora alla chiara inversione di tendenza, perlomeno al deciso rallentamento e a una so-

stanziale stabilità dei dati, che inducono a un certo ottimismo, sebbene il problema dell'acquisizione di membri fra i "giovani anziani" resti d'attualità.

Diversi fattori hanno probabilmente contribuito al miglioramento della situazione: in primo luogo il progressivo ritorno in attività di tutti i Centri diurni. Gli sforzi profusi dai Presidenti sezionali, dai vari Comitati e Gruppi, nonché dalla responsabile del volontariato, hanno prodotto risultati tangibili e in crescita, sia per quanto riguarda la tipologia e il numero delle iniziative sia per la capacità di reperire (seppure con qualche fatica) nuove forze fra i volontari. A tutte le persone che operano alacremente negli ambiti regionali vadano quindi i più sentiti ringraziamenti per l'impegno profuso con entusiasmo: senza il loro contributo, l'ATTE non avrebbe ragione di continuare a esistere.

Ma anche dal Segretariato cantonale, grazie al lavoro diligente di collaboratori e collaboratrici, giungono nel complesso notizie incoraggianti. Se la rivista continua a svolgere un ruolo importante quale canale d'informazione e contatto (da molti apprezzato e addirittura privilegiato), gli altri settori gestiti a livello sovra-regionale fanno anch'essi registrare degli andamenti positivi. Nel corso del 2022 il "Telesoccorso della Svizzera italiana" ha sostanzialmente mantenuto la posizione degli

**Nuova offerta per i soci ATTE**

il mondo in tasca  
con la tessera  
socio



atte



**della santa automobili  
giubiasco**

 **HYUNDAI**

tutti i dettagli dell'offerta qui: [www.atte.ch/diventa-socio/vantaggi-soci](http://www.atte.ch/diventa-socio/vantaggi-soci)

anni precedenti, confermandosi un servizio prezioso per gli anziani più fragili. Anche l'offerta di viaggi e soggiorni, vittima maggiore del lungo periodo di restrizioni dovute alla crisi sanitaria, ha ripreso slancio in maniera significativa; sebbene la situazione non si possa ancora considerare tornata alla piena "normalità", le proposte di uscite sono raddoppiate rispetto all'anno precedente (superando la sessantina) e i partecipanti addirittura triplicati (circa 2'000). L'UNIB, dal canto suo, ha continuato nella profusione di sforzi – sia sul piano dei contenuti culturali sia in ambito organizzativo (tra lezioni in presenza, lezioni *online* e incontri a carattere "misto") – per garantire ai propri utenti un'ampia varietà di proposte, anche a carattere pluridisciplinare. I corsi offerti hanno superato il centinaio, le persone che hanno seguito delle lezioni sono state circa 2'300. In generale, si può dunque affermare che le attività hanno ripreso a buon ritmo nelle Sezioni e in tutti i servizi cantonali; la risposta dei soci è stata pronta ed entusiasta, talvolta in modo superiore alle aspettative.

Qualche accenno merita l'attività svolta dal Comitato cantonale, entrato in carica nel maggio 2022 e subito chiamato all'impegno di concordare le linee strategiche che dovrebbero ispirare lo sviluppo dell'Associazione a medio e lungo termine. A tale scopo, sin dalla prima seduta, sono stati creati due gruppi di lavoro che, nel contesto di riflessioni ad ampio raggio sul futuro dell'ATTE, hanno messo a fuoco alcuni aspetti meritevoli d'immediata attenzione. Fra i temi emersi – oltre all'urgenza di rivedere e chiarire alcuni processi organizzativi interni, verificando nel contempo la possibilità d'introdurre procedure di controllo della qualità dei servizi offerti – è risultato necessario chinarsi sul funzionamento dei sistemi informatici utilizzati per la comunicazione e per la gestione amministrativa, rivelatisi obsoleti a parere degli specialisti. Ecco il motivo per il quale l'ordine del giorno dell'Assemblea sollecita l'approvazione di un'importante richiesta d'investimento, destinato a finanziare due progetti. In primo luogo, il rifacimento del sito internet dell'ATTE (inclusi i siti sezionali), con l'obiettivo di migliorare l'efficacia della comunicazione e di rendere più semplici le procedure d'iscrizione alle attività. Parallelamente, visti i limiti crescenti palesati dal programma di gestione amministrativa in uso, verrà presentata una soluzione alternativa, studiata e verificata con esperti informatici, più performante e meno costosa in termini di manutenzione e aggiornamenti.

Durante le valutazioni e discussioni preliminari, si è finito sovente per evocare tematiche connesse, in modo più o meno esplicito, allo Statuto dell'ATTE, in vigore dal 1980 e modificato parzialmente in più occasioni. Un gruppo di lavoro *ad hoc* si è preoccupato di esaminare con attenzione le disposizioni statutarie e di elaborare – senza stravolgerne i contenuti fondanti ma anzi sottolineandoli e adeguandoli all'esigenza di un mondo anziano mutato col trascorrere dei decenni – una versione aggiornata dello Statuto, che si ritiene meglio rispondente alla necessità di chiarire le responsabilità degli organismi e le filiere dei vari processi nella gestione dell'Associazione. La documentazione, mentre si redigono queste note (inizio di febbraio), è ancora in corso di rifinitura, ma verrà distribuita per tempo a tutte le Sezioni, quindi illustrata e discussa durante la seduta plenaria.

L'importanza dei temi all'ordine del giorno e la loro possibile incidenza sulle prospettive future dell'Associazione rendono auspicabile la partecipazione di numerosi aderenti. Dopo il lavoro mattutino e una pausa conviviale, vi saranno da attendersi momenti di divertimento e serena distensione.

Giampaolo Cereghetti, Presidente cantonale

## ANZIANI TRUFFATI

"Truffa telefonica da un milione di franchi". Quando ci si imbatte in titoli di questo tipo è quasi automatico pensare: ma come è possibile? Davvero ci sono ancora persone che si fanno raggirare in questo modo? La risposta è ovviamente sì. In questo caso la signora era un'anziana pensionata di Basilea ma succede anche qui da noi, in Ticino. Se da una parte le vittime peccano di ingenuità, dall'altra i malviventi sono molto bravi a tessere la trama della loro truffa. Ecco perché diventa fondamentale sapere come agiscono e cosa fare nel caso incappassimo in qualcuno di loro. A tale scopo le principali associazioni che sul nostro territorio operano con gli anziani, in collaborazione con la Polizia Cantonale, hanno organizzato una serie di incontri informativi in varie sedi del Cantone. Tutte le date le trovate pubblicate a pagina 2 di questa rivista, di fianco all'editoriale.



## Ultimi appuntamenti per la presentazione di DIALÈTT CHE CANTA

Continua il tour di presentazione di *Dialètt che canta*, l'antologia curata da Giampaolo Cereghetti e Guido Pedrojetta presentata ufficialmente ai soci in occasione dell'Assemblea cantonale tenutasi a Locarno l'anno scorso. Durante la presentazione sono previsti brevi interventi dei curatori intervallati da letture di testi, quando possibile direttamente da parte di autrici e autori. Tre gli appuntamenti con il pubblico ancora in programma:

### Acquarossa, giovedì 20 aprile

ore 17:00, Sala del Consiglio Comunale

### Rodi-Fiesso, sabato 6 maggio

ore 17:00, Dazio Grande

### Lugano, giovedì 25 maggio

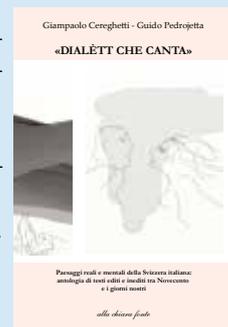
ore 18:00, Casa della Letteratura

Per chi lo desiderasse, al termine dell'incontro sarà possibile acquistare l'antologia. Il ricavato andrà a favore delle attività promosse dall'ATTE.

La partecipazione è aperta a tutti gli interessati (soci ATTE e non).

Maggiori informazioni: Tel. 091 850 05 50, mail: [atte@atte.ch](mailto:atte@atte.ch).

Gli incontri si terranno nel rispetto delle disposizioni sanitarie in vigore.



## Formazione continua e persone anziane, in arrivo un'indagine nazionale che coinvolge anche il Ticino

**Sarà lanciato a primavera un sondaggio online per verificare la partecipazione degli over 65 alle offerte proposte dalle Università popolari e della terza età. Si tratta della prima inchiesta che coinvolge anche la Svizzera italiana.**

L'Associazione svizzera delle Università della terza età (U3 Svizzera) e l'Associazione delle Università popolari (VSV - in Ticino rappresentate dai "Corsi per adulti" del DECS), d'intesa con l'Istituto di lavoro sociale della Scuola universitaria professionale di Scienze applicate della Svizzera nordoccidentale con sede a Olten (FHNW), nel corso degli ultimi mesi hanno concordemente deciso di condurre un sondaggio nazionale sulla formazione continua offerta dalle rispettive istituzioni. Altre indagini del genere sono state realizzate in passato (l'ultima di ampia portata risale al 2012), tuttavia per varie ragioni senza la partecipazione del Canton Ticino, oppure – come in casi più recenti, ma di minor ambizione – con un coinvolgimento marginale della Svizzera italiana, nell'ambito d'inchieste condotte a campionatura, che finiscono sovente per limitare la presenza italoфона a 100 persone su un totale nazionale di 1'000 intervistati.

Lo scopo di questa nuova indagine, condotta senza vincoli di campionature preselezionate, è quello di raccogliere il maggior numero possibile di dati e informazioni sulle motivazioni che spingono le persone appartenenti alla terza età a frequentare i corsi organizzati dalle UNi3 o dalle Università popolari. Una serie abbastanza nutrita di domande (a risposta prevalentemente chiusa) chiederà una valutazione dell'offerta disponibile da diversi punti di vista (per esempio, circa le tematiche proposte, la diversificazione degli ambiti

disciplinari, la qualità dell'insegnamento, le soluzioni organizzative adottate ecc.) e solleciterà pure l'indicazione di suggerimenti e desideri per le future programmazioni delle attività. L'idea, in definitiva, è quella di capire meglio secondo quali modalità, strategie ed esigenze la popolazione anziana svizzera si avvicini alla conoscenza, impari o continui ad approfondire la propria formazione.

Alle domande sul funzionamento dell'UNi3 frequentata, se ne aggiungeranno altre relative all'uso quotidiano delle tecnologie dell'informazione e della comunicazione da parte degli intervistati. L'obiettivo, anche in questo caso, è raccogliere elementi di conoscenza sul ruolo oggi giocato anche fra gli anziani dalle tecnologie digitali dell'informazione e della comunicazione come Internet, lo smartphone o il computer, avendo presente in sottofondo temi attuali come quelli della cosiddetta "cittadinanza digitale" (sempre più pervasiva) e dei rischi potenziali legati all'emarginazione digitale degli anziani.

Il sondaggio, in linea di principio, avverrà *online* e chiederà all'incirca 20 minuti per la compilazione. I dati raccolti verranno trattati in modo confidenziale e anonimo. Lo studio verrà lanciato ufficialmente a livello svizzero nel corso della seconda metà del mese di aprile 2023; in Ticino, con un invito a partecipare rivolto in prima istanza agli utenti dell'UNi3 che dispongono di un indirizzo di posta elettronica. I corsisti abituali che non disponessero di un indirizzo *email* potranno partecipare anch'essi – come auspichiamo caldamente – segnalando telefonicamente fin da subito il loro interesse al Segretariato ATTE, in modo tale che si possa provvedere all'invio del questionario in forma cartacea (corredato di busta risposta). La chiusura dell'indagine a livello nazionale è prevista per la prima metà di giugno e la presentazione del rapporto finale per la seconda metà di settembre 2023. I risultati dello studio consentiranno a ogni singola UNi3 di fare un utile punto della situazione, ma si spera costituiranno anche l'occasione per aumentare la collaborazione all'interno della Federazione che raggruppa le nove U3 svizzere, incrementando lo scambio sulle "buone pratiche" sperimentate e fornendo spunti per lo sviluppo di una strategia comune riguardo a un tema di rilievo, soprattutto in proiezione futura (e perciò meritevole di attenzione da parte delle Autorità), come quello della digitalizzazione della popolazione anziana.

*Giampaolo Cereghetti,  
vicepresidente U3 Svizzera*



Per problemi di spazio, non è possibile pubblicare i dettagli relativi a ogni corso, che possono però essere richiesti al Servizio UNI3 (recapiti qui sotto) o consultati sul nostro sito. Siccome il programma può subire cambiamenti, vi invitiamo a restare aggiornati iscrivendovi alla nostra *newsletter* entrando su [www.atte.ch](http://www.atte.ch)

**Orario:** i corsi si svolgono di norma dalla 14.30 alle 16.00. I dettagli vengono comunicati di volta in volta con la conferma dell'iscrizione.

### Informazioni e iscrizioni:

Segretariato ATTE - Servizio UNI3,  
Tel. 091 850 05 52, mail: [uni3@atte.ch](mailto:uni3@atte.ch)  
Sito: [www.atte.ch](http://www.atte.ch)

**MISURE SANITARIE:** Tenuto conto delle raccomandazioni dell'Ufficio del Medico cantonale e fino a nuovo avviso, per la partecipazione ai corsi in presenza è richiesto l'uso obbligatorio della mascherina.

### TESSERA UNI3 - Primo semestre 2023

Solo per i soci ATTE, acquistabile al prezzo base di CHF 120. Valida dal 1° gennaio al 30 giugno 2023. Consente di seguire tutte le proposte dell'UNI3 senza ulteriori costi aggiuntivi ad eccezione dei corsi pluridisciplinari e delle offerte speciali. Chi desidera sostenere l'UNI3 può versare una quota maggiore, selezionando sul sito una delle varianti disponibili: CHF 150 / 180 / 200. Anche per i possessori della tessera resta obbligatoria l'iscrizione ai corsi che si intendono frequentare.

## Aprile

### STORIA DELL'ARTE

**Simonetta Angrisani: "Picasso Privato (a 50 anni dalla morte)"**  
Sala Pestalozzi, Albergo Pestalozzi, Piazza Indipendenza 9, Lugano  
Lunedì 3 e 17 aprile

### STORIA DELL'ARTE

**Claudio Guarda: continuano gli appuntamenti dedicati a "Dentro il filo della storia"**

*In videoconferenza* - Incontri mattutini dalle ore 10:00 alle ore 11:30.  
Martedì 4, 18, 25 aprile e 2 maggio.

### ASTRONOMIA

**Giovanni Pellegri** ci guiderà nella visita al **Planetario astronomico de' "L'ideatorio"** (USI), abbinata alla visione del filmato **"Viaggio nel cosmo"**  
L'ideatorio, Palazzo Reali, Piazza del Municipio, Cadro  
Entrata CHF 15  
Giovedì 6 aprile (solo lista d'attesa)



Con il titolo **"Gaia: comprendere il pianeta Terra"** ha preso il via a marzo un corso pluridisciplinare che si prefigge di parlare dell'ambiente terrestre considerandolo da più punti di vista. Il corso si articola in una dozzina di lezioni che si protrarranno fino all'autunno.

**In via sperimentale il corso è proposto sia *online* che in presenza.**

### COSTO

Singolo modulo (da 1 a 3 incontri) da CHF 20 a CHF 50 per i soci.  
Da CHF 40 a CHF 80 per i non soci.

Percorso di almeno 7 moduli primavera e autunno (da 1 a 3 incontri):  
Soci CHF 120, Soci con tessera UNI3 CHF 80. Non soci CHF 180.

I corsi del primo semestre si terranno all' USI - Università della Svizzera italiana, via Giuseppe Buffi 13, Lugano (aula segue agli iscritti)

### **Luca Paltrinieri, docente di biologia e ambientalista:**

**"L'ecologia e i delicati (dis)equilibri della nostra "casa"**

Mercoledì 26 aprile e 3 maggio

**Marco Gaia\*, meteorologo: "Comprendere il pianeta Terra dal punto di vista della climatologia"**

Mercoledì 24 maggio

**Daniele Ryser, agronomo: "I cambiamenti del territorio ticinese"**

Mercoledì 31 maggio

*\*o un altro collaboratore scientifico di MeteoSvizzera*

### **AUTUNNO 2023**

Gli appuntamenti previsti nel secondo semestre dell'anno sono in fase di programmazione. Maggiori dettagli seguiranno sui prossimi numeri della rivista.

# Programma aprile-giugno 2023



## ETOLOGIA

**Marco Colombo: "Animali da vicino: gli squali"**

*In videoconferenza*

Lunedì 17 aprile

## LETTERATURA ITALIANA

**Bruno Beffa: "E lasciateci divertire: il filone espressionistico tra Scapigliatura e Carlo Emilio Gadda"**

LIS – Centro la Piazzetta, Via Loreto 17, Lugano

Martedì 18, 25 aprile e 2 maggio

## STORIA

**Rosario Talarico: "La demolizione del quartiere di Sassello a Lugano. Una storia urbana"**

Sala Pestalozzi, Albergo Pestalozzi, Piazza Indipendenza 9, Lugano

Mercoledì 19 aprile

## MUSICA E TEATRO

**Giorgio Vitali: "Appuntamento introduttivo all'opera buffa *Li zite 'ngalera* di Leonardo Vinci (Teatro alla Scala di Milano)"**

*In videoconferenza*

Giovedì 20 aprile

## MUSICA E TEATRO

**Teatro alla Scala di Milano – *Li zite 'ngalera* ("I fidanzati nella galera")** Opera buffa del compositore Leonardo Vinci e capolavoro della grande tradizione napoletana.

Trasferita in torpedone, con breve introduzione di G. Vitali e biglietto per lo spettacolo serale.

Maggiori dettagli verranno comunicati agli iscritti.

Venerdì 21 aprile

## FILOSOFIA

**Tiziano Moretti: "Il mondo di Parmenide: un'introduzione alla filosofia greca antica"**

*In videoconferenza*

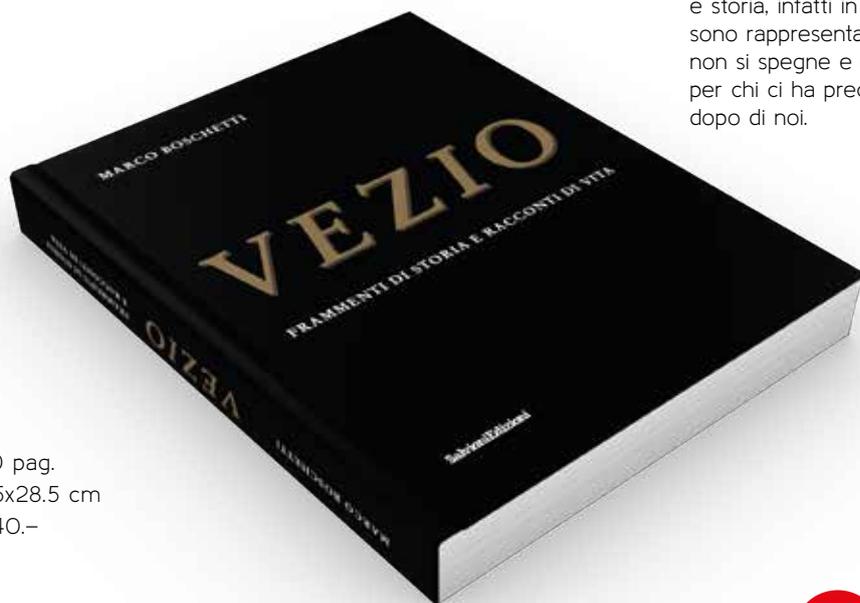
Venerdì 21, 28 aprile e 5, 12 maggio

NOVITÀ  
LIBRARIA

## VEZIO

**Frammenti di storia  
e racconti di vita**

di Marco Boschetti



480 pag.  
22.5x28.5 cm  
Fr. 40.-

Questo libro è una memoria storica che presta attenzione ai racconti delle persone che hanno vissuto il passato del paese, una ricerca nata sfogliando libri e interpretando vecchi e fumosi documenti, volumi e verbali ritrovando la magia e l'incanto di certi momenti che si alternano ad eventi reali della vita vissuti da una piccola comunità. Tramandare tradizioni, usanze e storia, infatti in questo interessantissimo libro, sono rappresentate tutte le generazioni, la memoria non si spegne e questo è un segno di grande rispetto per chi ci ha preceduto, ma anche per chi verrà dopo di noi.

Ordinazioni • [www.salvioni.ch](http://www.salvioni.ch) • [info@salvioni.ch](mailto:info@salvioni.ch) • 091 821 11 11



**SalvioniEdizioni**

📍 📱 Seguiaci per tutte le novità!

## AMBIENTE ED ECONOMIA

**Barbara Antonioli Mantegazzini: "L'acqua: il suo prezzo e il suo valore"**

USI – Università della Svizzera italiana (aula segue agli iscritti)

Via Giuseppe Buffi 13, Lugano

Lunedì 24 aprile e martedì 2 maggio



## LETTERATURA

**Guido Pedrojetta: "L'arte di Maria Callas nel primo centenario della nascita"**

Sala Multiuso pianoterra, Centro Evangelico, Via Landriani 10, Lugano

Giovedì 27 aprile, 4 e 11 maggio

## BIOLOGIA

**Maurizio Ghini: "L'etologia: dalla parte degli animali?"**

Sala UNI3, Centro Diurno Ricreativo ATTE, via Raggi 8, Bellinzona

Venerdì 28 aprile; venerdì 5, 12 maggio e mercoledì 17 maggio

## Maggio

### ETOLOGIA

**Marco Colombo: "Animali da vicino: i pipistrelli"**

*In videoconferenza*

Lunedì 8 maggio

### TEATRO

**Giorgio Vitali: "L'arte in scena: dalla prima prova alla spettacolo finito, incontro con Barbara Minghetti"**, una delle più attive, fantasiose e influenti personalità italiane nel mondo dell'organizzazione musicale.

USI – Università della Svizzera italiana, via Giuseppe Buffi 13, Lugano (aula segue agli iscritti)

Lunedì 8 maggio

### INCONTRI CON LA SCIENZA

**Visita a Bios+, Bellinzona Institutes of Science – Centro di ricerche biomediche della Svizzera italiana**

Via F. Chiesa 5, Bellinzona

Il dott. **Maurizio Molinari** ci offre l'opportunità di visitare i laboratori e osservare da vicino il lavoro delle ricercatrici e dei ricercatori dell'Istituto di Ricerca in Biomedicina (IRB) e dell'Istituto Oncologico di Ricerca (IOR).

Martedì 9 maggio. Ritrovo alle ore 14:15. Termine verso le ore 16:00.

Entrata CHF 10 (posti limitati).

## STORIA DELLA MUSICA

**Aurelio Crivelli: "Grandi compositori russi Cajkovskij, Stravinsky, Prokofiev e Shostakovic"**

*In videoconferenza.*

Giovedì 4 e mercoledì 17 maggio

## STORIA E GASTRONOMIA

**Roberta Lenzi: "Un filo d'olio. Il lungo cammino dell'ulivo"**

Sala UNI3, Centro Diurno Ricreativo ATTE, via Raggi 8, Bellinzona

Mercoledì 10 maggio. Al termine è prevista piccola degustazione.

