

Tücc insema

Rivista degli ospiti del Centro sanitario Valposchiavo

Gennaio 2018

Numero 1



**CENTRO SANITARIO
VALPOSCHIAVO**

Indice

-
- 1 *Gisa Lardi*
Editoriale
-
- 2 *Natalie Varisto*
Tücc insema! La prima gita del CSVP a Madonna di Tirano
-
- 4 *Gisa Lardi*
Giuseppe Cortesi: La storia si ripete
-
- 8 *Emanuela Crameri*
Visita al Mulino Aino
-
- 10 *Emanuela Crameri*
Ricordi
-
- 11 *Animazione*
Il CSVP al Marcù in plaza
-
- 14 *Gisa Lardi*
Le passioni di Plinio Tognina
-
- 16 *Gisa Lardi - Plinio Tognina*
Se una piccozza avesse parole
-
- 18 *Cristian Buglio*
La Festa del Primo Agosto
-
- 21 *Gisa Lardi*
Anni Zanini, la vicina di casa dei Giacometti
-
- 24 *Laura Maffina*
Pranzo al Ristorante Solaria a Le Prese
-
- 28 *Gisa Lardi e Natalie Varisto*
Ragazze di Le Prese
-
- 32 *Gisa Lardi e Natalie Varisto*
“Al magnan”
-
- 34 *Nadia Garbellini-Tuena - Il Grigione Italiano*
Pranzo a La Gatta di Bianzone
-
- 38 *Gisa Lardi*
Lucia Della-Cà-Pozzy, volontaria in Casa Anziani
-
- 40 *Educatrici del Nido*
Il Nido Borgo
-
- 44 *Marco Travaglia - Il Bernina*
La nostra mostra di quadri in Galleria PGI
-
- 48 *Alberto Camarilla*
Chiacchierata con Remo Foppoli
-
- 53 *Gisa Lardi*
Ines Pantaleone
-
- 54 *Redazione*
Ci hanno lasciato
-

In seguito alla fusione delle strutture sanitarie della Valposchiavo, fra le varie sinergie nate da questa fusione c'è stata quella di creare un nuovo giornalino per gli ospiti anziani.

È così nata la rivista che state sfogliando, di nuova grafica, denominata "Tücc insema" (Tutti assieme): un titolo emblematico, significante l'avvenuta unione e collaborazione fra le due strutture.

La pubblicazione sarà semestrale e sostituisce le due pubblicazioni "Voci" e "Un pit da tütt"; l'intenzione delle redattrici responsabili è principalmente quella di mantenere le linee editoriali precedenti, ossia innanzitutto presentare le numerose uscite avvenute durante l'ultimo periodo, che sono state fatte in collaborazione fra le due strutture.

Sono così pubblicate parecchie fotografie, a ricordo delle belle e sempre apprezzate scampagnate "extra muros".

Non mancano però alcune storie di vita, raccontate dagli ospiti stessi, aneddoti preziosi che meritano di venir pubblicati e che, speriamo, sappiano suscitare l'interesse di tutti i lettori.

Spazio è riservato anche ai preziosi volontari e ai piccoli amici del Nido che regolarmente rallegrano la vita in Casa Anziani.

Infine vengono ricordati gli ospiti che purtroppo ci hanno lasciato durante gli ultimi mesi.

Buona lettura!

Tücc insema!

La prima gita del CSVP a Madonna di Tirano

di Natalie Varisto

Siamo giunti alle soglie dell'estate, è questo il periodo nel quale ogni anno diamo il via alle nostre passeggiate e gite estive.

Come da consuetudine la prima gita della stagione è quella dedicata alla Madonna di Tirano: il breve viaggio in autopostale, la speciale Messa a noi dedicata nel Santuario e, per finire in bellezza, un buon gelato o un caldo cappuccino pri-

ma di risalire la nostra bella Valposchiavo e fare rientro a casa.