## LETTERATURA ITALIANA

**Guido Pedrojetta: "Maestri del racconto breve: Vitaliano Brancati, Dino Buzzati, Mario Soldati"**

*In videoconferenza*

Lunedì 15 e giovedì 25 maggio, giovedì 1° giugno

## STORIA DELL'ARTE

**Simonetta Angrisani: "Fra arte e storia. Les Châteaux de Versailles et de Trianon"**

*In videoconferenza*

Martedì 16, lunedì 22, martedì 30 maggio e martedì 6 giugno

## MARKETING ED ECONOMIA AZIENDALE

**Luca Visconti: "La nostra relazione con i marchi di fabbrica (brand)"**

USI – Università della Svizzera italiana (aula segue agli iscritti)

Via Giuseppe Buffi 13, Lugano

Martedì 16, giovedì 25 e martedì 30 maggio. Incontri mattutini dalle ore 10:00 alle ore 11:30.

## Giugno

### ETOLOGIA

**Marco Colombo: "Animali da vicino: la lince"**

*In videoconferenza*

Lunedì 5 giugno

### TEATRO

**Giorgio Vitali: "L'arte in scena: dalla prima prova alla spettacolo finito, incontro con Sabrina Faller"**, voce e volto noti in Canton Ticino per la sua lunghissima collaborazione con ReteDue e con la TSI. Grande esperta e appassionata di Teatro, Musica e Opera lirica.

Sala Pestalozzi, Albergo Pestalozzi, Piazza Indipendenza 9, Lugano

Lunedì 5 giugno



## Proposte brevi

### Milano Teatro Repower

#### Il Piccolo Principe (NONNI E NIPOTI)

1° aprile (solo lista d'attesa)

Soci ATTE CHF 110.00

Non soci CHF 125.00

Nipoti CHF 85.00

### Escursione: La via delle Vose e il mulino di Loco (Val Onsernone)

13 aprile

Soci ATTE CHF 30.00

Non soci CHF 40.00

Con Roger Welti

### Fidenza e Chiaravalle della Colomba

22 aprile (solo lista d'attesa)

Soci ATTE CHF 125.00

Non soci CHF 140.00

Con Mirto Genini

### Castello di Piea

#### Il Narciso Incantato

27 aprile

Soci ATTE CHF 110.00

Non soci CHF 125.00

### Escursione: La Giazza di Bordei (Centovalli)

3 maggio

Soci ATTE CHF 30.00

Non soci CHF 40.00

Con Roger Welti

### Milano - Navigli

Visita guidata a S. Eustorgio, alla Cappella Portinari e navigazione lungo il Naviglio!

11 maggio (solo lista d'attesa)

Soci ATTE CHF 98.00

Non soci CHF 118.00

### Milano Cirque du Soleil - KURIOS

27 maggio (solo lista d'attesa)

Soci ATTE CHF

Non soci CHF 130.00

Non soci CHF 150.00

### Milano - Navigli - NUOVA DATA!

Visita guidata a S. Eustorgio, alla Cappella Portinari e navigazione lungo il Naviglio!

1° giugno

Soci ATTE CHF 98.00

Non soci CHF 118.00

### Escursione: Orimento ed Erbonne (Valle di Muggio)

1° giugno

Soci ATTE CHF 30.00

Non soci CHF 40.00

Con Roger Welti

### Milano - Visita di Milano in Tram storico

6 giugno

Soci ATTE CHF 95.00

Non soci CHF 115.00

### Milano - Visita al Duomo

13 giugno

In preparazione

### Escursione: Primavera alpina alle sorgenti del Brenno (Lucomagno)

28 giugno

Soci ATTE CHF 30.00

Non soci CHF 40.00

Con Roger Welti

### Escursione: Lago Mognola e l'acquedotto di Vacarisc (Valle Maggia)

27 luglio

Soci ATTE CHF 30.00

Non soci CHF 40.00

Con Roger Welti

---

## Viaggi e soggiorni

---

### Tour

#### Viaggio in Etruria

Con la prof.ssa Lenzi

18 - 22 aprile (solo lista d'attesa)

#### Giordania

Con il prof. Stefano Caldirola

10 - 17 maggio (solo lista d'attesa)

#### Piemonte

Con Mirto Genini

10 - 13 giugno

#### Crociera: Costa Deliziosa

Grecia: paesaggi indimenticabili

1 - 8 luglio

#### Verona: Festival Lirico

Con l'opera "Rigoletto"

20 - 21 luglio

#### I Fiordi della via Atlantica

18 - 25 agosto

#### Lisbona e Isole Azzorre

2 - 8 ottobre

#### Il Cairo e la crociera sul Nilo

8 - 15 novembre

---

## Trekking, mare/montagna

#### Trekking in Sardegna del Nord (posti esauriti)

23 - 30 aprile (solo lista d'attesa)

#### Engadina - Riflessi nell'infinito. Luci e colori.

14 - 16 luglio

#### Moena

9 - 16 settembre

---

## Mare

#### Alassio

5 - 14 maggio

#### Milano Marittima

4 - 15 giugno (solo lista d'attesa)

#### Diano Marina

25 giugno - 4 luglio

#### Milano Marittima

3 - 11 settembre

#### Senigallia

10 - 17 settembre

---

## Terme primavera

#### Abano Terme

30 aprile - 7 maggio

#### Montegrotto Terme

30 aprile - 7 maggio

#### Abano Terme

7 - 17 maggio

#### Montegrotto Terme

7 - 17 maggio

Per informazioni e iscrizioni:

**Segretariato ATTE**

**Servizio viaggi**

**CP 1041, Piazza Nosetto 4**

**6501 Bellinzona**

Tel. 091 850 05 51/59, [viaggi@atte.ch](mailto:viaggi@atte.ch)

Consulta anche il nostro sito: [www.atte.ch](http://www.atte.ch)



## Lo Sport fa apprezzare la scienza e la tecnologia

di Loris Fedele

Viviamo in un mondo dove la scienza e la tecnologia fanno passi da gigante e a grande velocità. Tutti accettiamo volentieri le applicazioni che rendono la vita quotidiana più comoda e non ci preoccupiamo troppo di ciò che sta a monte di queste realizzazioni, a volte sorprendenti. È normale: forse perché certa scienza la capiamo poco e in più perché negli anni, con l'arrivo dell'informatica e dell'intelligenza artificiale, per il profano tutto si è complicato. Le realizzazioni tecniche di un complesso mondo scientifico sfuggono alla comprensione, in particolare per le generazioni avanti con l'età. Non è così per i giovani, i cosiddetti nativi digitali, abituati da subito a confrontarsi con le novità tecniche, sfruttando il loro intuito e la migliorata formazione scolastica a questo riguardo. Tuttavia in Svizzera si lamenta una carenza di giovani che abbraccino degli studi tecnici, soprattutto le ragazze. L'economia nazionale dipende parecchio dall'innovazione e dalle conoscenze tecniche ma scarseggiano competenze nel campo della Matematica, dell'Informatica, delle scienze Naturali e Tecniche: settori che nel linguaggio della scuola sono raggruppati e definiti con l'acronimo MINT. Su incarico della Confederazione, l'Accademia svizzera delle scienze tecniche (SATW) identifica gli sviluppi tecnologici più importanti a livello industriale, informando la politica e la società sulla loro rilevanza e sull'impatto per il nostro Paese. L'Accademia è anche attiva nel promuovere e divulgare l'interesse per la cultura tecnica tra i giovani in età scolastica e in formazione. In questo ambito, dal 2007, si è distinta una manifestazione che quest'anno ha visto in Ticino la sua ottava edizione. Si è tenuta alla fine di gennaio presso il Centro Sportivo na-

zionale della gioventù di Tenero (CST) e il suo nome è Sportech, che chiaramente si compone delle parole tecnologia e sport.

### Sport, tra tecnologia e formazione

Nel variegato ventaglio delle offerte formative presenti nel Canton Ticino, Sportech si presenta con l'obiettivo di avvicinare i giovani alla scienza e alla tecnica per mezzo di uno dei loro canali preferiti, quello dello sport. La manifestazione è biennale. Quest'anno ha raccolto nell'arco di tre giorni al CST circa 3600 allievi delle scuole medie, professionali e medie superiori, accompagnati da più di 300 docenti. Sono venuti a visitare 46 laboratori didattico-sportivi, allestiti in due enormi palestre, e a partecipare attivamente all'interno delle proposte presentate. Visto il tipo di manifestazione Sportech da questo anno è organizzata dalla SUPSI (la Scuola universitaria professionale della Svizzera italiana) con il supporto dello stesso CST e in collaborazione con la già citata SATW. Hanno portato il loro fattivo contributo enti pubblici e privati, professionisti e ricercatori attivi in campo tecnico e sanitario, fondazioni, associazioni sportive e aziende. Si è trattato di un importante raduno di competenze, proprio perché con lo Sport si possono far comprendere le applicazioni della scienza e stimolare la curiosità dei giovani di ambo i sessi. Tra l'altro lo sport ha una funzione essenziale come integratore e diffusore di tecnologie.

### Oltre la prestazione umana

Di fronte a un grande risultato sportivo vi sarà capitato di chiedervi quanto oltre al valore della prestazione umana sia stato merito della componente tecnologica (un'auto, una bicicletta, una





scarpetta, uno sci). Un pensiero che da solo potrebbe darci la misura del peso della tecnologia e della scienza nell'accompagnare il gesto atletico. Infatti possono entrare in gioco la fisica, i materiali, le nuove tecniche, i sistemi di preparazione, le strumentazioni, tutte componenti che entrano a diverso titolo e in vari ambiti. Fare nostra la tecnologia e utilizzarla per spingerci sempre più avanti, padroni e non schiavi del progresso tecnologico, è un concetto che la scuola pone tra le priorità nell'educazione dei giovani. Anche per questo sono nate manifestazioni come Sportech, dove le innovazioni legate a più livelli al mondo sportivo vengono presentate in modo didattico e interattivo. Si mostra come la scienza incida sulle pratiche sportive e mediche, sul corpo umano e nelle nostre attività quotidiane, anche se a volte non ce ne rendiamo conto.

### Tecnologie e allenamento

Nelle scienze del movimento, illustrate a Sportech dal Politecnico di Losanna, si è mostrato che essere un atleta non è solo questione di muscoli e forza. Per poter eccellere, le abilità da sviluppare sono l'attenzione, la precisione, la velocità, la coordinazione, la capacità di analisi e altro ancora. Quindi molto si gioca a livello cerebrale. Attraverso quiz e piccoli esperimenti si è parlato di cervello, di neuroni, delle connessioni muscolari, dei metodi di allenamento svolto alla luce delle conoscenze della medicina sportiva. Gli stimoli per invogliare i giovani a intra-

prendere studi tecnico-scientifici in campi nuovi e diversi sono stati parecchi. Per non parlare dei materiali: come si possono ottimizzare le prestazioni degli atleti, migliorando le caratteristiche di uno sci o di una racchetta da tennis? Le risposte si trovano nel lavoro degli ingegneri che operano sulle tecnologie, che progettano attrezzature più efficienti e le confrontano con le prestazioni degli atleti che le adoperano, aggiustando il tiro e sviluppando di conseguenza nuovi materiali e nuove tecniche. Esistono corsi universitari dedicati a questo settore professionale. E anche, quali sono i dispositivi più efficaci per misurare i parametri fisiologici di un atleta in tempo reale? In un laboratorio proposto dall'Ente ospedaliero cantonale (EOC) si sono presentati i macchinari per la valutazione cardiaca di ogni persona, con la diagnostica del cuore a riposo e sotto sforzo: tutti conosciamo l'importanza dell'elettrocardiogramma. In altri due laboratori si è misurata la funzionalità respiratoria, con macchinari che servono anche a valutare l'eventuale presenza di asma da sforzo, che può colpire persino i campioni. Inoltre un test completo di fisiologia, l'ergospirometria, che permette di conoscere resistenza allo sforzo fisico dell'individuo e di valutarne i limiti. Ai fini della competizione, la SUPSI ha presentato anche l'elettromiografia, che verifica l'effetto dell'allenamento sull'atleta e permette anche di valutare il suo grado di affaticamento dopo una intensa ripetizione degli esercizi.

### Sulle ali della biomeccanica

In un altro suo laboratorio, nel settore della biomeccanica, si è invece preoccupata, tra molte altre cose, di far capire lo sviluppo tecnico delle macchine in chiave sportiva. Lo ha fatto ricordando quanta fisica sia nascosta dietro la navigazione delle barche a vela, sfruttando il ricordo e la fama di Alinghi, l'imbarcazione svizzera che vinse la Coppa America. Lo scafo, la chiglia, il bulbo, le alette, il timone, l'albero e le vele furono tutti studiati e realizzati seguendo principi fisici noti, però sfruttati al meglio con design, materiali e tecnologie d'avanguardia. Anche le sedie a rotelle per i disabili sono dei gioielli di tecnologia. Quelle mosse a forza di braccia, con opportuni accorgimenti, negli anni sono diventate per alcuni di loro uno strumento per competizioni ad altissimo livello. Nuovi sistemi elettronici per la misurazione dei parametri dinamici delle sedie degli atleti paralimpici sono diventati strumenti importanti per migliorare sia l'attrezzo sia le modalità dell'allenamento. Anche l'informatica, con la robotica e l'intelligenza artificiale, sono entrate in diverse realizzazioni presentate a Sportech, una manifestazione che ogni due anni non mancherà ancora di affascinarci e di sorprenderci.

*Nella pagina accanto e in alto a sinistra tre momenti di Sportech (@Supsi). In alto a destra il team di Alinghi all'opera (TF5 Trophy 2021 - event 7 GP - © Loris von Siebenthal)*

## Amalia Ercoli Finzi: «Gli anziani hanno il compito di pensare a sé stessi e di volersi bene»

**La scienziata è oggi una delle massime esperte mondiali nel settore aerospaziale, una carriera che è riuscita a perseguire pur mettendo la famiglia sempre al primo posto.**

di Silvano Marioni

**F**orse non tutti sanno che Amalia Ercoli Finzi è tra le poche persone con il privilegio di avere il proprio nome associato a un asteroide. Infatti "24890 Amaliafinzi", nome dato a un corpo celeste che si muove tra le orbite di Marte e di Giove, è il meritato riconoscimento del suo lavoro, svolto con passione e competenza nel corso della lunga attività nel campo delle scienze aerospaziali.

Nel 1961 Amalia Ercoli Finzi è stata la prima donna laureata in Italia (con 110 e lode) in ingegneria aeronautica presso il Politecnico di Milano, dove in seguito diventerà direttrice del dipartimento di Ingegneria aerospaziale. Nel corso della sua carriera è stata consulente scientifica della NASA, dell'Agenzia Spaziale Italiana e dell'Agenzia Spaziale Europea (ESA) e ha partecipato a numerosi progetti di missioni spaziali relative alla Luna, a Marte e alle comete.

Ha partecipato alla missione Rosetta, la sonda che dopo un viaggio di 10 anni ha raggiunto la cometa Churyumov-Gerasimenko, occupandosi della progettazione e del funzionamento dello strumento di perforazione destinato a raccogliere campioni del nucleo della cometa, alla ricerca delle origini della vita.

La sua lunga esperienza ne fa oggi la più importante scienziata italiana nel settore aerospaziale e una delle più importanti a livello mondiale.

Ma la sua passione per la scienza e i suoi successi nel mondo accademico e tecnologico non hanno impedito ad Amelia Ercoli Finzi di dedicarsi alla famiglia. Sposata da oltre 60 anni con Filiberto Finzi, anche lui ingegnere, è mamma di cinque figli e nonna di sei nipoti. Piccola e minuta, ma con un piglio autorevole e una visibile dolcezza, ha sempre anteposto i figli alle sue occupazioni. Come dichiara lei stessa è riuscita ad essere vicino a tutti loro nei diversi momenti della crescita, privilegiando non tanto il tempo dedicato loro ma soprattutto la qualità del rapporto.

**Come è riuscita a conciliare la sua famiglia con le attività impegnative che hanno caratterizzato la sua vita di accademica e di scienziata?**

«Organizzare una famiglia con cinque figli e conciliarla con le esigenze del lavoro non è una cosa facile. Per mandare avanti una famiglia così, anche indipendentemente dalla professione, è importante avere delle regole che siano rispettate da tutti. Devono essere poche, chiare e assolutamente non derogabili. Ad esempio le aree comuni, dovevano essere sempre tenute in ordine.

Ciascuno nella propria stanza poteva fare più o meno quello che voleva, però le aree comuni, per rispetto degli altri, dovevano essere sempre a posto. Un'altra regola era che quando un figlio usciva doveva dire dove andava e a che ora tornava. Adesso con i telefonini è più facile restare in contatto, ma allora che non c'erano, era importante sapere dove ognuno si trovasse. In una famiglia così grande non era possibile dare ordini. Tutte le decisioni dovevano essere condivise. Quando qualcosa è condiviso viene poi accettato e portato avanti da tutti. Ecco, io devo dire che ho sempre messo la mia famiglia, in particolare i miei figli al primo posto nel mio cuore, perché avevano la necessità di essere amati. Ricordo di aver spostato riunioni importanti, anche con colleghi stranieri, perché c'erano le esigenze dei miei figli e queste sono sempre state prioritarie. Anche se non era semplice, io ho sempre cercato di lavorare quando loro erano assenti, a scuola oppure via con gli scout o con gli amici.»

**Quando ha iniziato i suoi studi in una disciplina tecnica, come donna è stata una pioniera. Come è stata accettata e come sono cambiate oggi le opportunità per le donne?**

«Quando ho iniziato gli studi al Politecnico al primo anno di ingegneria eravamo in cinque ragazze in mezzo a 650 maschi. Questo dà un'idea di quale fosse la sproporzione. Però io devo dire che ho sempre avuto l'apprezzamento dei miei compagni, e anche quello dei professori, tant'è vero che, appena laureata, un mio professore mi ha chiesto se volevo diventare sua assistente. Quindi a livello di studi non ho trovato difficoltà legate al genere. Le cose sono diventate invece più complicate quando, al termine degli studi, ho incominciato a occuparmi di progettazione di missioni spaziali, di strumenti da imbarcare sui satelliti e altre attività astronomiche. A questo punto sono sorti i primi ostacoli, i pregiudizi sulle attività non adatte a una donna, o sulla presunta difficoltà a conciliare il lavoro con la famiglia e soprattutto le difficoltà a partecipare alle decisioni. Ma io ho sempre detto quello che pensavo anche quando era contrario a quello che pensavano gli altri. Così facendo ho sempre mostrato il mio punto di vista e in moltissimi casi ho avuto ragione.

Oggi le cose sono cambiate perché anche al Politecnico di Milano le donne raggiungono il 20% degli studenti e l'attuale Rettore è una donna. C'è comunque ancora tanto da fare, perché i pregiudizi sono difficili da sradicare, nel senso che sono sedimentati nel pensiero delle persone



**Un libro a quattro mani: al racconto romanzato a tinte gialle della missione Rosetta, fa da controcanto una conversazione con la brillante scienziata italiana che ha guidato il progetto aerospaziale per portare una sonda sul dorso di una cometa.**



**«Gli anziani hanno anche il compito di pensare a sé stessi e di volersi bene. Noi siamo stati abituati per tutta la vita a cercare di voler bene agli altri, i figli, i nipoti, gli amici, i parenti e per questo è importante cercare finalmente, di capire quali sono le cose che ci piacciono, le cose che facciamo volentieri, mettendo da parte quelle che ci danno fastidio.»**

e quindi sono qualche cosa che consente alla gente di dare un giudizio prima ancora di conoscere i fatti. Ecco perché le donne hanno ancora tante difficoltà, soprattutto a ricoprire dei posti di comando, dove potrebbero portare il loro contributo decisionale e quindi come tale influire sulle attività dell'intera umanità.»

***Quale è la sua opinione sul fatto che oggi molte persone dubitano dell'autorevolezza della scienza e del valore delle competenze?***

«Viviamo in un periodo in cui riceviamo in modo martellante una quantità enorme di informazioni anche contraddittorie. Ecco perché noi siamo qualche volta nel dubbio. Ma questo sarà vero? A chi può servire? Sarà giusto? Tutti questi dubbi portano a una sorta di agnosticismo in cui non si crede più a niente, pensando spesso di essere di fronte a delle falsità.

La scienza è l'unica arma che noi abbiamo per cercare di capire le cose, non è superstizione, non è demagogia, ma semplicemente uno strumento logico per indagare sulle cose che noi non riusciamo ancora a capire.

La scienza, più che darci delle risposte, ci obbliga a porre delle domande, e saper fare la domanda giusta vuol dire, come hanno fatto tanti grandi scienziati, saper trovare la risposta giusta. Naturalmente bisogna essere coscienti dei suoi limiti e della sua possibilità di smentirsi, ma questo non deve essere un motivo per non credere più nella scienza. Bisogna accettare che, cambiando i contesti e le situazioni, ci possano essere dei risultati nuovi e differenti. Alla fine i risultati della scienza sono l'unico strumento che ci permette di capire che stiamo andando nella direzione corretta.»

***Nella nostra società, che esalta l'essere giovani, come vede lei il ruolo dell'anziano e quali suggerimenti può dare per una terza età serena?***

«La gioventù è un'età difficile da vivere, l'età

dell'incertezza, l'età delle scelte, l'età delle preoccupazioni. Per questo io apprezzo molto i giovani, soprattutto quando hanno la voglia di dare un contributo alla società, impegnandosi nello studio, nel lavoro, nell'aiuto degli altri.

Noi anziani il nostro contributo l'abbiamo dato, ma possiamo continuare a darlo. L'anziano è una ricchezza per la società. Del resto molte società hanno sempre avuto un profondo rispetto per l'anziano, proprio perché è il depositario della conoscenza, della tradizione e della memoria.

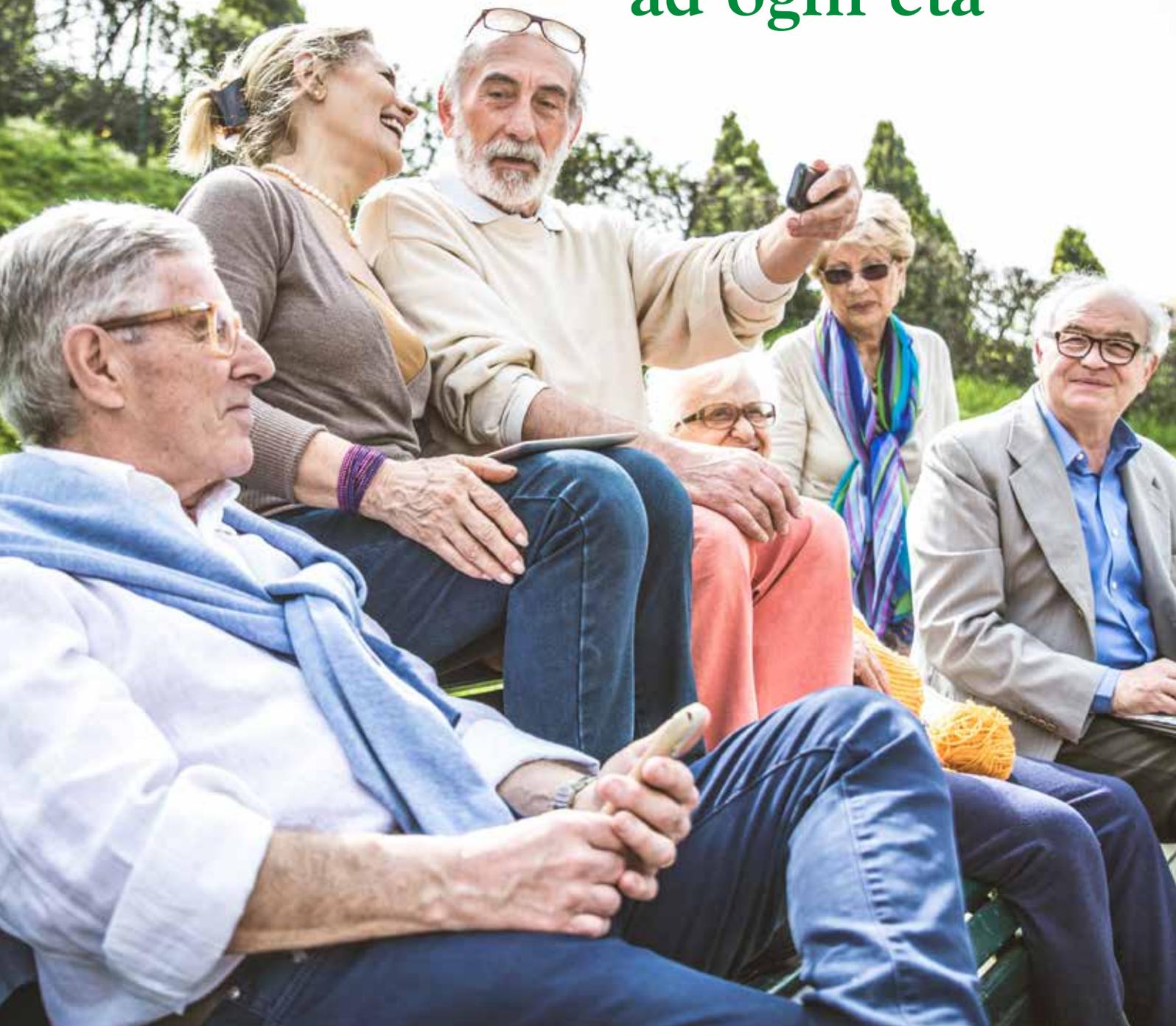
L'anziano ha ancora tantissime possibilità di contribuire alla società, soprattutto se ha la capacità di trasmettere agli altri quello che ha imparato nella sua lunga vita. Ha visto situazioni belle e meno belle, ha commesso errori, ha risolto situazioni e ha imparato lezioni e tutto questo può essere utile comunicarlo anche agli altri.

Personalmente la ragione per cui io vado in televisione o a fare delle conferenze è che credo davvero che il mio compito sia quello di mandare un messaggio, un messaggio ai giovani, un messaggio di fiducia, un messaggio di speranza, un messaggio che si fonda su quella che è la mia esperienza di 85 anni.

Gli anziani hanno anche il compito di pensare a sé stessi e di volersi bene. Noi siamo stati abituati per tutta la vita a cercare di voler bene agli altri, i figli, i nipoti, gli amici, i parenti e per questo è importante cercare finalmente, di capire quali sono le cose che ci piacciono, le cose che facciamo volentieri, mettendo da parte quelle che ci danno fastidio. È importante anche stare insieme alle persone con cui andiamo d'accordo e che ci arricchiscono, perché frequentando gli altri pensiamo anche meno ai nostri problemi.

Agli anziani io consiglio di essere attivi, fare movimento fisico, interessarsi all'attualità ma anche a tutti gli argomenti che non hanno mai avuto tempo di approfondire e se possibile amare una bestiolina come un cane o un gatto, che possono dare tantissima gioia.»

# ATTE, stare bene ad ogni età



*Diventa socio anche tu, vai sul sito:*

*[www.atte.ch](http://www.atte.ch)*

**ASSOCIAZIONE TICINESE TERZA ETÀ**

Segretariato cantonale,  
Piazza Nosetto 4, 6501 Bellinzona,  
Tel. 091 850 05 50, mail: [atte@atte.ch](mailto:atte@atte.ch)



# L'amore sboccia a tutte le età



Redazione

Quando l'amore bussa alla porta l'età davvero non conta e lo sa bene Gabriella Monari che proprio dell'amore ha fatto la sua professione arrivando a creare Regal Style, un'agenzia per single che oggi vede tra i suoi clienti anche persone della terza età. Le abbiamo chiesto qualcosa in più sul suo lavoro e su come funziona l'agenzia. Ecco quello che ci ha raccontato.

## Com'è nata Regal Style?

«L'agenzia è nata dal sogno di una donna che ha sempre creduto che in due sia più bello perfino bere un semplice caffè e vent'anni fa ha trasformato questo suo principio nella sua professione. Così ha preso vita Regal Style, un'agenzia che mira a riportare etica e professionalità in un settore spesso oggetto di perplessità.»

## Come funziona l'agenzia?

«Il club è riservato esclusivamente a persone legalmente libere, che desiderano mettersi in gioco dandosi concretamente un'altra possibilità. Non vi sono limiti di età, ma solo di correttezza ed affidabilità. Senza impegno, il percorso comincia con una prima consulenza informativa sulla tipologia di lavoro e sui costi. In caso di interesse, si procede alla firma del contratto e alla creazione di una scheda descrittiva del cliente e delle sue esigenze. Chi lo desidera può poi contare su un sostegno mirato da parte del nostro staff perché si presenti al meglio in ogni occasione.»

## Sono richiesti requisiti particolari per iscriversi?

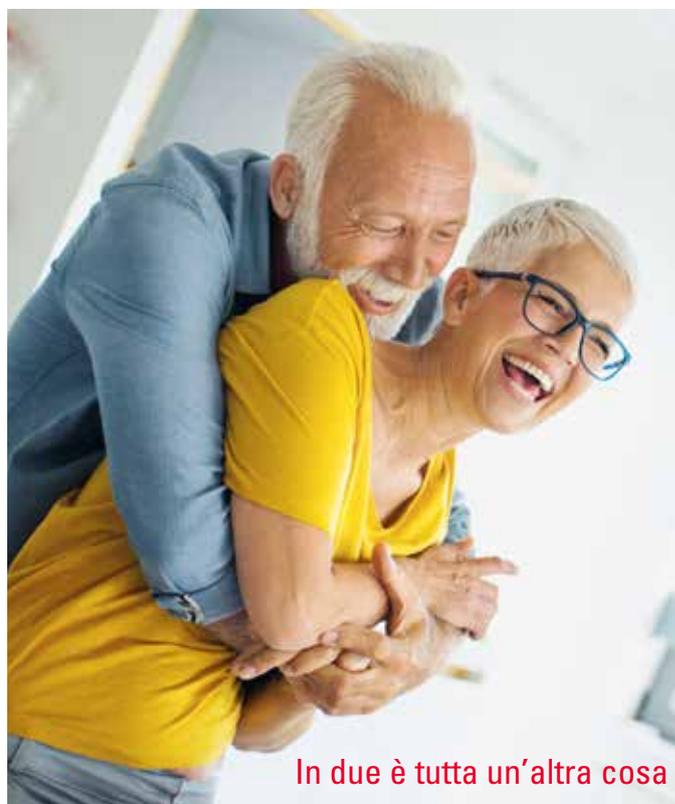
«No. Abbiamo solo una regola d'oro: è indispensabile che le persone siano educate, serie e curate. Soggetti ritenuti poco affidabili non vengono iscritti.»

## Questo garantisce una sicurezza sulla quale non si può contare quando ci si affida agli annunci pressoché anonimi sul giornale o ai siti internet.

«Esatto. Col passare del tempo, le piattaforme social sono diventate sempre più rischiose. Oggi basta aprire qualsiasi quotidiano per vedere quali sgradite sorprese possano riservare. Chi realmente si cela dietro la tastiera? Spesso persone con fini strettamente sessuali o economici, un rischio che da noi non esiste, perché viene azzerato dalla nostra intermediazione, che ci permette di garantire ai nostri clienti degli incontri fra persone rispettose e realmente interessate.»

## Regolarmente organizzate in Ticino degli eventi per single, quale obiettivo hanno?

«Gli eventi giocano un ruolo fondamentale per il nostro servizio. Durante le serate è possibile conoscere personalmente tantissimi altri iscritti e andare oltre alle preferenze espresse nella scheda di iscrizione. Solo nell'ultimo evento, si sono formate 4 coppie inaspettate. Inoltre, visto che "nulla è più intimo di un



posto affollato" vi sono persone che si sentono più a loro agio nel fare conoscenze in questi contesti, circondati da centinaia di persone, piuttosto che in un incontro a due.»

## Dalla sua esperienza la difficoltà di queste persone a trovare un nuovo compagno o una nuova compagna è dovuta a cosa?

«La vita di oggi è determinata dalla scarsità di occasioni di nuove conoscenze. In particolar modo l'educazione fa quasi da freno per la socializzazione. Si ha sempre paura di non essere graditi o di essere invadenti, in quanto non tutti i single desiderano rimettersi in gioco. Questo scoglio viene superato grazie all'intermediazione dell'agenzia, che fornisce la certezza di trovare dall'altra parte una persona con i medesimi scopi.»

## Fra le persone che si rivolgono a voi ci sono anche degli anziani? Come arrivano a Regal Style? È difficile trovare la persona giusta per loro?

«Arrivano da noi tramite il passaparola o grazie alla pubblicità e, come tutti i nostri clienti, a prescindere dall'età, desiderano amare e sentirsi amati: niente è più potente di un cuore che torna a sorridere! Inizialmente pensavamo che sarebbe stato difficile lavorare con questa fascia d'età ma abbiamo dovuto ricrederci: le persone anziane hanno molto più tempo a disposizione e in tante occasioni più energia di quelle più giovani!»

## Regal Style si trova a:

LUGANO, via Trevano 97,

Tel.: 091 973 22 35

GIUBIASCO, via Rompeda 1/F,

Tel.: 091 211 01 01

MAIL: [info@regalstyle.ch](mailto:info@regalstyle.ch)

[www.regalstyle.ch](http://www.regalstyle.ch)



## Sulle tracce dell'uomo selvatico

Mito, leggenda ma anche simbolo importante per l'uomo contemporaneo.

di Veronica Trevisan

**F**ino a non molti decenni fa era possibile incontrare persone che giuravano di averlo visto e anche di averci parlato, nonostante la sua natura schiva. A volte, nelle campagne, dopo la vendemmia o la raccolta delle noci, qualche frutto veniva lasciato a lui come nutrimento per i mesi invernali, guadagnando così la sua gratitudine. Ancora adesso, in Val Verzasca, viene ricordato nel Sentiero delle leggende, mentre Virgilio Chiesa, nel suo *L'anima del villaggio* (Gaggini, Lugano, 1934) racconta di come un borgo dell'alta Verzasca gli avesse affidato la custodia di un gregge di pecore. Parliamo di lui, dell'uomo della selva, l'uomo selvatico, der Wilde Mann.

Un personaggio mitico, molto presente nelle leggende dell'arco alpino, dal Trentino al Tirolo, al Ticino, alle terre dei Walser, ma la cui storia rivela origini decisamente più ampie e complesse. Già nell'antica *Epopoea di Gilgameš*, poema della tradizione babilonese e assira, si parla di Enkidu, amico dell'eroe protagonista, personaggio coperto di pelo, che si nutre di erbe selvatiche e si intrattiene con le bestie selvagge. Nella *Genesi* (Gn 25,25) compare Esaù, uomo descritto come ricoperto di pelo rossiccio. Nella cultura dei nativi americani Kwakiutl si incontra Bekhu's, l'uomo dei boschi, di colore verde, ricoperto da fronde, un essere connesso con il mondo vegetale. Yowie lo chiamano in Australia, Chuchuaa in Siberia e Yeti in Tibet.

L'uomo selvatico popola da sempre leggende e fiabe di ogni latitudine e vi compare come una sorta di genio dei boschi, una creatura sapiente e schiva. Legato al mondo della vegetazione, degli animali e dei pastori, egli è parente in qualche modo anche del dio pagano Pan, divinità delle greggi e simbolo della forza generatrice della natura. Se però Pan poteva vantarsi di aver conquistato qualche ninfa, dell'uomo selvatico si dice che abbia talvolta rapito delle fanciulle umane (anche se pare esista anche una, seppur meno famosa, donna selvatica, anzi intere famiglie).

Il suo aspetto non è dei più rassicuranti, ma nemmeno terrificante: né vecchio né giovane, oltre a essere coperto di pelo fulvo, ha una statura imponente, veste in genere pelli di animali o brandelli di tessuti e di indumenti e cammina goffamente appoggiandosi a un bastone. Già queste caratteristiche fisiche evocano simbolicamente la sua alterità. In quanto considerato come "selvaggio", egli è posto al di fuori dei limiti territoriali della cosiddetta "civiltà", ne vive lontano, cacciato dal consorzio umano e più vicino semmai alla dimensione animale. In alcune leggende si

dice anche che sia afflitto da una sorta di pazzia. Da un lato quindi è una creatura ferina, lontana dal mondo "civilizzato", dall'altro un essere sapiente, istintivo, capace di empatia col mondo naturale, erede di un'antica era mitica nella quale anche gli esseri umani vivevano pacificamente e in sintonia con la natura. Il poeta latino Lucrezio descrive proprio in questo modo l'uomo dell'Età dell'oro: saggio, pacifico, senza vizi.

Con questi tratti, l'uomo selvatico popola sia la cultura popolare sia la letteratura, ed è molto presente nel Medioevo: basti citare il *Dittamondo* di Fazio degli Uberti (1305-1367), dove si parla della sua curiosa abitudine di piangere quando c'è il sole e ridere quando piove, forse retaggio di antichi riti calendariali; *L'Orlando innamorato* di Matteo Maria Boiardo (1440-1494); ma anche i Fratelli Grimm nelle fiabe *L'uomo selvatico* - *De wilde Mann* e *L'uomo di ferro* - *Der Eisenhans*; e ancora Jean de La Fontaine (1621-1695), nelle *Favole*, al Libro decimoprimo, VII, dove si parla di un selvatico "contadino del Danubio", simile a un orso, ma ricco di sapienza.

Questa figura popola anche l'araldica, dove viene raffigurato mentre sostiene degli stemmi, quindi in veste di guardiano. Ad esempio lo si ritrova nella coppia di "selvaggi" che reggono lo stemma araldico dell'antica Grafschaft Kyburg, nell'attuale cantone di Zurigo. Lo troviamo anche nelle arti figurative, sempre in una funzione di difensore e protettore del luogo: ad esempio nella Camera Picta di Sacco, nella Valgerola, in un edificio contadino del XV secolo, dove è dipinto in un ciclo di affreschi a tema sacro e profano. Posto fra santi e figure di spicco, si rivela come una sorta di *genius loci*, protettore del luogo. All'epoca degli affreschi, circolavano nella zona alcune storie che sostenevano che nei paraggi visse un misterioso eremita. Altri eremiti pare vissero anche fra Poschiavo e la Val Grosina. Quindi l'iconografia si mescola alla leggenda. Ma rieccheggia in un affresco del XV secolo nella bergamasca, a Oneta, in Val Brembana, sempre armato di clava, in un edificio che, pare, fosse la casa di Arlecchino, altra figura simbolica che per certi versi incarna un modo di vivere lontano dagli schemi della cultura "alta" e anzi burlone, volgare, legato al soprannaturale e all'oltretomba. Anche a Castel Rodengo, presso Bressanone, in val Pusteria, in un edificio del XII secolo, è raffigurato l'uomo selvatico, nel "ciclo di Ivano", un insieme di affreschi ispirati al romanzo *Ivano* di Chrétien de Troyes. Un uomo boschivo si trova poi fra i personaggi della facciata di un edificio del XV secolo, nella cittadina francese di Thiers. E l'elenco potrebbe continuare.

Compagno importante dell'essere umano in molti ambiti, l'uomo selvatico conserva la sua funzione di protettore e di garante dell'ordine sociale anche nei Carnevali o i rituali di fine anno, dove, specie nelle aree alpine, può comparire sotto forma di maschera, come alter ego dell'orso, dell'uomo albero, del già citato Arlecchino ma anche di alcune figure demoniache. Si pensi al carnevale di Sappada, in Friuli, o ai salvàn delle Valfloriana in Trentino, ai Wilder-Mann delle valli tirolesi, ai Tschägghätt del Lötschental. L'uomo selvatico (o uomo-orso, o uomo-cervo) viene di solito portato per le strade del paese, sbeffeggiato e infine "ucciso". In questo modo si crede che egli, come capro espiatorio, incameri il male di una comunità e la purifichi, sacrificandosi. Può anche rappresentare l'inverno, la stagione buia durante la quale i campi riposano e non danno frutti. Egli però non muore definitivamente, ma anzi rinasce e garantisce alla comunità un anno di nuova prosperità. In una visione ciclica del tempo, egli, come le stagioni, alla fine risorge e incarna l'anno nuovo, il ritorno della primavera e il risveglio della terra.

Dal punto di vista psicologico, l'uomo selvatico è stato visto come quell'aspetto istintivo, pacifico e "animale" che in parte



© ILLUSTRAZIONE - Uomo selvatico, S. Brem

è stato respinto dalla coscienza per dare spazio alla dimensione razionale.

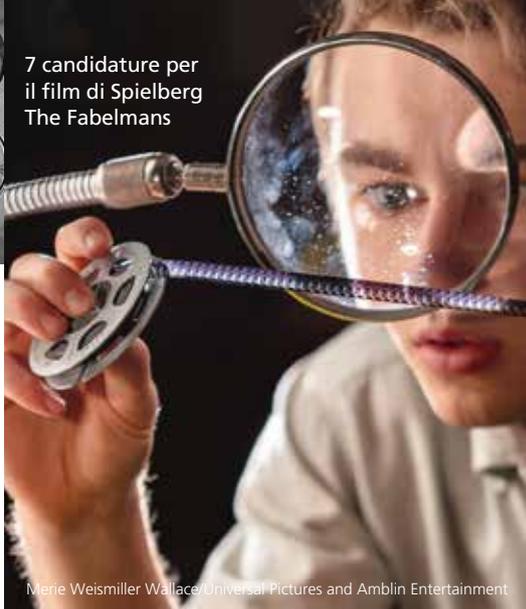
Tutte queste sue funzioni si ritrovano nelle leggende che lo vedono protagonista e ne spiegano il comportamento. Si narra infatti che, se turbato, può incutere timore, ma se trattato con gentilezza, diventa una fonte di fortuna: come conoscitore della natura, è maestro nell'arte casearia e nell'apicoltura, oltre che in altre tecniche legate all'agricoltura. Gli alpigiani raccontano che è stato proprio lui a insegnare all'uomo come fare il burro e il formaggio, come realizzare candele con la cera d'api, innestare le piante, apprendere le tecniche minerarie e tanto altro ancora. È quindi parente di tutta quella serie di esseri mitologici definiti "eroi culturali", che trasmettono all'uomo insegnamenti fondamentali, depositari di antiche conoscenze o iniziatori di alcune pratiche, usanze o attività necessarie alla vita. Come Prometeo, l'eroe greco che rubò il fuoco agli dei per darlo agli uomini, oppure il trickster, l'imbroglione furbo, personaggio diffuso nelle leggende degli indiani d'America e non solo.

Il discorso su questa figura così importante sarebbe ancora lungo ma già da questi pochi accenni possiamo comprendere che l'uomo selvatico accompagna l'uomo da sempre. Ancor oggi possiamo ancora imparare molto da lui. Nel mondo tecnologico in cui viviamo, può essere uno stimolo a riflettere sulle nostre certezze e sulla nostra idea di progresso. La cultura intesa come dominio, sfruttamento delle risorse naturali, sete di guadagno è qualcosa da cui l'uomo selvatico rifugge, per questo in alcune leggende si racconta che, accortosi di essere sfruttato a fini di lucro, si allontana.

Se noi esseri umani non riusciremo a riflettere sulla necessità di rispettare il mondo in cui viviamo, l'uomo selvatico continuerà a evitarci, rifugiandosi nei boschi o in grotte inaccessibili, insieme alla compagnia dei suoi amati animali. Finiremo col perdere la sua preziosa compagnia, e sarà davvero un peccato per tutti.



7 candidature per il film di Spielberg *The Fabelmans*



Merie Weismiller Wallace/Universal Pictures and Amblin Entertainment

## Con che criteri l'Oscar sceglie il miglior film?

di Marisa Marzelli

L'isolamento da COVID prima e l'avanzata maschia dello streaming (le nuove produzioni sono subito disponibili sullo schermo di casa) hanno modificato le abitudini cinematografiche. Distributori, proprietari e gerenti di sale tremano all'idea che un'antica e solidificata filiera sia prima o poi destinata a sparire.

E allora, che cosa può ancora spingere la gente a recarsi in un cinema vero, invece di restare in pantofole sul divano, per godersi insieme ad altri sconosciuti le immagini in movimento? C'è da chiedersi se un film per il grande schermo deve (o dovrà) rispondere a criteri nuovi e diversi e se anche il meccanismo dei tanti premi cinematografici, a cominciare dagli Oscar (assegnati da oltre 9.500 votanti dell'Academy) deve cambiare. Già, gli Oscar. I grandi catalizzatori per trascinare gli spettatori nella sala buia. Al momento di scrivere queste note, la cerimonia dei 95esimi Premi Oscar è ancora di là da venire, si può quindi tentare una breve disamina dei candidati 2023 senza essere influenzati dai risultati.

Quest'anno i dieci titoli in corsa come miglior film mostrano grande varietà di temi e stili (alcuni sono anche molto lunghi). Rispecchiando quella pluralità di sguardi che il cinema proietta – è il caso di usare questa parola – sulla realtà. Ormai nessuno crede più che l'Oscar incoroni il miglior film dell'annata. E, del resto, migliore rispetto a quale criterio? Ce ne sono diversi. In particolare, *Top Gun: Maverick* con protagonista Tom Cruise e *Avatar: The Way of Water* di James Cameron si sono rivelati veri campioni d'incasso al botteghino e pare che sia il regista Cameron sia il divo Cruise si siano battuti strenuamente perché i loro film rimanessero nelle sale il più a lungo possibile prima di essere distribuiti sulle piattaforme. Pur non essendo né *Top Gun* né *Avatar* (tra l'altro sono due sequel) tipici film da Oscar, già la loro

candidatura segnala che il criterio del successo di pubblico è estremamente importante come merito cinematografico. Criterio differente per la candidatura di *The Fabelmans*. Steven Spielberg è forse il regista statunitense oggi più stimato e blasonato, ma con questo film ha ottenuto incassi modesti; perciò è stato il prestigio dell'autore, oltre al plauso della critica, a propiziare la nomination, unitamente al fatto che in *The Fabelmans* l'autore riflette proprio sul concetto di cinema. Tra i candidati più tradizionalmente d'autore spiccano il tedesco *Niente di nuovo sul fronte occidentale* (che forse tocca di più la sensibilità europea col suo messaggio antimilitarista in tempi di guerra alle nostre porte); *Triangolo della tristezza* (già Palma d'oro all'ultimo Festival di Cannes); *Tar* (raffinato sguardo sul politicamente corretto nel mondo della musica classica, imperfetto ma ottimamente interpretato da Cate Blanchett – a lei non dovrebbe sfuggire l'Oscar della migliore interpretazione femminile –) e *Gli spiriti dell'isola* (film molto piccolo di mezzi ma grande in scrittura e interpretazioni; peccato sia stato lanciato come "divertente" mentre non c'è niente da ridere, se non nello spirito caustico e disperato del miglior teatro dell'assurdo).