Rispetto a questo programma abituale che seguiamo ormai da parecchio tempo, quest'anno c'è stata una grossa e piacevole novità: in seguito alla fusione delle strutture sanitarie della valle e la costituzione del Centro Sanitario Valposchiavo, la gita di un piccolo gruppo di anziani accompagnati



dai loro preziosi volontari si è trasformata in una gita di un GRANDE gruppo di anziani! Per la prima volta "tucc insema", ospiti dell'ospedale San Sisto e ospiti della Casa Anziani, una grande unione di ospiti e volontari che con diversi mezzi, autopostale, pulmini ATE e macchine private, si è ritrovata a Tirano per un bel pomeriggio in compagnia.

Purtroppo il bel tempo non ha voluto unirsi alla nostra bella comitiva ma, grazie ad una buona organizzazione, all'impegno e alla buona volontà nel portare avanti con entusiasmo questo progetto di unificazione, il risultato è stato eccellente.

Un grazie speciale alle gelaterie



che, con grande disponibilità, ci hanno salvato dall'acquazzone e un grazie immenso a tutti i nostri bagnati volontari!



Giuseppe Cortesi: La storia si ripete

di Gisa Lardi

Ho avuto l'occasione parecchie volte di scambiare quattro chiacchiere con Giuseppe Cortesi e ogni volta mi ha narrato un qualche aneddoto curioso dei suoi tempi passati, che ricorda in ogni piccolo dettaglio, malgrado la sua età non più tenera. Giuseppe ha infatti una spiccata capacità nel raccontare e far rivivere i ricordi. Ricordi cari, un po' belli e un po' tristi, ricordi della sua gioventù, ma pur sempre ricordi che parlano al cuore, che fanno rivivere una bella e grande famiglia nel pittoresco paesino annidato al sole sotto la grande montagna di Poschiavo, il Sassalbo: Cologna.

Lascio quindi a lui raccontare uno di questi ricordi, pensando di far cosa grata ai lettori del nostro giornalino.

«Era il 30 novembre del 1943: tempi difficili nel pieno della seconda guerra mondiale. Di buon mattino, ancora al buio, con mio fratello abbiamo preparato il mulo, attaccato la "sclenzula" e ci siamo avviati verso il nostro alpe a Li Mason sopra Sassigion, per prendere un "maz da fen". Più ci alzavamo, più la neve sulla strada diventava



sempre abbondante e più camminavamo con grande fatica. Ma eravamo giovani e nel pieno delle nostre forze. Ad un certo punto della salita, chissà per quale motivo, abbiamo deciso di cambiare itinerario e spostarci sul monte La Presa in Val Trivisina, pure di nostra proprietà.

Arrivati a La Presa abbiamo dapprima portato il mulo nella fredde stalla a riposare. L'abbiamo ricoperto con una coperta sulla schiena, perché anche per lui era stata una salita faticosa ed era tut-

to sudato. Improvvisamente si è udito uno strano lamento, prima proveniente da lontano e poi sempre più vicino. Poi silenzio. Un po' preoccupati da quello strano gemito, non sapendo se si trattava di un qualche animale ferito o di qualcuno che magari chiedeva aiuto, abbiamo caricato il fieno sulla "sclenzula", naturalmente a regola d'arte come ci aveva insegnato il papà. Ad opera finita anche noi abbiamo sostato un po' in cucina per recuperare le forze prima di affrontare l'altrettanto faticosa discesa.

Ripreso il mulo dalla stalla e attaccatagli la "sclenzula", ci siamo incamminati verso valle. Ma subito ecco nuovamente lo strano richiamo. Arrivati all'alpe di Sclopitoir,



© Archivio fotografico Valposchiavo - istoria.ch

sulla finestra della cascina abbiamo notato una persona che disperatamente chiedeva aiuto. Piangeva come un bambino. Tra un singhiozzo e l'altro siamo riusciti a capire: «Suisse?» Gli abbiamo fatto cenno con il capo che sì, eravamo in Svizzera! «Suisse! C'est bon!» esclamò allora risollevato. Ci fece allora capire, in francese, che c'era anche un altro uomo assieme a lui e che erano entrambi in stato di assideramento, con mani e piedi gelati. Erano soldati belgi, portati prigionieri in Italia, da dove erano fuggiti in cerca di libertà. Giornate e giornate di cammino, sotto la neve, accompagnati dal freddo insistente e senza la possibilità di mangiare e bere. Cercai di confortarlo, facendogli capire che saremmo scesi a valle in cerca di qualcuno che li potesse aiutare.