L'anomalia (tra l'altro ha il più alto numero di candidature: 11 in tutto), il film del tutto nuovo, imprevedibile, stravagante e magari difficile da digerire è *Everything Everywhere All at Once* (Tutto ovunque tutto in una volta) che manderà in sollucchero gli appassionati del metaverso, cioè una rete di mondi virtuali. Poi c'è *Elvis*, pseudo-biografia sul mito americano Presley, realizzato da quel genio del cinema musicale che è l'australiano Baz Luhrmann. L'outsider è *Women Talking* di Sarah Polley, che sembra messo in lista perché almeno una regista donna ci vuole, e per di più con un dramma femminista.



cinema



## BOSCH E UN ALTRO RINASCIMENTO

di Claudio Guarda

**N**on pochi tra voi l'avranno visto dal vivo in quella bella mostra, da tempo attesa e da poco conclusa, che la Città di Milano ha allestito nelle sale di Palazzo Reale; ma per chi non vi fosse stato come non dedicare una breve riflessione alla figura e all'opera di quel geniale artista fiammingo che fu Jheronimus Bosch (1453–1516)? Oggi egli è noto a tutti per quel suo linguaggio fatto di visioni oniriche e 'surreali', dove accanto a misteriosi scenari paradisiaci – simili anche ad amorosi "giardini delle delizie" – si affacciano mondi infernali popolati da strani e orribili mostri, da sadiche ed oscene figure, tra l'ibrido e il meccanico, che indifferentemente torturano, suonano o peccano, mentre tutto intorno le città bruciano arrossando coi loro fuochi l'orizzonte lontano. Ma non fu sempre così. Celebrato e stimato ai suoi tempi, in contatto con importanti intellettuali e personaggi del tempo, collezionato da principi cardinali e dinastie regali (gli Asburgo) finì poi – al pari di non pochi altri – dimenticato per secoli e riscoperto solo in epoca moderna.

In effetti, una volta concluso il periodo del gran gusto barocco per il 'meraviglioso', per la mobilità ed imprevedibilità delle forme sinuose, per le decorazioni esuberanti e sfarzose, arrivati i tempi dell'Illuminismo e della 'razionalità', dell'ordine

sistematico ed enciclopedico della scienza, del "sapere aude", il sipario calava, inevitabilmente, sull'onirico e bizzarro mondo di Jheronimus Bosch. Solo tra la fine dell' '800 e i primi del '900, con l'affermarsi del simbolismo, del pensiero freudiano e della psicanalisi, Bosch veniva riscoperto come il primo e più originale precursore di quel fascino per l'irrazionale e notturno che pulsa nel subconscio e si ridesta nel sogno; al punto da venir indicato da Breton nel suo manifesto come "il padre fondatore del Surrealismo", riconoscendogli quindi una modernità che, a distanza di 500 anni, tornava a intrigare.

Tra le problematiche sollevate dalla mostra milanese spicca quella messa a far da titolo all'intera rassegna: "Bosch e un altro Rinascimento": che suona come implicito distanziamento dal noto volume di Eugenio Battisti del 1962 intitolato "L'antirinascimento". Su questo torneremo poi, quello che è indubbio è che, fin dai tempi suoi, l'opera di Jheronimus Bosch rappresentava tutt'altra faccia rispetto al Rinascimento, in particolare quello italiano, identificabile nel 'canonico' classicismo toscano-romano incarnato dai grandi nomi che da Perugino e Botticelli scendono poi a Raffaello, Michelangelo e Andrea del Sarto, cui potremmo aggiungere anche i veneti da Mantegna

Immagini

A pagina 25, Jheronimus Bosch, *La visione di Tundalo*, 1490-1525 circa, olio su tavola, Madrid, Museo Lázaro Galdiano © Museo Lázaro Galdiano, Madrid  
Sotto in alto, Jheronimus Bosch, *Trittico delle Tentazioni di sant'Antonio*, particolare, 1500 circa, olio su tavola, Lisbona, Museu Nacional de Arte Antiga © DGPC/Luisa Oliveira - In basso, copia da Jheronimus Bosch, *Scena con elefante XVI secolo*, olio su tela Firenze, Gallerie degli Uffizi © Gabinetto Fotografico delle Gallerie degli Uffizi - A destra, bottega di Jheronimus Bosch, *Le tentazioni di sant'Antonio*, 1500-1525 circa, olio su tavola Madrid, Museo Nacional del Prado © Foto MNP/Foto Scala, Firenze





a Bellini e Tiziano. Nelle loro opere – ma il discorso potrebbe espandersi alla coeva letteratura nella opposizione tra Bembo e Folengo per fare due soli nomi – si coglie quella utopica proiezione classico-umanistica che, pur volgendo lo sguardo indietro ad epoche anche remote e di certo idealizzate (l'*Arcadia* del Sannazzaro), in realtà aspirava al raggiungimento di un ideale equilibrio fatto di ordine, misura e decoro, a un armonico connubio tra antico e moderno, tra fede e ragione, tra filosofia, scienza e religione. Un orizzonte di positività che muoveva dal neoplatonismo di Pico e Ficino ed arrivava alla visione antropocentrica dell' "uomo misura di tutte le cose" – in opposizione a quella teocentrica del Medioevo – il cui correlato visivo può esser identificato nell'uomo vitruviano di Leonardo (1490 circa) e, prima ancora, nell'acquisizione matematica della "prospettiva" che, relazionando tra loro le varie grandezze e profondità, governa lo spazio e ordina il mondo, lo rende leggibile e compatibile con la mente umana.

Rispetto a questo Rinascimento la pittura di Bosch suona tutt'altra musica, dai rimandi assai più vicini nel tempo: caratterizzata com'è da simbologie e richiami cristiani, ancora intrisa della mentalità e della cultura del Medioevo. L'immaginario di Bosch non si radica infatti sulla ragione, ma sul caos infernale e sulla follia umana tanto da costituirsi come 'l'altra sua faccia': quella nordica, notturna, inquietante, attraversata da visioni e ossessioni, dal senso del peccato e dal bisogno di redenzione, da incubi e paure, con l'uomo combattuto tra venti opposti, mosso da "pizzicore di carne", da egoismi e avidità in palese contrasto sia con il messaggio evangelico sia con quell'altra utopica solare aspirazione ad un Rinascimento inteso come equilibrio e armonia dei contrari. Nella terribile visione apocalittica che Bosch ne dà nel trittico di Bruges, "il mondo è perduto nel peccato; il giudizio finale – rappresentato nella parte alta dalla figura di Cristo chiusa in una sfera quasi vitrea ed impermeabile fra il coro degli angeli musicanti – in realtà non serve, giacché viviamo in un vero inferno nel mondo terrestre e la condanna è inevitabile." A differenza quindi del Rinascimento mediterraneo, animato dalla fiducia nella razionalità, egli scendeva a un livello più basso (questa sarebbe poi stata la sua modernità): quello dell'inconscio e delle sue paure per evidenziare le connaturate fragilità e aberrazioni dell'uomo, del suo tempo, della sua società, perfino le ambiguità della Chiesa e dei suoi chierici in anni confinanti con la

Riforma luterana. E tutto questo da parte di un uomo-artista rispettato in città, che apparteneva alla Confraternita di Nostra Signora, partecipava con regolarità alle funzioni religiose specie quelle dedicate alla Vergine Maria, e viveva con preoccupazione gli inquietanti segni di quel trapasso secolare. Anche in questo egli è molto vicino ai nostri travagliati tempi.

Viveva infatti in anni di grandi e inquietanti mutamenti, perfino di sconvolgimenti epocali: la caduta di Costantinopoli e l'avanzata dei musulmani in Europa, la nuova visione del mondo conseguente alla scoperta dell'America e alle teorie eliocentriche di Copernico, il declino della Chiesa e l'immorale comportamento dei papi, le guerre in corso, le pesti e le carestie che flagellavano l'Occidente seminando angoscia e terrore. Come non sentire in tutto questo, come pure nelle sue allegoriche e pessimistiche visioni in cui sferza vizi e meschinità dell'uomo, un intento moralistico e didascalico che, tra sarcasmo e irrisione, lo avvicina quantomeno nello spirito alla *Nave dei Folli* (1494) di Sebastian Brandt o all'*Elogio della follia* (1511) di Erasmo da Rotterdam, o ancora alla pittura di Martin Schongauer e Matthias Grunewald? Non era un folle, era un pittore intellettuale animato da sincerissima fede cristiana, che faceva sua e praticava la mistica della *Devotio Moderna*: un movimento religioso che proponeva un rinnovamento spirituale dell'uomo e della Chiesa attraverso la meditazione sulla parola di Dio e l'*Imitazione di Cristo*.

La pittura di Hieronymus Bosch è un grido altissimo, anche di fede, ma non isolato, nella notte che segna la fine del medioevo e l'inizio del nuovo giorno. Ma non fu un Antirinascimento nel senso stretto della parola, in polemica cioè con quello italiano che cominciava a penetrare anche nei paesi tedeschi (Durer) e fiamminghi (Luca di Leida). Fu piuttosto un 'altro rinascimento' – come dice il titolo della rassegna – o 'alternativo' non foss'altro in quanto auspicio di possibile rinascita, lontano comunque dal Rinascimento governato dal mito della classicità, anche se in gran parte tutt'e due attingevano alle stesse fonti bibliche – basti pensare alla Cappella Sistina – o mitologiche, eppure il mondo dipinto da Hieronymus Bosch non poteva essere più distante da quello italiano. A prova dell'esistenza di una pluralità di Rinascimenti identificabili non solo nei vari centri artistici dell'Europa ma anche della stessa Italia, e non solo in pittura, anche in letteratura: come ricordava Carlo Dionisotti nel suo "Geografia e storia della letteratura italiana".

### Paolo Keller: la musica vista da dietro le quinte

di Alessandro Zanoli

Una cifra precisa è impossibile da calcolare: se glielo si chiede, il primo a fare la faccia sorpresa è lui: «Dal 1994 all'anno scorso sono sicuramente più di 10 concerti all'anno. Per trent'anni... sono oltre 300 concerti». La passione per il jazz, nel caso di Paolo Keller, è diventata una professione particolarmente impegnativa. Come responsabile per la programmazione dei concerti jazz di Rete Due, Keller ha mantenuto per tre decenni l'attenzione viva sulla scena artistica nazionale e internazionale e ha, anno dopo anno, invitato in Ticino i musicisti più interessanti, offrendo agli appassionati del nostro cantone la possibilità di mantenersi in contatto con le tendenze più all'avanguardia. Oltre a questo, nel suo ruolo di produttore radiofonico, ha selezionato i concerti trasmessi nello spazio serale del "Concerto jazz" domenicale, sempre sulle onde di Rete Due.

Insomma, Paolo Keller è uno che il jazz lo conosce dall'interno, anzi, da dietro le quinte, e con gli aneddoti che gli fornisce questa sua esperienza fuori dall'ordinario potrebbe scrivere un libro, sicuramente apprezzato dai jazzofili. «Il battesimo del fuoco, potremmo dire, me l'ha dato il Quartet West di Charlie Haden. È stato il primo concerto che ho organizzato e la stessa agenzia artistica, nel momento in cui avevamo chiuso il contratto, mi aveva augurato "Buona Fortuna!". Tutti sapevano che Haden non era un ospite "facile". Infatti, arrivato a Lugano aveva rifiutato il primo albergo in cui avevamo pensato

di collocarlo. Dopo una discussione e un esame delle altre possibilità avevamo finito per farlo alloggiare allo Splendide. Se questo non va bene, gli avevo detto, guardi che a Lugano non c'è niente di meglio...».

Organizzare concerti, comunque è stata un'attività che Paolo Keller ha sempre trovato molto affascinante. «Ho cominciato molto presto, ancora da studente, collaborando con Musica nel Mendrisiotto. Con loro ho portato in Ticino formazioni sia di musica classica che gruppi jazz. Quando poi mi è capitato di subentrare a Sanzio Chiesa nella gestione della stagione live della radio ho continuato con la stessa attitudine: mi è sempre piaciuto creare rassegne ricche, variate, con un programma ben articolato e con proposte originali. Non sono stato un promoter di quelli troppo invadenti, però: ho sempre cercato di mantenere una certa distanza. Ci sono quelli che approfittano della loro posizione "di potere" per mettersi un po' in mostra. Io non sono il tipo. Ho sempre voluto rispettare i musicisti e penso che alla fine anche loro lo abbiano apprezzato».

Nel mondo musicale, Paolo Keller entra relativamente presto, studiando il pianoforte da bambino. Ma piano piano il suo gusto evolve e da adolescente, grazie alla passione per la musica rock e pop degli anni 70, comincia a interessarsi più concretamente agli aspetti tecnici legati all'armonia. Gli piace ricercare nuove soluzioni sulla tastiera, scoprire nuove articolazioni tra melodia e accordi. Il suo gusto è naturalmente





*Nelle foto: in basso a sinistra Paolo Keller in compagnia del produttore discografico tedesco Manfred Eicher, qui a lato, lo troviamo invece al fianco del sassofonista statunitense Archie Shepp.*



quello dell'epoca *«Il primo LP che ho comprato era Volume IV, dei Black Sabbath (!), ma poi mi piacevano i Van Der Graaf Generator, gli Yes, i Chicago».*

Come per altri giovani della sua età, viene anche per lui il momento di entrare a far parte di un gruppo musicale. Keller infatti ha suonato vari anni nel gruppo ticinese Poca Fera, riuscendo, cosa rara per l'epoca, anche a registrare con loro tre dischi. *«Sì, la mia partecipazione al gruppo si intrecciava con il periodo dei miei studi a Parigi. Ricordo che il giorno della discussione della mia tesi ero arrivato al mattino con il TGV dopo un concerto, per ripartire subito dopo l'esame, tornare in Svizzera e suonare la sera in un altro concerto».* Paolo ha studiato musicologia all'Università Paris VIII, un ateneo particolare, con un indirizzo molto avanzato. Il tratto fondamentale di quella fase della sua vita era però che la sua casa era a pochissimi passi da un jazz club in cui si suonava jazz all'avanguardia. *«Proprio sotto casa, girato l'angolo, c'era questo locale da cui passavano i più moderni tra i musicisti inglesi, tra cui Fred Frith, e poi Steve Lacy, Joelle Léandre, e tanti altri. Era un jazz tra i più sperimentali dell'epoca».* Molti di questi stessi musicisti sono tra quelli che Keller ha poi invitato a suonare nelle sue rassegne alla radio. A quella scuola di gusto, potremmo dire, ha messo le radici la sua esperienza di organizzatore.

E alla RSI come è arrivato? *«Avevo appena terminato gli studi e casualmente era uscito un concorso a Besso: la Radio cercava dei programmatori. Ho trovato lavoro subito. Ma non sono passato immediatamente al jazz. Per un anno e mezzo mi sono occupato di creare scalette musicali di classica. È stato un periodo molto importante perché ho potuto approfondire la mia conoscenza della storia della musica e dei generi, con particolare interesse per la musica di fine 800 e inizio 900. Mi piaceva scoprire compositori poco noti e creare delle liste di ascolto variate e interessanti. E questo, tra l'altro combaciava con i miei interessi per l'armonia».* A un certo punto però Paolo comincia ad avvicinarsi al jazz, coadiuvando Sanzio Chiesa, allora respon-

sabile della programmazione di questo genere musicale. *«L'ho aiutato nel suo ruolo di organizzatore di concerti e come presentatore delle serate. Esperienza che mi è servita, in seguito, quando l'ho sostituito, dopo il suo pensionamento, nel 1993».*

Era un periodo particolarmente laborioso per chi ricopriva quel ruolo: *«Non c'erano né email né cellulari, all'epoca. Si facevano telefonate, si mandavano telex, si scrivevano lettere. Le cose erano molto più lente. Ma alla fine si riusciva comunque a far arrivare i musicisti».* E qui la lista dei ricordi si fa particolarmente lunga e prestigiosa. Ricostruendo il mosaico dei nomi più importanti passati per le rassegne di Rete Due, fanno capolino quelli di alcuni "mostri sacri", che Paolo riusciva a contattare e ad invitare. Si parla di Jim Hall, di Archie Shepp, di Carla Bley, di Bill Frisell, di John Zorn & Masada, di Paul Bley e di Jan Garbarek con l'Hilliard Ensemble... e di molti altri grandissimi interpreti, che gli appassionati ricorderanno per aver assistito ai concerti organizzati anche all'interno del Festival Jazz di Chiasso. Con il gruppo organizzatore di quest'ultimo Keller collabora da oltre vent'anni.

Giunto al beneficio della pensione, come si dice, Paolo Keller non uscirà certo dal mondo del jazz, in cui si trova così a suo agio e in cui ha maturato contatti e conoscenze importanti. *«Continuerò nell'attività di organizzatore, ma con maggiore calma. Sarò ancora nel gruppo di promotori del Festival di Chiasso e parteciperò alla programmazione musicale di Jazz in Bess a Lugano».* Negli ultimi anni, in realtà, la stagione radiofonica si è allargata sul territorio, coinvolgendo nell'organizzazione dei concerti altre associazioni e spazi del cantone. Jazz Cat Club, Jazz in Bess, Musibiasca, sono diventati scene importanti per la musica ticinese e Paolo Keller, che ha aperto la programmazione radiofonica a serate in questi spazi, rimarrà sempre una persona di riferimento per chi opera nel settore.

C'è da chiedersi, se, nella sua nuova situazione, non troverà spazio anche un rinnovato impegno come musicista... *Affaire à suivre...*

# Buono a sapersi

## Concorso Castelli di carta 2023 “Aiuto, c'è un'iguana in biblioteca”

Con il nuovo anno prende il via la diciottesima edizione del Concorso letterario in biblioteca “Castelli di carta”, organizzato dalla Biblioteca cantonale di Bellinzona con il sostegno di BancaStato e della Città di Bellinzona.

La formula del concorso è ormai un classico:

- racconti di 1800 battute al massimo (spazi compresi);
- tema a cui ispirarsi: “Aiuto, c'è un'iguana in biblioteca”;
- due categorie: “Ragazzi”, riservata agli allievi delle scuole elementari e medie, e “Adulti”, per tutti gli altri.

Chi desidera partecipare avrà tempo fino a martedì 2 maggio 2023 per inviare i propri elaborati via mail all'indirizzo: [info@castellidicarta.ch](mailto:info@castellidicarta.ch); o in forma cartacea a:

“Castelli di carta 2023”  
Biblioteca cantonale Bellinzona  
Viale S. Franscini 30a  
6501 Bellinzona

Dettagli e modalità di partecipazione possono essere consultati nel bando di concorso disponibile sul sito [www.castellidicarta.ch](http://www.castellidicarta.ch).

I testi premiati verranno pubblicati nella collana della Biblioteca “Castelli di carta”, consultabile anche online sul sito della Biblioteca digitale.



# fra le pagine



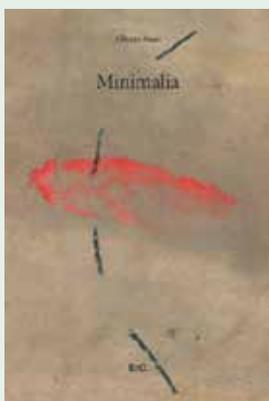
a cura di  
Elena Cereghetti

## PARLIAMO DI...

**scrittori**, anzi di **poeti**, che sempre ci offrono uno sguardo singolare e unico sul mondo, sulla vita, sulle “cose”, in una forma che ha regole tutte sue. Immagini originali, scelte lessicali e sintattiche inusuali caratterizzano spesso i loro testi, talvolta brevi, eppure densi di significato, in grado di catturare l'interesse del lettore, di farlo riflettere e di emozionarlo. In un periodo in cui la lettura sembra essere in calo, che cosa rende interessante il “territorio della poesia” che continua invece ad attrarre? Il successo risiederà forse nel tentativo del poeta di andare oltre la visione personale dell'hic et nunc (qui e ora) e di voler parlare di un'esperienza individuale che si fa universale? Come non confrontarsi con le riflessioni contenute nei canti leopardiani, che trascendono il tempo e ancora ci parlano?

Ascoltiamo in merito la parola di **Alberto Nessi** (Gran Premio Svizzero di Letteratura alla carriera nel 2016), alle cui opere più recenti viene dedicata l'intera rubrica. «*Che differenza c'è tra l'uomo comune e il poeta? La differenza sta nell'emozione che spinge il poeta, in momenti felici, a scrivere cose che non hanno una destinazione pratica, non usando il linguaggio per trasmettere informazioni: “non servono a niente”, direbbe un uomo d'azione o d'affari o d'ordine. Non servono a niente se non a farci sentire vivi (...). Non servono a niente, come i petali della cimbalaria e i grigi del cielo, se non a darci bellezza, e far scaturire nel nostro spirito scintille di vita.*» (Giornata mondiale della poesia, 21 marzo 2017).





**Alberto Nessi**  
*Minimalia*  
EIC, Morbio Inferiore, 2020



**Alberto Nessi**  
*La seconda bellezza. Poesie vegetali*  
Interlinea, Novara, 2022



**Alberto Nessi**  
*Corona Blues*  
Edizioni Casagrande, Bellinzona, 2020

È lungo il percorso creativo di Alberto Nessi (il cui esordio risale al 1969 con *I giorni feriali*), eppure – nonostante la maturazione avvenuta a livello di temi e di stile – il “nostro” poeta pare essere rimasto fedele ad alcuni assunti presenti sin dall’inizio: si pensi alla sua propensione per i fatti minuti e quotidiani; al suo impegno civile, all’interesse per il mondo umile e per le persone semplici o ai margini della società; all’attenzione per i segni della Natura e per gli eventi naturali che, nel corso degli anni, si è accentuata. Non sorprenderà dunque che il paesaggio (in particolare quello del Mendrisiotto e della Valle di Muggio) finisca per accamparsi con forza nelle sue poesie fino a diventarne protagonista, un vero e proprio personaggio, attraverso il quale Nessi si e ci interroga sul nostro vivere. È ciò che avviene nella raccolta intitolata **Minimalia**: 71 poesie – brevi, a volte brevissime (forse un richiamo alla concisione ungarettiana) – come efficaci pennellate che testimoniano il fascino per ogni segno di vita, anche minimo, cui sempre s’intreccia la riflessione sul destino di ogni essere o cosa. Lasciamoci dunque guidare dalla voce stessa del poeta, che sa suggerire un percorso introspettivo non privo di crude scoperte, ma pure illuminato da qualche luce di speranza, come si legge a pagina 49: «*Questa pioggia che pulsa / nelle vene della notte / parla dei giorni dove cresce / un’erba più vera*».

Con la raccolta **La seconda bellezza. Poesie vegetali**, l’autore sin dal titolo sembra confermare – in questo periodo della sua produzione letteraria – la centralità della natura. Su di essa si posa lo sguardo attento e curioso dell’uomo maturo, che ha però saputo conservare la capacità di stupirsi, immaginare e riflettere davanti alla bellezza di ciò che lo circonda. Fatti banali come la pioggia mattutina o la caduta della neve, lo sbocciare di un fiore o il suo sfiorire (amarillis, peonia, ginestra, rosa bianca ma anche tatuata...), il volo di un uccello offrono non solo materia descrittiva, che in Nessi non è mai fine a se stessa, bensì aprono la strada verso l’interiorità sua e nostra, fanno sorgere riflessioni sulla vita e sul suo valore, sollecitano la memoria e il ricordo di persone conosciute e amate. Porsi in ascolto della natura risulta insomma un modo irrinunciabile per poter almeno in parte cogliere l’essenza delle cose. Tale sensibilità percettiva e riflessiva trova felice realizzazione poetica nelle immagini naturali, che si caricano di significato simbolico, e nelle scelte lessicali in cui prevale la semplicità del linguaggio umile ma preciso nella nomenclatura. A chiarire la sintonia tra poeta e natura ecco la poesia *Filo d’erba* che chiude la più lunga sezione della raccolta (“Piante”): «*Mi chiedi perché non scrivo / con un filo d’erba. Eh, avere / la leggerezza dell’avena / che si muove nel vento, muovere l’ala / tra roveti e detriti come la gazza / che dai rami sfrasca ghygnando, / vincere il dolore, / aprire lo sguardo su un altrove...*».

Con **Corona Blues** Alberto Nessi ci lascia un “diario dell’anno 2020” (come recita il sottotitolo), testo in prosa con qualche incursione nella poesia, anche in quella dei grandi poeti della nostra letteratura, “*che parlano di morte e ci trasmettono vita*”. La narrazione si snoda su un arco temporale di pochi mesi, da marzo a giugno, che coincidono con l’inizio della pandemia, come tutti ricorderanno. Tuttavia lo scrittore non si focalizza sul virus, sulla malattia e la morte, ma prende le mosse da questa inedita esperienza collettiva per proporci le sue riflessioni sul mondo naturale e umano, e lo fa con lo sguardo del poeta che già conosciamo, perché «*la poesia può darci forza per resistere al dolore. Perché è una conchiglia dove risuona la musica del mondo, come ha detto Octavio Paz. Questa musica può essere un valzerino suonato da un musicante di strada o una sinfonia, un blues o un quartetto d’archi, il fischietto di un ragazzo con le mani in tasca o il balbettio di un ferito, il sussurro di un innamorato o il lamento della civetta: basta che sia vera e ci faccia scoprire il mondo*». Immergersi in questo ritmo da “corona blues” consente di seguire non solo i moti interiori dello scrittore, ma pure di dare forma diversa ai nostri sentimenti di allora per ritrovare un nuovo equilibrio con noi stessi e il mondo, come ci viene suggerito: «*Il carpino del giardino scuote la testa, non è contento di come vanno le cose. C’è empatia tra noi due. Ci intendiamo*».

## Riflessioni sul volontariato

di Patrizia Negri

**Durante uno degli ultimi incontri del nostro caffè narrativo ci siamo chinate sul tema del volontariato. Ne è nata una bella discussione in cui sono emersi anche interrogativi e perplessità.**

Il volontariato è un'attività di aiuto che chiunque, da solo o in associazioni, può decidere di fare. Si tratta di mettere le proprie capacità, anche le più semplici, a disposizione di chi ne ha bisogno. Si fonda sul principio della solidarietà e può essere rivolto a tutti coloro che hanno bisogno di aiuto. Ognuna di noi ha poi raccontato le proprie esperienze vissute. È stato bello scoprire che tutte le donne presenti hanno avuto o continuano ad avere esperienze personali in vari campi. Tra le varie attività svolte dalle partecipanti sono emerse esperienze con la Lega contro il cancro, colonie estive, il club74, le Botteghe del mondo, il Telefono amico. Inoltre c'è chi ha ospitato e si prende cura di 2 famiglie afgane, chi è stata attiva per l'ATTE e ora racconta fiabe in una casa anziani, chi si è occupata di mediazione culturale e supervisione. Anche il lavoro di casalinga l'abbiamo considerato come volontariato. Da noi donne di AvaEva è anche emersa la volontà di mantenere, attraverso il volontariato, un ruolo attivo nella società e di continuare a sentirsi protagoniste anche dopo il pensionamento.

### **Competenze e rimborsi**

Ci siamo anche interrogate su alcune perplessità emerse dai nostri racconti. In molti casi persone senza nessuna formazione adeguata eseguono compiti che normalmente dovrebbero essere svolti

da operatori competenti e retribuiti, per esempio nelle case per anziani o per l'insegnamento dell'italiano e il sostegno scolastico ai migranti.

Il lavoro volontario dovrebbe avere perciò un'offerta di supervisioni e di formazione continua. Il fatto che in molte associazioni non vengano rimborsate neanche le spese di posteggio e di trasporto ci è sembrato discutibile. È emerso anche che il grande coinvolgimento e l'entusiasmo nell'approccio con i casi seguiti può diventare fonte di stanchezza e bisogno di riprendersi i propri spazi. Abbiamo poi però scoperto che in Ticino esiste una "Carta del Volontariato" dove vengono citati i diritti e i doveri del volontario e questo ci ha in parte rassicurato.

### **Gratificazioni**

Per fare del volontariato non sono richieste qualifiche specifiche, basta mettere a disposizione tempo, voglia di fare e risorse. Si ottiene così riconoscimento sociale e una gratificazione personale e anche benessere psicologico. Inoltre, se pensiamo alle solitudini umane, alle tante disgregazioni e la scarsità di valori nella società odierna si manifesta sempre più il bisogno di effettuare un percorso di volontariato tramite il quale si cerca di riempire e colmare vuoti sia nell'ambito sociale che in quello personale.

Essere volontario significa rinunciare a qualcosa per donarlo a qualcuno che ha bisogno di aiuto e sostegno. Non è una scelta facile, a livello materiale non si riceve nulla in cambio, ma la ricompensa è molto più grande: la soddisfazione di aver fatto sorridere qualcuno, di aver donato un po' di felicità a chi soffre e ha meno opportunità vale tantissimo. Il volontario ha anche la possibilità di fare nuove esperienze e di stringere nuove amicizie iniziando un percorso di crescita che arricchisce e, anche alla nostra età, dà la possibilità di essere partecipe a un grande progetto di miglioramento della società.



# Deboli di udito

## “1992 – 2022 In ascolto”: 30 anni di ATiDU in un libro

di Maria Grazia Buletti

*“In questi 30 anni ATiDU si è posta costantemente in ascolto delle persone con difficoltà uditive, diventando ponte importante tra udenti e non udenti. Con questo libro ripercorriamo la sua nascita e la sua importante crescita senza tralasciare uno sguardo sul futuro”.*

Con questa premessa, venerdì 3 marzo **ATiDU Ticino e Moesano, Associazione per persone con problemi d'udito** ha accolto al LAC di Lugano un folto pubblico accorso per onorare la pubblicazione “**1992 – 2022 In ascolto, 30 anni al servizio dei deboli d'udito**”. Un viaggio attraverso la nascita, il percorso evolutivo, i progetti realizzati e quelli pianificati per il futuro di questo sodalizio che ha saputo rinnovarsi ed evolvere sulla scia tracciata dalla sua fondatrice e prima presidente per un ventennio Milena Donadini, la cui presenza carismatica permea tutto il libro, accanto a quella certamente di spessore analogo del presidente in carica da 10 anni Gianni Moresi.

Per l'appunto: un viaggio. Così sono state definite da Cinzia Santo (autrice insieme a Maria Grazia Buletti) le pagine che, passo passo, costruiscono il cammino di ATiDU. Un viaggio arricchito dalle testimonianze di persone con difficoltà uditive, una raccolta di articoli di archivio pubblicati sulla rivista Info ATiDU e sulla rivista *terzaetà*, così come dai testi di alcuni autori del nostro territorio: Fabio Andina, Bruno Bazzucchi, Chiara Pellossi, Daniela Michalopoulos, Petros Michalopoulos e Allen Scrigner, i quali affrontano il tema della sordità da un punto di vista più narrativo e, concediamoci la licenza, con la linea inconsueta della poesia, a valorizzare spunti e immagini che restano indelebili e portano inevitabilmente a riflettere. Come ad esempio l'immagine del “*rumore delle bollicine dell'acqua gasata*”: “*Saltellano, sfrizzano, sfavillano, borbottano, le bollicine nell'acqua... ho pensato tutta la vita che fossero mute... ora, è più forte di me: ogni volta che bevo l'acqua minerale le guardo danzare, le bolle, le sento danzare. Accosto il bicchiere trasparente al mio impianto cocleare, e rido, rido con loro*”.

Per i suoi primi 30 anni, sulla linea del tempo che ha segnato la sua nascita, delineato la sua crescita gettando le basi del suo futuro, ATiDU si trova fra le mani un libro dalla lettura trasversale che invita tutti, indistintamente, a riflettere sull'ascolto, sulla lettura di quello che l'altro vuole comunicarci e sulla legittima richiesta di comprensione reciproca per ogni relazione. Una pubblicazione pensata attorno al tema dell'udito e che, oltre al suo istoriato, porta ascolti diversi, di specificità singole. Un libro tutto da scoprire.

Contatti & Info: [info@atidu.ch](mailto:info@atidu.ch)

### Raccontando di mia nonna

di Chiara Pellossi-Angelucci

Quando ATiDU mi ha contattata per chiedermi se potessi scrivere un racconto sulle problematiche uditive mi sono sentita onorata e felice. Sì, felice dell'opportunità di poter scrivere della mia infanzia



trascorsa con una nonna audiolesa. Crescere con lei è stato facile e spontaneo: ha saputo regalarmi momenti ricchi di silenzi che contenevano sguardi carichi di parole e di squarci sulla sua meravigliosa anima. Scrivere questo racconto è stato come passeggiare fra i ricordi, in luoghi che non visitavo da tempo. Durante la sua stesura si sono susseguite molte emozioni; la memoria a volte gioca brutti scherzi e trattiene più facilmente gli eventi che ci hanno spaventato e impaurito piuttosto che quelli generati da grasse risate e serenità del cuore. L'unico rammarico è stato quello di non poter condividere con lei quanto scritto: a lei che amava rileggere i romanzi d'amore fino a consumarne le pagine, a lei che aveva grandi mani che sapevano regalarmi carezze indimenticabili. Scrivere per me significa raccontare una parte di sé; condividere non è sempre facile, ma di sicuro è terapeutico e mi aiuta a crescere. Ringrazio dunque ATiDU che mi ha fatto questo regalo inaspettato e auguro a tutti i lettori di poter cogliere in ogni racconto la meraviglia della condivisione.

**Associazione  
per persone  
con problemi d'udito**

**ATiDU  
Ticino e Moesano  
Salita Mariotti 2  
6500 Bellinzona  
Tel: 091 857 15 32  
[info@atidu.ch](mailto:info@atidu.ch)  
[www.atidu.ch](http://www.atidu.ch)  
CCP 69-2488-3**

**ATiDU  
vi  
ascolta  
tutti!**



## La fibromialgia un dolore “invisibile”

L'approccio multidisciplinare è fondamentale per salvaguardare la qualità di vita

di Stefania Lorenzi

Dolori muscolari e indolenzimento diffusi in tutto il corpo, disturbi del sonno, difficoltà di concentrazione, stati d'ansia, stanchezza cronica. La fibromialgia porta con sé un'enormità di sintomi che impattano in maniera importante la qualità di vita di chi ne è colpito. Quali sono le cause? Come affrontare le tante difficoltà imposte dalla malattia? Lo chiediamo al Dr. Nicola Keller, reumatologo.



Dr. Nicola Keller, reumatologo

«La fibromialgia è una malattia piuttosto misteriosa da capire: viene classificata come un disturbo somatoforme, ovvero che presenta più sintomi fisici di natura cronica accompagnati da stati importanti di ansia, preoccupazione, difficoltà nel gestire anche attività semplici, sensazioni “sproporzionate” rispetto ai segni clinici. Talvolta viene inquadrata come una patologia di natura psichica che porta a reagire meno bene allo stress o a percepire il dolore maggiormente. Nella malattia potrebbe intervenire un'insufficiente produzione di inibitori del dolore naturali, che porterebbe nel tempo a sviluppare una “memoria del dolore” che sfocia in sensazioni dolorose diffuse, anche in mancanza di un vero e proprio stimolo scatenante, con ricadute sull'umore e sulle emozioni.»

### Come si presenta la malattia? Quali i sintomi?

«Le persone colpite da fibromialgia lamentano dolori muscolari cronici diffusi in molte parti del corpo, in entrambi i lati (destra e sinistra) e metà (sopra e sotto). I dolori interessano le spalle, la schiena, il bacino, le braccia, le gambe. Le persone che soffrono di questa patologia avvertono affaticamento muscolare, indolenzimento e spossatezza persistenti. Molti la descrivono “come un cappotto pesante che preme sul corpo”. Nei casi più gravi il dolore viene descritto come tagliente o bruciante. Oltre ai dolori cronici, la fibromialgia si presenta con altri disturbi: sonno non ristoratore, cefalee, difficoltà di concentrazione, stanchezza continua, disturbi gastrointestinali, stati subdepressivi.»

### Quali sono le cause? Come si arriva alla diagnosi?

«È una malattia molto articolata, le cui cause sono riconducibili a fattori genetici e ambientali interconnessi (eventi stressanti, traumi fisici o psichici, malattie, lutti). La maggior parte dei pazienti non riesce tuttavia a identificare un evento specifico che abbia scatenato i sintomi. Nella fibromialgia si presume possa intervenire un'alterazione ormonale o di neurotrasmettitori a livello del sistema nervoso centrale, aspetto che potrebbe giustificare la scarsa qualità del sonno e la ridotta soglia di sopportazione del dolore. Alcune teorie annoverano lo stress tra gli agenti scatenanti o i fattori di rischio della fibromialgia, inteso come eccessive sollecitazioni fisiche o come stress psicologico (ad esempio conflitti interpersonali gravi o traumi psicologici). Nella malattia vi sarebbe quindi una difficoltà nello superamento dello stress che si accompagna ad una problematica elaborazione del dolore.

Diagnosticare la fibromialgia è piuttosto complesso. Non sono disponibili biomarcatori diagnostici (motivo per cui viene anche definita “malattia invisibile”). In mancanza di veri e propri sintomi specifici perché comuni a molte altre patologie muscoloscheletriche, neurologiche ed endocrine, né di test ed esami particolari che possano rilevare la malattia, si arriva alla diagnosi per esclusione. Si sospetta la presenza di fibromialgia quando il dolore diffuso, la stanchezza, la difficoltà di concentrazione non sono



L'opuscolo può essere sfogliato sul sito reumatismo.ch (shop) oppure ordinato presso il segretariato e ricevuti gratuitamente a casa. Tel. 091 825 46 13, info.t@rheumaliga.ch

riconducibili a cause specifiche o sono “sproporzionati” rispetto ai risultati fisici e ai test di laboratorio. Vi sono poi delle aree del corpo, definite “tender points”, ovvero punti del corpo la cui pressione provoca dolore. Quel che è certo è che si tratta di una malattia cronica e per chi ne soffre ha un impatto importante sulla qualità di vita a causa degli stati d’ansia, del dolore e della stanchezza cronici.»

### **Quali le possibilità di trattamento?**

«Il primo passo importante è informare il paziente sulle caratteristiche della malattia, indagare insieme le possibili cause scatenanti, i fattori ambientali e gli schemi mentali che potrebbero peggiorarne lo stato. Occorre affrontarla attraverso un percorso terapeutico che parte dall’educazione del paziente, che deve quindi essere parte attiva della terapia e modificare eventuali abitudini di vita che potrebbero ostacolare la cura.

L’approccio più efficace è senz’altro quello multidisciplinare:

- per quanto riguarda la terapia farmacologica il reumatologo può prescrivere farmaci per alleviare i dolori e conciliare il sonno (come quelli a base di duloxetina, amitriptilina, pregabalina), così come analgesici convenzionali (come il paracetamolo) o deboli oppiacei (come il tramadolo). Attenzione: forti oppiacei e corticosteroidi sono assolutamente controindicati!
- l’attività fisica è un’altra componente fondamentale del trattamento, con esercizi di allungamento e di tonificazione muscolare (sia per gli arti inferiori che per quelli superiori, mantenere le posizioni per 30 secondi, ripetere per 5 volte). Anche l’esercizio aerobico, come camminare velocemente, nuotare o andare in bicicletta, porta grandi benefici;
- efficaci anche le tecniche di rilassamento come lo yoga, il qi gong, il tai chi, l’agopuntura;
- le tecniche di respirazione profonda e la meditazione aiutano a gestire meglio lo stress;
- il supporto psicologico aumenta la consapevolezza di sé e della propria condizione legata alla malattia, prerequisito per affrontare gli stati d’animo di ansia e stress e di conseguenza agire sul controllo dei sintomi.»

### **Possibili domande che il medico può porre durante il primo colloquio:**

- In quali punti del corpo sente dolore e come descriverebbe questo dolore?
- Si sente spesso stanco/a?
- Ha abbastanza energia per svolgere il suo lavoro e le normali attività quotidiane?
- Ha difficoltà a gestire lo stress?
- Ha l’impressione di essere particolarmente sensibile in caso di rumori forti / al tatto?
- Si sveglia riposato/a?
- Assume farmaci? Quali?

## **CONFERENZE INFORMATIVE SUL TERRITORIO IL DOLORE: UN MOSTRO DA GESTIRE**

Ingresso libero

- 29 marzo: Vacallo, Centro sociale - ore 20:00. Relatori: Dr. Nicola Keller, reumatologo; Simone Ballerini, fisioterapista
- 03 aprile: Biasca, Bibliomedia - ore 20:00. Relatore: Dr. Mauro Lucini, reumatologo; Marie Häfliger e Nicola Oliva, fisioterapisti
- 04 aprile: Sant’Antonino, Oratorio - ore 20:00. Relatori: Dr. Mauro Lucini, reumatologo; Alberto Benigna, fisioterapista
- 25 aprile: Caslano, aula magna scuole elementari - ore 20:00. Relatori: Dr. Numa Masina, reumatologo; Gabriele Cosco, fisioterapista
- 10 ottobre: Losone, Sala del Consiglio Comunale (Ex Casa comunale, Via Municipio 7) – ore 20:00. Relatori: Dr.ssa Laura Zanisi, reumatologa; Roberto Sabatini, fisioterapista
- 11 ottobre: Bellinzona, Auditorium BancaStato Via H.Guisan 5 - ore 18:00. Relatori: Dr. Mauro Lucini, reumatologo; Alberto Benigna, fisioterapista
- 17 ottobre: Mendrisio, La Filanda - ore 20:00. Relatori: Dr. Nicola Keller, reumatologo; Simone Ballerini, fisioterapista

### **Organizza: Lega ticinese contro il reumatismo in occasione del 60esimo di fondazione.**

Casa della Socialità,  
Via San Giovanni 7, 6500 Bellinzona  
info.ti@rheumaliga.ch; T. 091 825 46 13



# Corsi TCS: la formazione continua alla guida

**La Sezione Ticino del TCS organizza, durante l'anno, diversi corsi di perfezionamento della guida con l'obiettivo di aumentare la sicurezza e la tranquillità personale al volante. Scoprite con noi perché, a distanza di anni, consigliamo un aggiornamento in questo ambito.**

Nel 2021, in Svizzera, sono stati registrati 8'351 incidenti d'auto (fonte USTRA), più che con qualsiasi altro mezzo di trasporto. Grazie all'attiva collaborazione dei maestri conducenti e degli istruttori professionisti, il TCS propone una moltitudine di corsi di perfezionamento della guida, tra cui il **Corso Terza Età** e il **Corso Generazione 70+**. Molti automobilisti, grazie all'organizzazione di queste singole giornate, hanno la possibilità di dare una "rinfrescata" alle proprie conoscenze teoriche di guida, rafforzando le abilità al volante già acquisite nel corso degli anni. Queste ultime non vogliono essere messe in discussione – gli anni di esperienza alla guida sono importanti – con il tempo però si tende ad acquisire automatismi che portano a sottovalutare i pericoli. L'obiettivo di questi corsi, della durata di poche ore, non è dunque quello di insegnare a guidare, ma di riprendere alcuni aspetti teorici e pratici magari arrugginiti nel tempo. Ogni anno vengono introdotte nuove norme stradali e le informazioni non sempre giungono a tutti, creando così un maggior rischio per ogni utente nella mobilità di tutti i giorni. Pensate che solo nel 2021 sono entrate in vigore le seguenti norme di circolazione: immissione a cerniera su restringimenti di carreggiata ed entrate austostradali, il corridoio di emergenza, il superamento da destra consentito, 100km/h per autotreni leggeri, la svolta a destra con il rosso

per bici e motorini, e potremmo continuare... Non sono solo le norme stradali a cambiare, ma anche le dotazioni delle vetture, ora equipaggiate con tecnologie di supporto e assistenza alla guida di ultima generazione. L'esempio più classico è l'ABS, che fino a qualche decennio fa non esisteva e che suscita ancora oggi incomprensioni in alcuni automobilisti. La formazione rappresenta inoltre un'occasione per colmare dubbi e lacune, come l'eccessiva prudenza o incertezza in situazioni di traffico difficili.

## Corso Terza Età:

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

## Tariffe:

Soci TCS: CHF 100 (già dedotto il contributo di CHF 100 elargito dal Fondo nazionale per la sicurezza stradale)  
Non Soci: CHF 200  
Il pranzo è incluso nel prezzo.



## Corso Generazione 70+

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

## Tariffe:

Soci TCS: CHF 150  
Non Soci: CHF 250  
Inclusi nel prezzo: il pranzo e 1 buono per un'uscita pratica di un'ora con un Maestro conducente TCS.

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

## CORSO DI PERFEZIONAMENTO ALLA GUIDA - TAGLIANDO DI ISCRIZIONE

Nome e cognome: \_\_\_\_\_

Indirizzo: \_\_\_\_\_

Località: \_\_\_\_\_

Telefono: \_\_\_\_\_ Data di nascita: \_\_\_\_\_

Non sono socio  Sono socio - Nr.: \_\_\_\_\_

Sono interessato al:  
**Corso Terza Età** del 5 aprile  22 maggio  13 giugno  **Corso Generazione 70+** del 27 aprile

Data e firma: \_\_\_\_\_

Altre date seguiranno in autunno. [www.tcs-ticino.ch](http://www.tcs-ticino.ch).