La discesa a Cologna fu veloce; il mio pensiero era fisso su quella faccia impaurita, solcata dalle lacrime, con la barba lunga e piena dei fantasmi della guerra. Appena arrivato a casa raccontai tutto a mio padre, che si precipitò subito a Poschiavo ad avvisare la polizia della presenza dei due stranieri. A quei tempi a Cologna nessuno possedeva il telefono! La polizia organizzò in poche ore il recupero dei malcapitati belgi; ancora quel-

la sera partii in direzione Sculpitoir, accompagnato da due militi stazionati a Poschiavo, il soldato Ettore Crameri e il sanitario Pietro Rossi.

Non sapevo bene come fare a trasportarli, viste le loro condizioni; oggi giorno c'è l'elicottero, ma a quei tempi l'unico mezzo ideale era caricarli su una "bena". Siamo partiti quando il sole era già tramontato da un pezzo e iniziava a calare la sera. Nella "bena", trainata dal mulo che nel frattempo aveva potuto riposare qualche oretta, abbiamo messo alcune coperte di lana e in un sacco del tè caldo e alcune fette di pane biscottato. La salita a Sculpitoir venne percorsa in poche ore, approfittando della scia nella neve già parzialmente

tracciata durante la precedente discesa. Appena arrivati io andai fino a La Presa a prendere un po' di fieno, il quale posato nella "bena" serviva a far stare un po' più comodi gli sventurati profughi durante il loro trasporto a valle. I due belgi giacevano impauriti in un angolo della camera, uno vicino all'altro nel tentativo di scaldarsi un po'. I due militi che mi hanno accompagnato nel frattempo li avevano rifocillati con il tè e il pane biscottato: quanta grazia per quei poveretti, dopo giorni di carestia! Il sanitario si mise subito all'opera e fasciò loro con grande maestria i piedi infreddoliti.

Appena ripresisi un po', li abbiamo caricati con delicatezza sulla "bena", avvolti nelle coperte.



Monte Sculpitoir

La discesa era alquanto ripida e tortuosa e la notte era totalmente buia. Il soldato seduto dietro fungeva da freno con dei rami infilati sotto le lamine. Il sanitario camminava davanti, con una lampadina faceva da fanale. Io conducevo il mulo. Giunti al maggese chiamato Barghi la strada diventava carreggiabile e meno pericolosa da percorrere. Dopo un po' incontrammo il primo tenente Gay, nonché medico di professione, il quale subito si prodigò nell'impartire loro le prime e più necessarie cure. Giunti all'Ospedale di San Sisto i due esuli vennero presi in consegna dalle Suore, che amorevolmente si presero cura di loro.

Era passata da poco la mezzanotte quando io ritornai a Cologna,



© Archivio fotografico Valposchiavo - istoria.ch

stanco ma contento per il lieto fine che la spedizione aveva avuto.

Dopo un paio di giorni, curioso di sapere come stavano e se si erano ripresi fisicamente, scesi a San Sisto per visitarli. Con mia grande delusione non c'erano più; erano stati trasportati all'ospedale di Samedan per avere ulteriori e più approfondite cure mediche. Incontrai il medico che mi assicurò che stavano recuperando le loro forze e stavano un po' meglio in salute. «È stato un segno del loro destino che proprio quel dì eravate in Val Trevisina e li avete trovati – mi disse. – Per fortuna poi siete ritornati su a riprenderli quella sera stessa, altrimenti non ce l'avrebbero fatta a sopravvivere per la fame, la sete e il freddo»!

Non ho più avuto notizie dei due uomini. Nella mia lunga vita spesso ripenso e rivedo l'espressione di angoscia, di paura e di disperazione su quelle due facce stanche. L'opera provvidenziale di quella sera di novembre 1943 mi ha gratificato, perché ho potuto donar loro l'alba di un nuovo giorno.

Questa la toccante storia che Giuseppe mi ha più volte raccontato. A 70 anni di distanza, simili e tristi episodi quotidianamente si ripetono ancora oggi, anche lungo le nostre frontiere.

Visita al Mulino Aino

di Emanuela Crameri

Con una bellissima giornata di sole e molto caldo ci siamo recati in visita al Mulino Aino. L'uscita era attesa con entusiasmo dagli ospiti dell'Ospedale San Sisto e della Casa Anziani.