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



# Rimanere attivi in età avanzata

«Vorremmo vivere in questa casa il più a lungo possibile»

La tendenza è chiara: oggi gli anziani preferiscono rimandare il trasferimento in casa di riposo il più a lungo possibile. Sia che si tratti di una persona sola o di una coppia sposata, anche in età avanzata, sono in molti coloro che preferiscono rimanere tra le proprie mura domestiche. Tuttavia, le scale di casa possono diventare spesso un ostacolo, nel vero senso della parola.

Silvia Bernasconi e il marito vivono nella casa di famiglia, che hanno acquistato qualche anno dopo il matrimonio, da quasi cinquant'anni. I figli si sono trasferiti ormai da molto tempo, e Silvia e il marito sono al settimo cielo quando ricevono una loro visita o la loro nipotina Mia trascorre qualche giorno di vacanza con loro.

L'idillio si è bruscamente interrotto tre anni fa quando Carlo, il marito ottantaquattrenne di Silvia, è caduto e ha subito un grave infortunio all'anca. Il recupero ha richiesto molto tempo e da allora non si sente più sicuro come prima dell'incidente. Le scale di casa che collegano il piano terra con le camere al piano superiore si sono rivelate un grande ostacolo. È bastato poco perché il trasferimento in casa di riposo sembrasse l'unica soluzione in grado di risolvere la situazione.

## Un montascale è una soluzione molto più economica della casa di riposo

Fortunatamente, Manuela, la figlia di Silvia, ha avuto un'idea. «È venuta da me e mi ha chiesto se avessi mai pensato di installare un montascale», afferma Silvia. «La mia prima reazione è stata: "È troppo costoso! Non possiamo permettercene uno. Inoltre deve essere davvero complicato installare un dispositivo del genere a casa nostra dove le scale sono piuttosto strette e curve"». Manuela non si è lasciata scoraggiare. «Ha cercato l'indirizzo di qualcuno che potesse aiutarci e ha trovato la persona giusta». Quando racconta, gli occhi di Silvia sembrano brillare.

Manuela aveva trovato il contatto dell'azienda produttrice di montascale Stannah. «È stata la scelta perfetta», afferma.

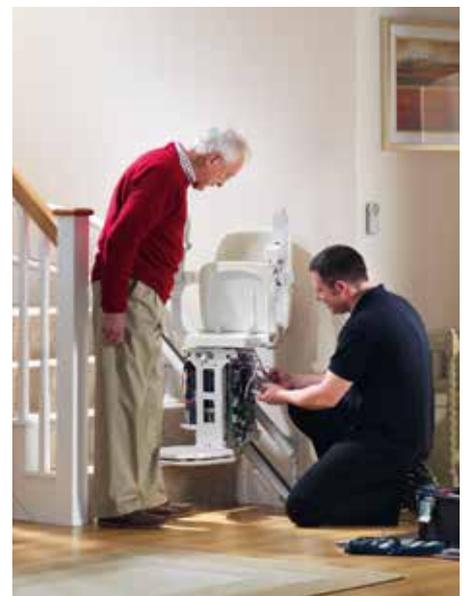
## Sopraluogo gratuito e non vincolante

È stato Francesco Castano, il consulente Stannah, a occuparsi della richiesta di Silvia Bernasconi. «Ci rechiamo sempre gratuitamente e senza alcun obbligo di impegno presso la casa delle persone interessate alle nostre soluzioni, prendiamo nota di tutto ciò che può essere importante, quindi prepariamo un'offerta personalizzata e, se è tutto ok, proponiamo anche un impianto personalizzato».

«Come molte altre persone, Silvia Bernasconi temeva che il montascale fosse estremamente costoso – continua Francesco Castano – È un calcolo facile da fare: la retta di una casa di riposo in Svizzera si aggira in media sui 6'500 CHF al mese ed il costo non viene coperto dall'assicurazione malattia. Un montascale può ritardare il trasferimento in casa di riposo di diversi anni. E dopo appena uno o due mesi, il cliente ha già ripagato l'investimento iniziale evitando i costi di una casa di riposo».

## Migliore qualità di vita e maggiore sicurezza in età avanzata

Silvia Bernasconi è entusiasta. «Le persone di Stannah hanno una grande conoscenza dei montascale. Il nostro dispositivo è sicuro, silenzioso e stabile. Diversamente dall'impianto di un'amica, con il montascale Stannah sono rivolta verso le scale sia in salita che in discesa. È



Il montascale Stannah si installa in poche ore.

molto più sicuro, inoltre, in questo modo, mio marito non ha paura delle altezze. Abbiamo guadagnato molto in termini di qualità di vita. E se qualcosa non funziona, posso immediatamente prendere il telefono e chiamare Stannah. C'è sempre qualcuno disponibile, persino durante i fine settimana o di notte. Questo offre a me e mio marito un grande senso di sicurezza.»

Mentre Silvia parla, la piccola Mia, di cinque anni, sta scorrazzando in casa. Silvia è felice di poter ancora vivere con il marito nella loro casa di famiglia, vicini alla loro figlia e agli amici di lunga data del paese in cui risiedono. Senza contare che la piccola Mia può giocare in modo sicuro con lei in giardino. Esattamente dove sua madre Manuela usava l'altalena quando era bambina.

Per informazioni:

Tel.: 091 210 72 49

Mail: [sales@stannah.ch](mailto:sales@stannah.ch)

[www.stannah.ch](http://www.stannah.ch)

# Stannah



INVIATEMI UNA  
BROCHURE  
GRATUITA!



Nome:

Cognome:

Via:

Codice postale:

Telefono:



**STANNAH**  
Steinackerstrasse 6,  
8902 Urdorf

## L'indennità per torto morale non è imponibile

di Emanuela Epiney Colombo, avvocato

La signora A è stata impiegata della ditta B per 16 anni ed è stata licenziata nella primavera del 2016. La ex dipendente ha avviato una procedura giudiziaria nei confronti della ex datrice di lavoro per chiederne la condanna al pagamento di CHF 30'000, pari a 5 mesi di stipendio, quale indennità per licenziamento abusivo ai sensi dell'art. 336a CO. Nel corso della procedura di conciliazione le parti hanno raggiunto una transazione e la ex datrice di lavoro ha accettato di versare l'importo di CHF 25'000, non soggetto a trattenute delle assicurazioni sociali, a saldo di ogni pretesa della ex dipendente. L'amministrazione fiscale ha tassato l'indennità di CHF 25'000 come un reddito da attività lavorativa, ciò che la signora A ha contestato. Dopo una battaglia giudiziaria, il Tribunale federale ha dato ragione alla contribuente (sentenza 2C\_546/2021 del 31 ottobre 2022, proposta per la pubblicazione). I giudici federali hanno confermato l'interpretazione data dal tribunale cantonale all'art. 24 della legge sull'imposta federale diretta (LIFD), che esenta da imposte gli indennizzi per torto morale. L'indennità per licenziamento abusivo prevista dall'art. 336a del Codice delle obbligazioni (CO) non è soggetta al prelievo di contributi per le assicurazioni sociali (DTF 123 V 5), perché si tratta di un'indennità indipendente da una prestazione lavorativa, con un carattere sia punitivo per l'ex datore di lavoro sia riparativo per l'ex dipendente. Il tribunale cantonale competente riteneva quindi che tale indennità rientrava nella nozione di "indennità per torto morale". L'autorità fiscale era invece del parere opposto e si è rivolta al Tribunale federale. I giudici federali hanno ritenuto che l'indennità dell'art. 336a CO ha lo scopo di riparare una lesione della personalità del dipendente colpito da un licenziamento abusivo, anche se ha un carattere punitivo per l'ex datore di lavoro. I due elementi non possono essere distinti e ne deriva che l'indennità per licenziamento abusivo è nel suo insieme assimilabile a un indennizzo per torto morale, con la conseguenza che non è imponibile come reddito. La sentenza del Tribunale federale permette di uniformare la pratica fiscale in tutta la Svizzera. Alcuni Cantoni consideravano, infatti, che solo la parte dell'indennità relativa al torto morale poteva essere esentata, mentre altri esentavano tutto l'importo attribuito a titolo di indennità per licenziamento abusivo. Ora la situazione è chiara e dovrebbero essere riconosciute come esenti da imposte anche le indennità per licenziamento immediato ingiustificato (art. 337c cpv. 3 CO) e le indennità per discriminazione previste dalla Legge federale sulla parità dei sessi (art. 5 cpv. 2 LPA), che hanno il medesimo carattere composito dell'indennità per licenziamento abusivo.



## Asanpopü

*l'Ago d'ago*

Così era intitolato un mio spettacolo del 1994. Son passati quasi trent'anni, ma le cose sono cambiate, eccome sono cambiate!

Ad un mio amico interessava vedere un Varietà che si teneva al teatro di Chiasso. Aveva letto la locandina dello spettacolo con i nomi degli attori, del regista, dei musicisti, la data e l'orario d'inizio, i prezzi d'entrata e tutto quanto. Era tutto chiarissimo ed invitante. L'unica cosa che non capiva era una scritta in fondo al cartellone "sold out".

Non si è preoccupato più di tanto pensando che probabilmente c'entravano i soldi e lì lui di problemi non ne aveva.

Non fu un percorso facile. Aveva deciso di portare prima la moglie nei grotti di Mendrisio e di spostarsi poi più tardi a Chiasso.

Giunto all'altezza di Bioggio sull'autostrada la colonna era ferma su due corsie. Riuscì a partire dopo una ventina di minuti, ma a Grancia, prima della galleria del San Salvatore, altro ingorgo.

Cominciò a fare qualche conoscenza con automobilisti che lo affiancavano oramai da quasi un'ora, tanto che erano diventati amici e si davano già del tu. Anche le mogli si erano messe a parlare dei nipotini e del tempo e ne ebbero per un bel po'.

Purtroppo, giunti a Mendrisio, si era fatto tardi e dovettero rinunciare ai grotti accontentandosi di un panino e di una lattina di Cola all'edicola della stazione. Finalmente, dopo tre ore dalla partenza ecco il teatro di Chiasso in tutto il suo splendore. Ci va lui alla cassa, lei nel frattempo parla dei nipotini e del tempo con un'altra signora della valle di Muggio.

«Ma signore», gli dice la cassiera, «non c'è più posto, è tutto esaurito».

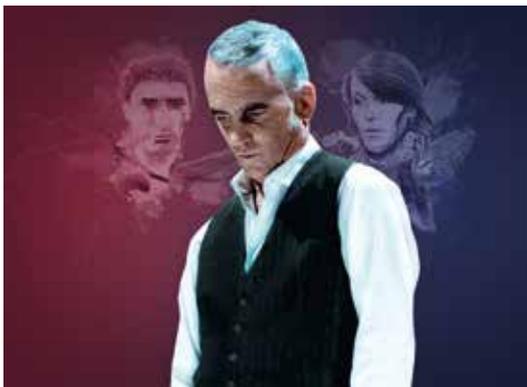
«Ma come?», dice lui «potevate anche comunicarlo, cribbio, son venuto da Biasca con la mia mié e adesso cosa faccio?»

«Ma signore, l'han detto anche alla radio che era sold out».

«Eh?»

«Sold out vuol dire tutto esaurito»

«Ah bon, allora mi ascolti bene: io in questa location non ci vengo più, capito?!».



## LOCARNO

### RivaDeandré amici fragili

Federico Buffa, di Marco Caronna e Federico Buffa, regia Marco Caronna - **20 e 21 aprile**

È il 14 settembre del 1969, dopo una partita a Genova di un Cagliari che proprio quell'anno avrebbe vinto l'unico, storico scudetto, Gigi Riva va a trovare Fabrizio De André nella sua casa di Genova. Sembra un incontro tra due mondi lontanissimi e invece, nel silenzio che caratterizza la prima parte della serata, scorrono i pensieri di due randagi che, in campi e in modo diversi, hanno sempre scelto di stare dalla parte degli altri randagi. In mezzo ai silenzi si snodano i punti di contatto di due universi che condividono la Sardegna e il suo popolo, il mare, i colori, il rosso e il blu, uno del Cagliari, l'altro del Genoa, il calcio, la musica, le canzoni. Quando le parole diventano di troppo Fabrizio regala a Gigi la sua chitarra, Gigi regala a Fabrizio la sua maglia numero 11.

### Almeno tu nell'universo: omaggio a Mia Martini

di e con Matilde Facheris, Virginia Zini, Sandra Zoccolan, pianoforte e arrangiamenti Mell Morcone - **4 e 5 maggio**

Tre attrici cantanti cercano di restituirne la grandezza e la fragilità con un racconto variegato che spazia dalle sue splendide canzoni (dalle più conosciute ai gioielli più nascosti), fino a ricordi personali, racconti e testimonianze dei suoi tanti amici artisti, fra cui la amata e odiata sorella Loredana Berté e naturalmente Ivano Fossati, autore di molte sue canzoni, compagno fondamentale di bellissimi progetti artistici e di una travagliata e profonda storia d'amore. Mia Martini era un'anima mediterranea, calda, solare ma sembra averla sempre accompagnata uno strano senso di solitudine. Un racconto in musica e parole di una delle voci più intense della musica italiana.

Tutti i dettagli su: [www.teatrodilocarno.ch](http://www.teatrodilocarno.ch)



## CHIASSO

### Il silenzio grande

con Massimiliano Gallo e Stefania Rocca  
regia Alessandro Gassmann - **21 aprile**

Autore napoletano di libri di successo, Maurizio De Giovanni firma per la prima volta una commedia teatrale in grado di parlare a una platea universale: è impossibile non riconoscersi nelle realtà e situazioni vissute dai personaggi.

*«Quando in una pausa a pranzo con Maurizio parlammo de Il silenzio grande vidi l'idea nascere lì in pochi minuti. Ebbi subito la sensazione che, nelle sue mani, un tema importante come quello dei rapporti familiari, del tempo che passa, del luogo dove le nostre vite scorrono e mutano negli anni, ovvero la casa, avrebbe avuto una evoluzione emozionante e sorprendente. Immagino uno spettacolo dove le verità che i protagonisti si dicono, a volte si urlano o si sussurrano, possano farvi riconoscere, dove, come sempre accade anche nei momenti più drammatici, possano esplodere risate, divertimento, insomma la vita. Questa è una delle funzioni che il teatro può avere, quella di raccontarci come siamo, potremmo essere o anche quello che saremmo potuti essere».* Alessandro Gassmann

### L'alfabeto delle emozioni

di e con Stefano Massini - **13 maggio**

Noi siamo quello che proviamo. E raccontarci agli altri significa raccontare le nostre emozioni. Ma come farlo, in un momento che sembra confondere tutto con tutto, perdendo i confini fra gli stati d'animo? Ci viene detto che siamo analfabeti emotivi, e proprio da qui parte Stefano Massini per un viaggio profondissimo e ironico al tempo stesso nel labirinto del nostro sentire e sentirci. In un immaginario alfabeto in cui ogni lettera è un'emozione (P come Paura, F come Felicità, M come Malinconia...), Massini trascina il pubblico in un susseguirsi di storie e di esempi irresistibili, con l'obiettivo unico di chiamare per nome ciò che ci muove da dentro.

Il programma nel dettaglio sul sito:  
[www.centroculturalechiasso.ch](http://www.centroculturalechiasso.ch)

Vista la collaborazione con il Teatro Kursaal di Locarno e il Cinema Teatro di Chiasso, che propongono degli sconti sul singolo biglietto a tutti i soci del Cantone, vi proponiamo qui una sintesi degli spettacoli in cartellone a dicembre e gennaio. Invitandovi ad andare sui rispettivi siti per avere maggiori informazioni.



## Volontario all'UNI3

**L'esperienza di Piero, ex pilota Swissair che oggi, in veste di volontario, dedica parte del suo tempo libero ad alcune attività dell'ATTE, come i corsi UNI3 e l'appoggio scolastico.**

di Katjuska Schär\*

**T**utti noi conosciamo l'offerta ricca e interessante che l'UNI3 propone sul territorio ticinese, ma quanti di voi conoscono il ruolo del volontario che segue lo sviluppo delle proposte? In questo nuovo appuntamento dedicato al settore volontariato conosciamo da vicino Piero, classe '33, volontario dell'UNI3.

La sua è stata, ed è ancora, una vita piena di avventure e interessi. Ci racconta un po' di sé con umiltà e un bel sorriso, quello di chi sa come apprezzare le piccole e grandi meraviglie della vita. Piero è una persona pratica, di cultura, che ha visto il mondo grazie al lavoro di pilota, che ha svolto per 33 anni spresso la Swissair. Mi racconta di aver affrontato il pensionamento con serenità: si è circondato di interessi e attività. Si potrebbe immaginare che ad un pilota manchi di poter volare, ma lui mi riferisce di aver visto molti suoi colleghi vivere solo per quel momento, fatto che rendeva loro difficile smettere di volare, lui però non lo rimpiange perché ha coltivato svariati interessi, tra cui le escursioni in montagna: «*In Ticino posso vedere meraviglie a pochi passi da casa*», racconta.

Terminate le scuole al Collegio Papio, ha iniziato prima con l'aviazione militare (in foto a Militare a Samedan nel 1981) e poi come copilota Swissair per dieci anni, dopodiché ha deciso di riprendere gli studi in ingegneria civile (un desiderio che aveva già dalla maturità) per poi alternare l'insegnamento di sistemi elettronici al volo. Nel corso della sua carriera, nel 1985, ha avuto la fortuna di partecipare, come pilota Swissair di un DC10, ad un giro intorno al mondo con gli stessi passeggeri e lo stesso equipaggio (due piloti, un meccanico di bordo e sei o sette steward ed hostess). Partiti da Zurigo, sono passati da Bombay per poi toccare il Giappone, l'Indonesia, le Hawaii, Los Angeles, Boston e, infine, rientrare a Zurigo. Di quest'esperienza serba un bellissimo ricordo e soprattutto «la dimostrazione che il mondo è rotondo!», afferma sorridendo. Una praticità di visione della vita che lo ha aiutato moltissimo quando era un docente dell'appoggio scolastico a Locarno (servizio offerto dall'ATTE per i ragazzi del primo ciclo delle medie) dove si è occupato di supportare gli studenti nelle lingue (lui è bilingue italiano /tedesco e conosce il francese grazie al lavoro) e nella matematica. Da subito ha compreso che le difficoltà in questa materia possono essere superate trovando un punto di interesse comune e ancorando la teoria alla pratica: un ragazzo che aveva difficoltà a capire i



volumi e la loro applicazione ha perfettamente compreso il tutto al momento in cui Piero, dopo aver osservato il mezzo di trasporto da lui utilizzato, gli ha parlato del suo motorino, delle cilindrate e della meccanica. «Approcciare con la pratica per interessare alla teoria, un successo!», esclama.

Pochi anni fa, ed è la dimostrazione che non è mai tardi per avvicinarsi al mondo del volontariato e dell'informatica, ha ricevuto una breve ma completa formazione per poter gestire la sala multimediale di Locarno ed è diventato un volontario UNI3. Attività che svolge con piacere: accoglie i partecipanti, distribuisce le dispense, supporta i docenti nella predisposizione del collegamento tra il pc e il proiettore e lo fa con puntualità, precisione e attenzione ai dettagli. Piero è grato per aver potuto vivere una vita interessante ed è con questo spirito che ha voluto diventare volontario dell'ATTE: riconoscente per quanto ha ricevuto, può regalare a sua volta qualcosa agli altri.

La sede di Locarno attualmente è alla ricerca di nuovi volontari per l'UNI3 che supportino il nostro Piero ma non solo, anche il servizio di appoggio scolastico cerca docenti (in particolare proprio per la materia cara a Piero: la matematica).

**L'università della terza età** è un'offerta stimolante e ricca di opportunità di approfondimento, le lezioni in videoconferenza e in presenza e su tutto il territorio cantonale sono possibili grazie alla presenza di volontari che, come Piero, mettono a disposizione il loro tempo e le loro competenze.

Il settore del volontariato è sempre alla ricerca di aiuti e volontari che desiderano intraprendere la formazione e lanciarsi in nuove possibilità; quindi, attende le vostre chiamate o e-mail. L'attività è saltuaria, non richiede moltissime ore ma alcuni pomeriggi da passare in compagnia ascoltando le lezioni e soprattutto grazie a Piero sappiamo che non è mai troppo tardi per diventare volontari dell'ATTE.

\*Katjuska Schär, coordinatrice del volontariato ATTE. Contatti: +41 91 850 05 54, volontariato@atte.ch

## A spasso nella storia: Stabio antica, tra romani e longobardi

Capita raramente di poter condividere "sul campo" l'entusiasmo e la passione per la ricerca storica di giovani studiosi: quando succede, si ha il privilegio di toccare quasi con mano il loro coinvolgimento, la freschezza del loro sguardo sulla materia e la voglia di comunicare il risultato delle loro indagini. Nelle due esplorazioni dell'area di Stabio, i partecipanti alle passeggiate storiche della serie "Tracce di storia del Mendrisiotto", organizzate dalla Sezione Mendrisiotto di ATTE, hanno infatti potuto raccogliere delle informazioni interessantissime e in parte inedite sulla specificità di questa regione grazie alla presenza di Romeo Dell'Era e Ilaria Verga, i quali hanno pubblicato di recente i loro lavori di dottorato in archeologia.

Il comprensorio stabiense è sicuramente una delle zone archeologiche più "fruttifere" del nostro cantone. Nei secoli scorsi (e grazie ad alcune memorie dell'umanista comasco Paolo Giovio potremmo dire fin dal 1400) proprio a Stabio e Ligornetto sono stati rinvenuti monumenti ed oggetti che testimoniano di una realtà socio-economica particolarmente ricca. E se alcune lapidi romane attestano la presenza in epoca classica di famiglie appartenenti all'aristocrazia comasca e milanese, altri ritrovamenti hanno riportato alla luce numerosi oggetti di uso quotidiano ed utensili, tratti da varie sepolture. I reperti si dispongono su un lungo arco cronologico che dall'epoca romana risale fino a quella longobarda, arrivando alla serie di oggetti recuperati nella celebre tomba del "soldato longobardo", il cui scudo era decorato da una serie di splendide piastrine in oro sbalzato.

Ilaria Verga e Romeo dell'Era hanno dunque, con le loro competenze specifiche e le loro spiegazioni, offerto agli oltre 70 partecipanti alle due passeggiate storiche la possibilità di ricostruire virtualmente la fisionomia di una Stabio antica, il cui paesaggio aveva caratteristiche ben diverse da quelle odierne. Curiosamente, i tratti del passato non sono del tutto cancellati dal presente. Ilaria Verga, autrice di una ricerca specifica sulle tre ville romane individuate nel comprensorio del Mendrisiotto (a Stabio, a Mendrisio e a Morbio Inferiore) ha potuto non solo indicare il luogo in cui sorgeva la costruzione romana, ma anche rinvenire nel terreno smosso da recenti lavori alcuni



frammenti di antichi vasi in terra cotta. Tracce che l'attività antropica millenaria non ha saputo ancora cancellare. L'impressione per i presenti, come si può immaginare, è stata particolarmente vivace...

Dal canto suo, Romeo Dell'Era ha potuto riferire di alcuni risultati raggiunti con la sua ricerca sulle iscrizioni romane nel Canton Ticino. Proprio nella regione tra Ligornetto e Stabio sono stati rinvenuti alcuni monumenti che riportano significative iscrizioni latine. Due sono conservati all'esterno della Casa comunale di Stabio e dell'Era ha potuto quindi descriverli e indicare le specificità ai presenti. Nel corso poi di una breve conferenza il ricercatore ha ricostruito la storia del loro ritrovamento, cercando di indagare il senso del loro messaggio e di utilizzarne le informazioni come indicatori che possano restituirci informazioni più ampie sulla Stabio antica.

Di nuovo, proprio la vivacità dello sguardo di chi si è occupato con passione della ricerca storica ci ha offerto nuovi stimoli di riflessione e ci ha permesso di guardare con occhi nuovi al paesaggio antico che ci circonda.

AZ



### 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 53, [telesoccorso@atte.ch](mailto:telesoccorso@atte.ch)



## BIASCA E VALLI

### I primi passi di una collaborazione che vuol guardare al futuro

Il lungo periodo della pandemia con i lunghi isolamenti e le sofferenze che ha portato nelle famiglie e negli anziani pare sia superato. Nelle società rifioriscono gli incontri, la gioia di potersi ancora incontrare liberamente, senza troppi patemi d'animo. Si gode ancora del piacere di sentirsi stringere una mano o di un abbraccio.

L'associazione ticinese di genitori ed amici dei bambini bisognosi di educazione speciale (ATGABBES) è venuta a convivere sotto lo stesso tetto del CD ATTE (centro Diurno "il Centro") di Biasca. È un evento importante perché offre una grande opportunità. La condivisione degli spazi non è solo una misura che permette per entrambi gli enti di beneficiare di spazi da utilizzare in comune con un discreto margine di risparmio ma anche un grande opportunità di sinergie proprio nelle attività che si possono sviluppare in comune generando uno scambio fraterno di inclusione e integrazione sociale. A beneficiarne di questa sinergia non sono solo i fruitori bensì l'intero territorio e la sua qualità di vita.

L'anziano, e si parla anche di giovani anziani che potrebbero inserirsi in questo scambio, ha esperienze di vita, una narrazione forte alle spalle e nel cuore, il giovane che necessita di un'educazione speciale potrebbe, nel suo incontro con l'anziano, donare la sua energia, la sua voglia di vivere, il suo amore. I genitori di questi giovani potrebbero attraverso questo scambio ricaricarsi di quelle energie e di quella esperienza che permettono di affrontare il difficile compito che, oggi ancor più, i genitori, gli educatori devono assumere.

Allora, questo spazio d'incontro sociale diventa effettivamente inclusivo. Nello scambio le diversità diventano ricchezza, crescita per tutti. Crescita che si realizza solo attraverso il vivere assieme. L'esperienza vissuta nel centro metterà le sue radici e si estenderà con influssi benefici in tutto il contesto regionale. Ci si conosce meglio, ci si incontra con un bel saluto e un radioso sorriso che infonde, a chi lo dona e a chi lo riceve, il piacere di gustare la vita.

Questi scambi vanno quindi a rafforzare la rete sociale degli scambi che permette ad ognuno di vivere la quotidianità con maggior sicurezza, con maggior equilibrio perché chi vi fa parte sente di appartenere a qualcosa. La sua identità stessa ne esce rafforzata. Si sente qualcuno e il suo vivere acquista maggior senso.

Da questa sicurezza nasce il coraggio di chiedere quando nasce un bisogno. Potrebbe sembrare una banalità ma il coraggio di chiedere a un passante: «Scusi, mi potrebbe dire a che ora passa il prossimo bus?», dà la forza del dirsi, tra sé e



Al Centro ATTE di Locarno da gennaio si gioca alla pétanque grazie a un gruppetto di appassionati.

sé: «Ce l'ho fatta, ho risolto un problema, mi ha aiutato, non son solo in questo paese.» Così si tornerà al CD ATTE "il Centro" con tanta voglia di incontrare gli amici e fare il pieno di Amore di cui tutti abbiamo tanto bisogno.

## LOCARNESE E VALLI

### Al via la pétanque

Un piccolo gruppo di appassionati di bocce ha dato inizio in gennaio ad una nuova attività. Tutti gli interessati, senza alcuna preclusione di genere, sono benvenuti. Di regola le partite si svolgono il mercoledì pomeriggio, tempo permettendo. Il campo è il prato antistante il bar del centro diurno di Locarno.

## Gruppo Vallemaggia

### Assemblea ordinaria

Dopo due anni di sospensione a causa delle note restrizioni causate dalla pandemia, si è tenuta a Cevio martedì 7 febbraio scorso l'Assemblea dell'Associazione ATTE, Gruppo di Vallemaggia. Alla presenza di un discreto numero di soci sono stati approvati i conti per gli anni 2020-2021-2022. Parte dell'attuale Comitato, in carica da molti anni, è dimissionario. Chi è rimasto fa un caloroso appello a nuove leve e soci per rinsaldare il gruppo. Eventuali interessati, possono annunciarsi alla Sezione di Locarno e Valli (centroatte@bluewin.ch - 079 480 99 20)

## LUGANESE

### Gruppo Melide

Successo pieno e grande entusiasmo per il pranzo di carnevale proposto dal Gruppo anziani ATTE di Melide e tenuto domenica 19 febbraio presso la Sala multiuso, adornata per la circostanza e con tanto di partecipazione del re e della regina. Ottimo il risotto con luganiga, preparati da Benedetto Pianarosa, titolare del Ristorante Nuvola Blu. Acqua, vino, dolci, caffè, rifa, musica, ballo, canti. Un successo che garantisce lo stesso appuntamento per l'anno prossimo, ma

non solo. Infatti il soddisfattissimo presidente del Gruppo anziani ATTE di Melide Aldo Albisetti ha lasciato capire che si sta verificando la fattibilità di organizzare due o tre volte l'anno, un pranzo domenicale di gruppo, proprio perché la domenica sta tornando giorno di incontro e per gli anziani lo stare assieme è medicina di benefico effetto.

## Gruppo Alto Vedeggio

Non è sempre corretto affermare che bisogna guardare solo avanti, che il passato non conta. Noi anziani sappiamo bene che il futuro poggia anche saldamente sul quel che è stato prima.

## Assemblea ordinaria

L'Assemblea del nostro gruppo Alto Vedeggio (tenutasi lo scorso 16 gennaio) ha dimostrato quanto sia doveroso fermarsi a tratti per gettare un occhio a quel che è stato. Non foss'altro che per ringraziare i collaboratori che si sono costantemente impegnati lungo l'anno appena trascorso per offrire i pranzi mensili – molto apprezzati, sempre più frequentati – e per organizzare le varie uscite. L'Assemblea ci ha permesso di constatare il seguito crescente di amici e amiche che il gruppo vanta. L'abbondanza di adesioni pone addirittura qualche problema: come accennato ai pranzi sono presenti costantemente più di quaranta partecipanti è ciò impegna non poco i responsabili della cucina e del servizio.

In gennaio sono state poste le basi per organizzare l'attività 2023: constatiamo con piacere che saranno in calendario le uscite a finalità aggregativo-ricreativo, ma anche momenti più formativi.

## Sicurezza in casa

Un pomeriggio interessante, incentrato sulla Sicurezza in casa (relatrice: Antonella Lepori), si è svolto lo scorso 16 febbraio presso il Centro diurno di Rivera alla presenza di una quarantina di amici. Il fil rouge appare magari scontato,



Risotto e luganiga per il nutrito gruppo ATTE di Melide riunitosi in occasione del pranzo di carnevale.

tuttavia quando ci si pensa un pochetto, l'ovvio lascia il posto alla consapevolezza: quante sciocchezze facciamo in casa, senza pensare alle conseguenze? Con abile maestria la relatrice ci ha fatto riflettere in merito ai nostri comportamenti usuali e pericolosi. Ecco quindi che ci è apparso chiaro che "pensare due volte" può risultare anche vitale. Pensare dunque per poi agire in modo sicuro; ma pure mangiare in modo equilibrato. Inoltre, constatato che l'età a volte non aiuta, bisognerà adattare i ritmi e il nostro corpo deve essere... ascoltato. Sembra evidente che per mantenersi in forma ci si deve muovere, anche se ciò implica sconfiggere la nostra pigrizia; il tutto ricordando che le evoluzioni da artisti da circo (sedie usate a mo' di scale ecc.) devono essere lasciate agli artisti giovani e preparati. Semplice, ma...

E poi una serie di riflessioni utili e mai scontate: un bicchiere di vino fa bene, si sa; tuttavia "uno" non è "qualche", e poi ancora: attenti a bere quando ci sono di mezzo i medicinali e le medicine le dà solo il medico nelle dosi da rispettare. Poi ancora ricordiamoci di vestirvi in modo comodo, con scarpe chiuse; in casa non lasciamo cavi liberi e pericolosi, fissiamo i tappeti e facciamo attenzione in doccia e nella vasca da bagno (ci sono supporti appositi e facili da adottare). Insomma: sappiamo già tutto, ma ricordiamo la prudenza; sopra tutto ricordiamo che la fretta è cattiva consigliera; facciamo sempre "mente locale" e non scordiamoci di illuminare gli ambienti e inforcare gli occhiali, se vogliamo vedere bene e schivare i pericoli.

Non da ultimo una riflessione opportuna su quanto sia vitale mantenere i contatti sociali, anche utilizzando il telefono, quando il fisico diventasse meno reattivo. Infine un accenno all'opportuno "telesoccorso", quale sicurezza supplementare cui fare affidamento, nonché un accenno ai negozi specializzati in attrezzatura di supporto agli anziani. Il pomeriggio è stato davvero utile e piacevole; la relatrice ha presentato i temi in maniera piacevole e ci ha pure ascoltati, profittando delle domande rivoltele per chiarire e approfondire gli argomenti.

## MENDRISIOTTO

### Gruppo Novazzano

#### Assemblea ordinaria

Mercoledì 22 febbraio il Gruppo ATTE di Novazzano ha tenuto l'annuale Assemblea presso il salone dell'oratorio di Novazzano. Una cinquantina di soci ha seguito i lavori condotti dal presidente del giorno Giorgio Trezzi. Nella sua relazione il Presidente del Gruppo Emilio Croci ha messo dapprima l'accento sul ruolo dei volontari che con il loro prezioso contributo sono indispensabili e costituiscono la colonna portante del Gruppo e di ATTE in generale. Ha in seguito proposto una breve panoramica delle attività svolte nel corso del 2022, si è complimentato con i vincitori delle varie gare e ha invitato i soci a condividere con il Comitato nuove idee al fine di poter sempre migliorare il servizio verso i soci. Dopo l'approvazione dei conti 2022 si è deciso di devolvere un contributo di 500 CHF alla Catena della Solidarietà a favore dei terremotati di Turchia e Siria. È seguita un'apprezzata merenda con torte casalinghe offerta a tutti i presenti.

### Gruppo Maroggia

#### Assemblea ordinaria - Cambio al vertice

L'Assemblea Generale di domenica 19 febbraio, presieduta dal gradito ospite della mattinata, il Presidente della Sezione ATTE del Mendrisiotto Giorgio Comi, ha evaso in maniera celere i temi all'Ordine del Giorno, con la nomina dei due scrutatori, Elda Wächter e Giampietro Ceretti, l'approvazione del Verbale, la relazione del Presidente ed i consuntivi 2022. Anche l'elezione del Comitato è andata via liscia con la riconferma di tutti i suoi membri: Angelo Masciari, Gianmario Bernasconi, Maurizio Lancini, Pasqua Masciari, Giovanna Sassella, Rossella Tantardini Toson e Renata Di Marco.

L'elezione del Presidente ha viceversa riservato un cambiamento perché Angelo Masciari, dopo sei anni e con grande rincrescimento, ha deciso di abbandonare il timone. Le amiche e gli amici lo hanno ringraziato in maniera calorosa, come ben ha meritato, per l'intenso lavoro svolto e la sua simpatia, sommergendolo di applausi. Poi hanno eletto quale suo successore Gianmario Bernasconi, unico candidato per questa impegnativa e poco ambita carica. Angelo Masciari è stato ringraziato dal Presidente Giorgio Comi, il quale si è poi congratulato con Gianmario Bernasconi augurandogli buon lavoro e tante soddisfazioni. Riconfermato il revisore Antonio Sassella e la supplente Fiorenza Ryffel.



A Maroggia, il presidente Angelo Masciari cede il testimone a Gianmario Bernasconi.

A mezzogiorno è stata offerta una maccheronata col prelibato sugo preparato da Pasqua, seguita da un pomeriggio ricreativo con il gioco della tombola e la consueta allegria.

Il futuro del nostro Gruppo ATTE è nelle mani, per altro già esperte e ben collaudate, di Gianmario Bernasconi e delle sue colleghe e dei suoi colleghi del Comitato che con immutato entusiasmo lo guideranno verso nuove e belle avventure.

### Gruppo Chiasso

#### Una tradizione gastronomica carnevalesca

Il carnevale di Chiasso, nella sua veste ufficiale, ha scelto di anticipare di una settimana il suo calendario. Rispondendo al suggerimento di molti appassionati della tradizione, il Gruppo ATTE di Chiasso si è fatto promotore di un "revival", in cui recuperare lo storico pranzo a base di gnocchi del Martedì grasso, un tempo offerto alla popolazione. La divertente occasione ha riunito un folto gruppo di soci dell'ATTE, oltre a numerosi amici e ospiti, che hanno potuto quindi gustare un bel momento carnevalesco in amicizia. Nelle foto, gli oltre 40 commensali di martedì 21 febbraio, insieme al gruppo degli organizzatori.

*Grazie a tutti i corrispondenti di Sezione. Il termine di inoltro dei vostri contenuti per la prossima rivista è fissato per il 28 aprile.*



Il Gruppo ATTE di Chiasso ha festeggiato il martedì grasso portando a tavola i tradizionali gnocchi. Una quarantina i soci che hanno partecipato al pranzo.

## SEZIONE BELLINZONESE

Centro diurno, via Raggi 8, 6500 Bellinzona, tel. 091 826 19 20 [www.attebellinzonese.ch](http://www.attebellinzonese.ch), [info@attebellinzonese.ch](mailto:info@attebellinzonese.ch)

Per rimanere informati sulle novità e i dettagli delle proposte consultate la bacheca esposta nel Centro, la pagina FB @Centro Diurno ATTE bellinzona e il sito: [www.attebellinzonese.ch](http://www.attebellinzonese.ch)

### Appuntamenti fissi presso il Centro diurno:

Lunedì e giovedì dalle 14.00 alle 17.00, ritrovo libero con attività ricreative: giochi di società, momenti di approfondimento, giochi delle carte, merende e lavoretti.

### Gioco degli scacchi

Lunedì dalle ore 20 e venerdì dalle ore 17.30 con i maestri e i ragazzi. Per informazioni presentarsi in loco durante i momenti di incontro.

### Gruppo spontaneo di canto popolare

Martedì, dalle ore 14:00. Piacevole momento di canto con canzoni della tradizione popolare, sotto la guida di Pietro Bianchi, musicologo.

### Gioco del Bridge

Imparare insieme a giocare, trucchi e regole di questo particolare gioco di carte in compagnia di un esperto. Incontri settimanali di due ore. Per informazioni: Laszlo Tölgyes 076 396 97 28.

### Biblioteca di quartiere

1. Piano, stabile 8b giovedì, ore 15-17.30. La biblioteca ha l'intento di diventare un punto di incontro per adulti e bambini e offre agli adulti un'ampia scelta di libri in prestito di narrativa di vario genere, come pure di letteratura ticinese e, anche se in modo meno consistente, di testi tematici differenziati. Particolare attenzione viene costantemente data alla costituzione di un fondo di libri per bambini.

### Pranzi della domenica con Kurt

Centro diurno, ritrovo ore 11.30  
21 maggio (18 CHF). Iscrizioni entro il 16 maggio  
11 giugno (18 CHF). Iscrizioni entro il 6 giugno  
Saranno tenute in considerazione le prime 45 iscrizioni che devono essere fatte entro i termini indicati, telefonando al nr. 091 826 19 20.

### Appuntamenti fuori sede:

#### Gioco delle bocce

Il martedì pomeriggio, fino al 30 maggio.  
Castione, ristorante Tenza.

#### Gruppo di Arbedo-Castione

Centro sociale, 6517 Arbedo, aperto tutti i giovedì dalle 14.00 alle 17.00. Quando c'è il pranzo dalle 11.30. Corrispondenza: Gruppo ATTE "L'Incontro", 6517 Arbedo. Iscrizioni: Centro sociale, Rosaria Poloni tel. 091 829 33 55, Paola Piu tel. 091 829 10 05.

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

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

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

#### Gruppo di Sementina

Centro d'incontro, Al Ciossetto, 6514 Sementina. Presidente Giorgio Albertella, Via Pobbia 13, 6514 Sementina, tel. 079 128 40 21  
Aperto il martedì pomeriggio. Per i pranzi e le gite annunciarsi allo 079 235 16 36.

#### Gruppo Visagno-Claro

Presidente ad interim: Fabiana Rigamonti, tel. 091 863 10 18, [frigamontiguadali@gmail.com](mailto:frigamontiguadali@gmail.com)

#### Gita a Bodio

Giovedì 20 aprile pomeriggio a Bodio, con visita al Periscopio

#### Porte aperte

Giovedì 27 aprile, porte aperte alla sede sezionale ATTE in via Raggi

#### Merenda

Giovedì 11 maggio, merenda con le tartarughe a Sant'Antonino

#### Pranzo

Giovedì 15 giugno, costinata a ca' dal Pepp e dalla Alda

## SEZIONE BIASCA E VALLI

Via Giovannini 18/20, 6710 Biasca, tel. 091 862 43 60, [www.attebiascaevalli.ch](http://www.attebiascaevalli.ch).  
Presidente Eros De Boni, via Stradone Vecchio sud 22, 6710 Biasca, tel. 091 862 25 85, [eros.deboni@bluewin.ch](mailto:eros.deboni@bluewin.ch)  
Attività sportive e gite: Centro diurno Biasca, tel. 091 862 43 60, coordinatore Centro: 079 588 73 47.

#### Centro diurno socio assistenziale Biasca

Via Giovannini 24, 6710 Biasca, tel. 091 862 43 60. Aperto dal lunedì al venerdì dalle ore 9.00 alle 17.00.  
Il programma del CDSA si può consultare sul sito: [www.attebiascaevalli.ch](http://www.attebiascaevalli.ch).

#### Centro diurno Faido

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

#### Pranzo e festa dei compleanni

Mercoledì 12 aprile (iscrizioni entro il 10), 17 maggio (iscrizioni entro il 15) e 7 giugno (iscrizioni entro il 5). Ore 12:00. Le iscrizioni (obbligatorie) vanno fatte a Silva, n.ro 079 442 86 62.

#### Tombola con merenda

mercoledì 31 maggio. Ore: 14.00.

Altri incontri (conferenze, pomeriggi ricreativi) saranno organizzati in date da definire.

#### Centro diurno Monte Pettine, Ambri

Via San Gottardo 137, 6775 Ambri.  
Responsabile Edda Guscio. Apertura da lunedì a sabato dalle 14.30 alle 19.00. Tel. 091 868 13 45  
Per pranzi e manifestazioni diverse consultare il sito [www.attebiascaevalli.ch](http://www.attebiascaevalli.ch)

#### Centro diurno Olivone

c/o Casa Patriziale coordinatrice Sonja Fusaro-DeLuigi

Per i lavori di ristrutturazione sia interni che esterni, la Sala Patriziale è ancora inagibile. I pranzi mensili sono sospesi fino a nuovo avviso. Le date della ripresa verranno comunicate ai soci tramite circolare.

#### Gruppo Blenio-Riviera

Presidente: Daisy Andreetta, tel. 091 862 42 66, [daisy.andreetta@hotmail.com](mailto:daisy.andreetta@hotmail.com)

#### Ballo liscio

Giovedì 13 aprile, a partire dalle ore 14:00 al Ristorante alla Botte, Pollegio.

#### Tombola

Mercoledì 19 aprile al ristorante della Posta a Malvaglia, inizio alle ore 14.00

#### Gruppo della Leventina

Presidente: Elena Celio, tel. 079 673 14 54, [elena.celio@bluewin.ch](mailto:elena.celio@bluewin.ch)

#### Tombola

Mercoledì 26 aprile presso il centro Atte di Ambri. Inizio ore 14:00; segue merenda.

#### Ballo:

Giovedì 13 aprile e 4 maggio. Ritrovo al ristorante Alla Botte a Pollegio, a partire dalle 14:00.

Altri eventi (gite, conferenze, pomeriggi ricreativi, ...) saranno organizzati in date da definire.

## SEZIONE LOCARNESE E VALLI

Centro diurno, Via dott. G. Varesi 42B (al piano terra della Residenza PerSempre), 6600 Locarno, tel. 091 751 28 27, [centroatte@bluewin.ch](mailto:centroatte@bluewin.ch).  
Presidente Fabio Sartori. Aperto dal lunedì al venerdì dalle 14.00 alle 17.00.

Informazioni aggiornate sulla programmazione: [www.locarno.atte.ch](http://www.locarno.atte.ch)

#### Attività:

CORO: lunedì  
GIOCO DEGLI SCACCHI: martedì  
GIOCO CARTE: tutti i giorni  
TOMBOLA: giovedì  
PRANZI: giovedì. Annunciarsi entro il martedì. Massimo 50 posti.  
LAVORI MANUALI: giovedì  
UNI3: vedi programma Corsi UNI3

**Racconti, poesie e canti popolari con Claudio Troise**

Martedì 18 aprile, dalle 14:00 alle 15:30 al Centro Diurno

Claudio Troise oltre a presentare il suo ultimo romanzo "La figlia sventurata", storia di una ragazza madre e della difesa della vita, leggerà alcuni racconti tratti dal suo libro "La capanna sull'albero" e reciterà a memoria alcune poesie di vari poeti italiani e ticinesi. Durante l'incontro ci sarà anche la possibilità di cantare insieme dei brani popolari.

**Incontro con l'infermiera Luisa D'Antico-Pedrazzini**

diplomata in cure generali, specializzata in geriatria e gerontologia

Martedì 9 maggio, dalle 14:00 alle 15:30 al Centro Diurno  
Tema: Imparo a conoscere il mio intestino  
Informazioni di base: Perché la salute intestinale è importante e quali sono i suoi effetti sia sul nostro organismo che sulle nostre emozioni. Qualche regola e consiglio per tutti i giorni. I temi trattati sono per tutti, non è necessario avere nessuna conoscenza specifica.

**Comunicazioni varie**

Al Centro diurno ATTE di Locarno ha la sua sede La Portineria di Quartiere, gestita dall'Associazione Quartiere Rusca e Saleggi.

**Gruppo del Gambarogno**

Presidente: Augusto Benzoni, tel. 079 223 84 04, Yvonne Richina, tel. 076 373 30 55. Informazioni sulle passeggiate Ivano Laffranchi, tel. 091 795 30 55 - 079 723 53 63.

**Tombola**

Giovedì 13 e 27 aprile, 25 maggio e 15 giugno. Ore 14:00. Centro Rivamonte Quartino

**Gita**

Giovedì 11 maggio visita alle isole di Brissago o alle Isole Borromeo – Segue programma

**SEZIONE LUGANESE**

Via Beltramina 20A, 6900 Lugano, 091 972 14 72, [www.lugano.atte.ch](http://www.lugano.atte.ch), [cdlugano@atte.ch](mailto:cdlugano@atte.ch)  
Presidente Achille Ranzi, 6962 Viganello, tel. 079 793 74 40, [presidente.cdlugano@atte.ch](mailto:presidente.cdlugano@atte.ch)

**Centro diurno socio assistenziale di Lugano**

Il Centro rimane aperto dal lunedì al venerdì dalle 09:00 alle 17:00, il sabato dalle 11:00 alle 17:00, si può giocare alle carte, pranzare e svolgere diversi corsi che vengono pubblicati anche sul sito: [lugano.atte.ch](http://lugano.atte.ch) oppure richiedere le informazioni allo 091 972 14 72. Si ricorda che il Centro prende a carico persone con bisogni di assistenza. È possibile pranzare dal lunedì al sabato così come giocare a carte. Regolarmente vengono organizzati corsi di diverso genere. Si va dall'attività fisica con proposte come: ACQUAGYM, ACQUA FISIO, BALLO COUN-

TRY, GAG, GINNASTICA DOLCE, GINNASTICA INSIEME, GINNASTICA SCHIENA, EQUILIBRIO CORPO E MENTE, NORDIC WALKING, PILATES, SHATSU e YOGA; all'approfondimento delle lingue con corsi per migliorare la grammatica o l'espressione orale di FRANCESE, INGLESE, TEDESCO e ITALIANO; alla creatività con appuntamenti nel segno, per esempio, della maglia o della scrittura creativa.

**Gruppo Alto Vedeggio (compreso Torricella-Taverne)**

Centro diurno comunale, Capidogno, 6802 Rivera, aperto l'ultimo giovedì del mese. Iscrizioni pranzi: Pina Zurfluh tel. 091 946 18 28. Iscrizioni uscite: Liliana Molteni tel. 091 946 24 24 [mara.lafranchi@bluewin.ch](mailto:mara.lafranchi@bluewin.ch)

**Pranzi**

Giovedì 27 aprile e 25 maggio. Ore 12.00 (iscrizione entro il venerdì precedente).

**Gruppo di Breganzona**

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

**Passeggiate di mezza giornata**

Martedì 25 aprile, 30 maggio e 13 giugno

**Gita a Monza**

Martedì 16 maggio, passeggiata di una giornata al Parco Villa Reale- Monza

I soci saranno informati di volta in volta tramite circolare.

**Gruppo della Capriasca e Valcolla**

6950 Tesserete Telbrüi 9 [atte@capriascavalcolla.ch](mailto:atte@capriascavalcolla.ch)

**Camminare in compagnia,**

Attività riproposta fino a giovedì 15 giugno, Ritrovo 09:15 presso il Centro sportivo di Tesserete, spogliatoio a disposizione, camminata nel bosco di San Clemente o altri itinerari nella Media Capriasca. Rientro ore: 11:00

**Corso di ginnastica dolce del martedì**

Al martedì, fino al 13 giugno, presso il Centro sociale culturale "Pom Rossin" e ATTE a Tesserete, sedute settimanali, condotte da un fisioterapista qualificato; possono essere praticate da tutti, a ogni età. Interessati telefonare al numero 076 444 09 32 (Romana Frigeri, membro di comitato).

**Incontro settimanale del mercoledì: giovani e diversamente giovani**

Da mercoledì 8 marzo fino a mercoledì 7 giugno presso la buvette del FC Stella Capriasca, Arena Sportiva di Tesserete, incontro informale dalle 14:00 alle 17:00.

**Tombola al giovedì**

fino a fine giugno, dalle ore 14:30 alle 16:30,

presso il Centro socio culturale a Tesserete gestita dall'Associazione Pom Rossin.

**Pranzi condivisi in compagnia e allegria**

Lunedì 17 aprile e 8 maggio. Dalle 11:30 ritrovo, aperitivo - 12:15 pranzo. Prezzo 20 CHF, bibite escluse. Annunciare la presenza telefonando al numero 079 223 87 64 (Michele Canonica, membro di comitato), entro il giovedì precedente la data fissata per il pranzo. Gradito un messaggio di posta elettronica a [micheleca@bluewin.ch](mailto:micheleca@bluewin.ch).

**ESCURSIONI IN MONTAGNA****Venerdì 14 aprile****Crugno, Dosso dell'Ora, Balduana, Pianspessa, Muggiasca, Balduana, Crugno**

Ritrovo: 07:45 Centro Sportivo di Tesserete. Lunghezza percorso: 10,64 km., dislivello positivo 493 m. Durata itinerario: 3h e 15'. Percorso medio-facile. Pranzo presso Osteria La Balduana.

**Venerdì 12 maggio****Breno, Alpe Mageno, Zottone, Ristorante Monte Lema, Breno**

Ritrovo: 07:45 Centro Sportivo di Tesserete. Lunghezza percorso: 11,92 km., dislivello positivo 983 m. Durata itinerario: 4h 45'. Percorso medio-impegnativo. Pranzo presso Ristorante Vetta Lema.

**Venerdì 16 giugno****Escursione "Giro degli alpeggi della Capriasca" con partenza dall'Alpe di Davrosio.**

Ritrovo: 07:45 Centro Sportivo di Tesserete. Percorso: Alpe Davrosio, Alpe Crocc, Alpe Ladrim, Cima Moncucco, Piandanazzo, Capanna Monte Bar, Motto della Croce, Davrosio. Lunghezza percorso: 13,72 km, dislivello positivo 699 m. Durata itinerario: 4h 20'. Percorso medio-facile. Pranzo Capanna Monte Bar. Iscrizioni: telefonare a Corrado Piattini (membro di comitato), 079 377 42 12 o annunciarsi per posta elettronica: [corrado\\_piattini@bluewin.ch](mailto:corrado_piattini@bluewin.ch).

**Visita accompagnata al Convento Santa Maria del Bigorio**

Lunedì 24 aprile. Lo storico dell'arte prof. Ivano Proserpi accompagnerà i partecipanti alla scoperta della quadreria e del piccolo museo. Parlerà della storia del convento presentando diverse opere su tela, ad affresco e scultoree. Ritrovo: ore 14.30 presso il Convento. Comunicare la presenza telefonando a Corrado Piattini, 079 377 42 12 o per posta elettronica: [corrado\\_piattini@bluewin.ch](mailto:corrado_piattini@bluewin.ch). Previsto trasporto in partenza dal Centro sportivo di Tesserete per coloro che non possono raggiungere autonomamente il Convento. Richiesta trasporto: telefonare a Michele Canonica, 079 223 87 64.

**Pranzo inizio estate**

Mercoledì 21 giugno, verrà spedita un'informazione dettagliata entro fine maggio.

continua a pagina 44

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

Centro diurno, Via dei Camuzzi 7, Montagnola, tel. 091 994 97 17, aperto lunedì e giovedì dalle 14.00 alle 17.30.

Iscrizioni: Centro diurno, tel. 091 994 97 17, Amilcare Franchini tel. 079 337 20 24.

## Gruppo di Melide

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

## Aspettando Pasqua con riffa e merenda

Martedì 4 aprile

## Gita a Milano, museo dell'orologio

Sabato 29 aprile

## SEZIONE MENDRISIOTTO

Presidente Giorgio Comi, Via Industria 13, 6850 Mendrisio, tel: 076 556 73 70, info@attemomo.ch, www.attemomo.ch

La Sezione ATTE Mendrisiotto riprende le uscite seguendo le tracce dello sviluppo della Terra e della nostra Civiltà: dopo le Gole della Breggia, il museo dei fossili di Meride e Stabio, prosegua-

mo con Mendrisio e Riva San Vitale, per poi toccare Lugano e Chiasso.

Inoltre continuiamo con la visita di Musei del-Mendrisiotto e proponiamo una serie di scrittori della nostra Regione.

### "Tracce di storia nel Mendrisiotto":

1) Mercoledì 26 aprile, dalle 14.00; Mendrisio, antica e medievale passeggiata a Mendrisio, con Ilaria Verga, con discussione finale e merenda.

2) Giovedì 1 giugno, alle 14.00; Riva San Vitale, dal Battistero a Santa Croce

### "Arte nel Mendrisiotto: rete MAM e dintorni":

Le prossime visite sono previste alla galleria Artrust di Melano il giovedì 27 aprile; il mercoledì 10 maggio alla Pinacoteca Zuest di Rancate.

### Incontriamo autori della Regione, il pomeriggio dalle 14.30:

martedì 4 aprile alla Filanda di Mendrisio con Alessandro Zanoli, lunedì 24 aprile al Caslaccio, con Orlando Casellini.

### Gita Sociale

Martedì 16 maggio, Mantova e i Gonzaga

## Gruppo Caslaccio

Gruppo Caslaccio Centro diurno ATTE Caslaccio "del Pepo", Via Caslaccio 2, 6874, Castel S. Pietro. Informazioni e iscrizioni: cdcaslaccio@attemomo.ch Giorgio Comi tel. 076 556 73 70

Al Centro diurno Caslaccio di Castel san Pietro riapriamo alla mattina, dalle 9 con Mara che ci aspetta per un caffè, un tè e un po' di compagnia. Su prenotazione è anche possibile pranzare per un modico costo (chiamare lo 076 758 31 14).

### Il pomeriggio continuano le attività.

LUNEDÌ dalle 14.30, esercizi di memoria e incontro di autori, MARTEDÌ dalle 16.00, si balla il Country mentre MERCOLEDÌ dalle 14.30, organizziamo attività insieme a bambini delle scuole elementari. GIOVEDÌ dalle 14.30, giochiamo a bocce, a burraco e ad altri giochi da tavolo.

### Attività speciali:

Sabato 1 aprile, **uscita a Pugerna**: La storia locale con gli occhi di Orlando Casellini  
Domenica 23 aprile dalle 14, **la Borsa delle piante** in collaborazione con Gli amici dello Stagno

Lunedì 24 aprile dalle 14.30, **incontro con gli**



Se siete proprietari di un edificio abitativo o commerciale e state pensando di realizzare un impianto fotovoltaico, la soluzione ideale per valorizzare il vostro investimento è la community solare. AIL supporta i Raggruppamenti ai fini del Consumo Proprio (RCP) che producono energia solare, con una soluzione che permette di visualizzare i dati di consumo e facilita la fatturazione interna in modo equo e trasparente.



Aziende Industriali di Lugano (AIL) SA • Casella postale, 6901 Lugano • Centro operativo: Via Industria 2, 6933 Muzzano • Tel. 058 470 70 70 • www.ail.ch • info@ail.ch

autori: **Guido Codoni** con "Storie di ramina"  
Sabato 17 giugno pomeriggio e sera – Festa intergenerazionale  
Lunedì 22 maggio dalle 14.30, **incontro con gli autori: Claudio Troise** con "La capanna sull'albero" e "La figlia sventurata"  
Giovedì 1 giugno dalle 18, **aperitivo in musica, cena e teatro** "La leggenda del ponte del diavolo"  
Domenica 4 giugno dalle 11.30 – **Tavolata al Caslaccio**

Informazioni e iscrizioni scrivendo a [cdcaslaccio@attemomo.ch](mailto:cdcaslaccio@attemomo.ch)  
Seguiteci sulla pagina [attemomo.ch/agenda-eventi/](http://attemomo.ch/agenda-eventi/) e sul settimanale l'Informatore.

### Gruppo di Chiasso

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

### Pranzi e cene

Mercoledì 19 aprile ore 12.00, pranzo d'inizio primavera Ristorante Moevenpick  
Mercoledì 17 maggio ore 12.00, pranzo dell'amizizia in Sede  
Sabato 17 giugno ore 19.00, cena d'inizio estate Grotto Linet

### Gite

Giovedì 27 aprile Castel Pralorno, 35 km da Torino – giornata intera  
Martedì 30 maggio Villa del Balbianello – giornata intera

### Incontri sul tema della salute

Martedì 18 aprile, 16 maggio e 20 giugno dalle 15.30 in Sede, in collaborazione con Associazione Assistenza e Cure a Domicilio-ACD

### Teatro

Cinema Teatro Chiasso. Tariffe agevolate per tutti i soci. Informazioni [atte.chiasso@bluewin.ch](mailto:atte.chiasso@bluewin.ch) oppure tel. 091 682 69 38

### Burraco

Tutti i lunedì non festivi dalle 14.30 in sede

### Gioco della tombola

Giovedì 20 aprile, 4, 11 maggio, 25 maggio e mercoledì 7 giugno dalle ore 14.30 in Sede

### Corso di yoga

Tutti i mercoledì non festivi dalle 09.30 in Sede (minimo 5 persone)

### Ginnastica dolce

Tutti i martedì non festivi dalle 10 in Sede (minimo 5 persone)

### Nordic walking

Dal 17 aprile tutti i lunedì non festivi dalle 09.15 ritrovo al posteggio tennis a Seselegio

### Cori

Tutti i venerdì non festivi dalle 14.30 presso il Centro sociale a Vacallo e i seguenti mercoledì 26 aprile, 10 maggio e 14 giugno in sede.

### Gruppo di Maroggia (compreso Arogno, Melano e Rovio)

Centro diurno, c/o Casa comunale, Viale Stazione 6, Maroggia, tel. 079 725 42 46.  
Informazioni e iscrizioni al segretario Maurizio Lancini 079 725 42 46.

### Pranzo e tombola

domenica 26 marzo e 21 maggio

### Gruppo di Mendrisio

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

### Gioco carte

Gioco burraco-scopa-scala quaranta- machiavelli mercoledì e giovedì dalle ore 14.00 alle 17.00

### Prove Coro

tutti i martedì dalle ore 14.30 alle ore 16.00 al centro diurno termine prove coro martedì 30 maggio.

### Tombola

Giovedì 20 aprile, 11 maggio e 15 giugno alle ore 14.30 al Centro diurno

### Gita sociale

Giovedì 25 maggio, luogo non ancora stabilito.

Importante: per le iscrizioni alle gite o ai pranzi, e per i dettagli delle nostre attività, si prega di consultare il settimanale L'Informatore o di telefonare a Ravelli 091 646 47 19

### Gruppo di Novazzano

Centro diurno, via Casate 10, 6883 Novazzano, 077 408 60 94, [cdnovazzano@attemomo.ch](mailto:cdnovazzano@attemomo.ch). Aperto dal lunedì al venerdì dalle 14.00 alle 18.00, il sabato dalle 14.00 alle 17.30.

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

### Pranzi del martedì:

4, 18 aprile, 2, 16, 30 maggio, 13 e 27 giugno

### Gioco della tombola:

Giovedì 27 aprile, 25 maggio, 22 giugno

### Festa per gli Auguri di Buona Pasqua:

giovedì 6 aprile

### Gnocchi per tutti per festeggiare l'arrivo della primavera:

martedì 9 maggio



## MANIFESTAZIONI CANTONALI

### Torneo di scopa

Giovedì 27 aprile - Sezione Bellinzonese, Centro Ciossetto, Sementina

### Assemblea Cantonale

Martedì 23 maggio - Sezione Bellinzonese, Mercato Coperto, Giubiasco

### Gita in Ticino

inizio giugno

### Gara bocce a coppie

dal 12 al 17 giugno

### Ginnastica dolce:

corso settimanale suddiviso in due gruppi

### Burraco:

tutti i martedì

Restano riservate eventuali modifiche di calendario per cui vi preghiamo di consultare il programma mensile dettagliato presso il centro o sul sito internet [mendrisio.atte.ch](http://mendrisio.atte.ch).

### Gruppo Valle di Muggio

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

### Pranzo di primavera

Mercoledì 26 aprile: pranzo di primavera in luogo ancora da stabilire

Informazioni mancanti seguiranno tramite il settimanale "L'Informatore"



## la parola ai lettori

Care lettrici, cari lettori, potete inviare i vostri scritti o le vostre fotografie (l'importante è che siano in alta risoluzione) all'indirizzo mail: [redazione@atte.ch](mailto:redazione@atte.ch). nel limite del possibile cerchiamo di dare spazio a tutti, per questo è importante che i testi non siano troppo lunghi.

Da tempo è offuscata  
la speranza di pace.  
Nell'aria si sentono sempre  
quei lamenti strozzati  
mordono il vento  
e arde la terra  
di sudore e sangue  
nel cielo ancora livido  
di pioggia le orme smarrite  
fuggono dalle paure  
raggiunti e uccisi da quei  
maledetti.  
Il sole guasto tra le nuvole  
con un pudore che non sa di soste  
scava le care immagini perdute  
in quest'ora di fango e tristezza.

\*\*\*

Tu sei all'alba  
il mio unico pensiero

Sei il primo che cerco  
nel mio regno di poesia.

I raggi dilette  
degli occhi tuoi azzurri  
irradiano il mio ozio mattutino  
come il primo soli spezza  
il buio della notte.

La tua voce soave  
sento come musica  
di un vivace usignolo di primavera

Caterina laquinta



## Omaggio alla storia del Jazz

Ultimi due appuntamenti per la quindicesima stagione del Jazz Cat Club che anche quest'anno ha presentato una lineup di tutto rispetto proponendo al pubblico concerti di qualità nei quali non sono mancati i tributi a grandi artisti come Slide Hampton, il Modern Jazz Quartet, Oscar Peterson ed Ella Fitzgerald, e alle grandi cantanti del secondo dopoguerra, oggi quasi dimenticate. Il prossimo appuntamento si terrà lunedì 24 aprile e segna il ritorno di due straordinari musicisti tante volte ammirati anche a JazzAscona in passato, con al contrabbasso l'elegante australiana Nicki Parrott e al pianoforte, da NYC,

il grande Rossano Sportiello, uno dei più importanti pianisti jazz sulla scena odierna. I due hanno in programma un tributo ad Oscar Peterson ed Ella Fitzgerald.

La stagione si chiude lunedì 15 maggio con un tributo al leggendario, classicheggiante Modern Jazz Quartet, che negli anni '50 e '60 è stato uno dei gruppi jazz più noti, sinonimo di eleganza assoluta e di grande capacità improvvisativa. Sul palco il quartetto del vibrafonista Thomas Dobler in cui ritroviamo anche uno dei maggiori pianisti europei: Dado Moroni.

I concerti si tengono al Teatro del Gatto con inizio alle 20.30. Maggiori informazioni su: [www.jazzcatclub.ch](http://www.jazzcatclub.ch)

## Camelie Locarno

**La colorata magia di *Camelie Locarno* si rinnova al Parco delle Camelie dal 29 marzo al 2 aprile. L'evento rievcherà la prima "Festa delle camelie e delle mimose", tenutasi in Piazza Grande cento anni fa.**

Fulcro della manifestazione sarà come sempre la mostra scientifica, allestita con grande gusto scenografico. Questa presenta all'interno di una capiente tensostruttura, ubicata nel cuore del Parco, circa 250 varietà di camelie recise, suddivise in diverse specie (japonica, reticulata, ecc), ibridi e cultivar provenienti da vari parchi e giardini della regione.

Inaugurato in occasione del congresso dell'International Camellia Society che si tenne a Locarno nel 2005, ed insignito nel 2010 del prestigioso marchio "Garden of Excellence" conferito dalla stessa ICS, il Parco delle camelie di Locarno ospita oltre millecento diverse varietà di camelie, gran parte delle quali si presenteranno in tutta la loro bellezza durante l'evento. Il Parco si estende su una superficie che dopo l'ultimo ampliamento del 2022 supera oramai i 15'000 metri quadrati. Due laghetti con giochi d'acqua e un romantico padiglione contano fra le principali realizzazioni di questo meraviglioso e incantato angolo di Locarno, ubicato in riva al lago, nei pressi della Lanca degli Stornazzi.

L'edizione 2023 sarà arricchita dall'Evento100, proposto per ricordare il centenario della prima edizione della Festa delle Camelie e delle mimose che si tenne a Locarno nella primavera del 1923, con tanto di corteo fiorito e spettacolo coreografico e musicale in Piazza Grande. Il successo dell'evento fu tale che andò poi in scena ogni primavera quasi ininterrottamente fino alla vigilia dello scoppio della Seconda Guerra Mondiale.

Il centenario sarà rievocato tramite vecchie stampe e fotografie esposte nel padiglione del Parco ed integrate nella mostra delle camelie, nonché attraverso uno spettacolo di danza allestito dalla coreografa Tiziana Arnaboldi, "Autour du corps", ispirato alla famosa coreografa e danzatrice "asconese" Charlotte Bara, che nel 1924 partecipò alla Festa delle Camelie a Locarno danzando, su musiche di Leo Kok e testo di Silvio Sganzi, nello spettacolo "Il trionfo della camelia", con scene e costumi di Alexandre Cingira.

Per chi volesse acquistare delle piante la rassegna offre un mercato delle camelie a cura del vivaista Eisenhut, uno dei maggiori e più significativi della regione, co-gestore di un magnifico parco di camelie e magnolie ubicato a San Nazzaro, sulla sponda opposta del Verbano. Un'attrazione da scoprire assolutamente.

Tutti i dettagli della manifestazione su: [www.ascona-locarno.com](http://www.ascona-locarno.com)



### SUDOKU

1

			5		3	1	8	
		9	1	7		4	2	
	4				2		6	3
9	2	3		1			5	4
			3			8	9	
						5		8
					9	2		
3					7			1

2

2	1			4	8	5		
5						4		2
			5	3			7	6
							2	
	5	4	2	8				9
						8		
		1	3	5			4	
6			4	9			5	
9								1

4	9	5	8	2	7	6	3	1
8	6	3	4	9	1	2	5	7
7	2	1	3	5	6	9	4	8
3	7	2	9	6	5	8	1	4
1	5	4	2	8	3	7	6	9
6	8	9	1	7	4	3	2	5
9	4	8	5	3	2	1	7	6
5	3	6	7	1	9	4	8	2
2	1	7	6	4	8	5	9	3

2

3	6	8	8	2	5	7	9	4	1
7	5	1	4	8	9	2	3	6	
2	9	4	6	3	1	5	7	8	
5	1	6	3	2	4	8	9	7	
9	2	3	7	1	8	6	5	4	
4	8	7	9	6	5	3	1	2	
1	4	5	8	9	2	7	6	3	
8	3	9	1	7	6	4	2	5	
6	7	2	5	4	3	1	8	9	

1

soluzioni

G.A.B.  
CH-6501 Bellinzona

P.P./Journal  
CH-6501 Bellinzona

LAPOSTA 

Rimarrà allestita fino a domenica 23 aprile nella sala Arsenale di Castelgrande a Bellinzona la mostra **"Swiss Press Photo 22"**. I visitatori potranno ammirare le migliori fotografie giornalistiche svizzere del 2022, premiate dalla Fondazione Reinhardt von Grafenried. Nella foto: "Culture Phantom", di Mark Henley arrivato primo nella categoria Vita quotidiana. (© Mark Henley)