Novità questa di proporre gite in comune, per condividere momenti in compagnia, cantare, raccontare e rivedere vecchi amici. Una volta il mulino era per molti ospiti del ceto agricolo un ritrovo nel

periodo di raccolta del grano. Lì si macinava il grano, si controllava il prodotto e ci si scambiavano molte idee sulla coltivazione e sulla qualità. Pure la fucina era in funzione e si poteva di nuovo sentire il battere del martello sul ferro. C'è chi ricordava pure quando "al barba Lüis al ferèa i cavai".

Purtroppo la segheria non era in funzione, ma c'era chi aveva tanto da raccontare riguardo.





Alla fine ci è stato offerto un buonissimo spuntino.

Stanchi ma felici verso sera, abbiamo dovuto rientrare salutandoci con baci e strette di mano e dandoci appuntamento alla prossima gita in compagnia.

Tutto questo è stato coronato da successo, grazie ai nostri fedeli volontari.



Ricordi

di Emanuela Crameri

Cura serum budan l'èra un pasatemp i a truà al barba Fidrich giò al mulin. L'èra un om da la faccia brusca, ma dal cor bón. Cura al manea al gran l'èra da fa multa atenzion e pudeum miga al distürbà. Par ma fa vedé chi ca 'l sücedea, al ma tölea in brasc e 'l ma fea vedé giò chi cal saròf sücedü sa fileum giò!

Le stait 'na buna scöla, parchì sa rivea sü la porta e pö al bastea cal ta guardes par capì chi ca gheum da fa. Cura al pizea la forgia el fea füm, seum ca l'èra drö a fa vargot



cul fèr. Chel remur al cunuseum da luntan e quasi sempri al sa ramea tücc i budan.

Grazia tant Fidrich dai bei moment cam pudü ta scultà e ta guardà!



Il CSVP al Marcù in plaza

*Animazione CSVP con la collaborazione di
Lea Cortesi, Anna Albasini e Marili Paganini*

“È un'idea bellissima, il fatto che alcuni simpatici ospiti del Centro sanitario abbiano partecipato al mercatino. Abbiamo acquistato un pupazzetto fatto a maglia, che è stato regalato ad una bambina nostra vicina di casa, ha avuto tantissimo piacere. Le signore presenti presso la bancarella del mercato, erano felici di poterci presentare i loro prodotti e spiegarci le tecniche di lavoro.

Complimenti e Grazie!”

Vogliamo iniziare il nostro racconto sull'esperienza vissuta quest'estate al marcù in plaza con questa bella testimonianza rilasciata su “il Bernina” dal signor L. P., testimonianza che racchiude appieno la gioia e la soddisfazione che abbiamo provato quel giorno come anche lo scopo finale della nostra partecipazione: mostrare e fare toccare con mano alle persone “esterne” quel che noi siamo ancora in grado di fare. Due giornate vissute con grande entusiasmo,





l'interessamento dei passanti a quanto stavamo facendo come anche a quel che abbiamo mostrato con il cartellone informativo, ha

innescato una carica positiva tanto a noi ospiti quanto anche alle nostre animatrici, una carica che ci servirà da stimolo per continuare nelle nostre attività e cercare sempre cose nuove da sperimentare!



„È stata un'esperienza fantastica, speriamo di partecipare anche il prossimo anno, siamo già all'opera per preparare nuove cose da farvi vedere! Quest'anno vi abbiamo mostrato i nostri lavori a maglia, i nostri cestini in





vimini, i sacchetti di cotone con la lavanda per profumare armadi e cassetti, le collane e i braccialetti in fimo e i nostri quadri.

I nostri prodotti sono piaciuti tantissimo sia alla gente della valle che ai numerosi turisti, abbiamo venduto davvero tante cose e questo ci ha resi molto orgogliosi del nostro lavoro.

Grazie mille a chi si è fermato presso la nostra bancarella anche solo per cu-



rioscere, grazie ancora di più a quelli che hanno comprato qualcosa e arrivederci al prossimo anno!"



Le passioni di Plinio Tognina

di Gisa Lardi

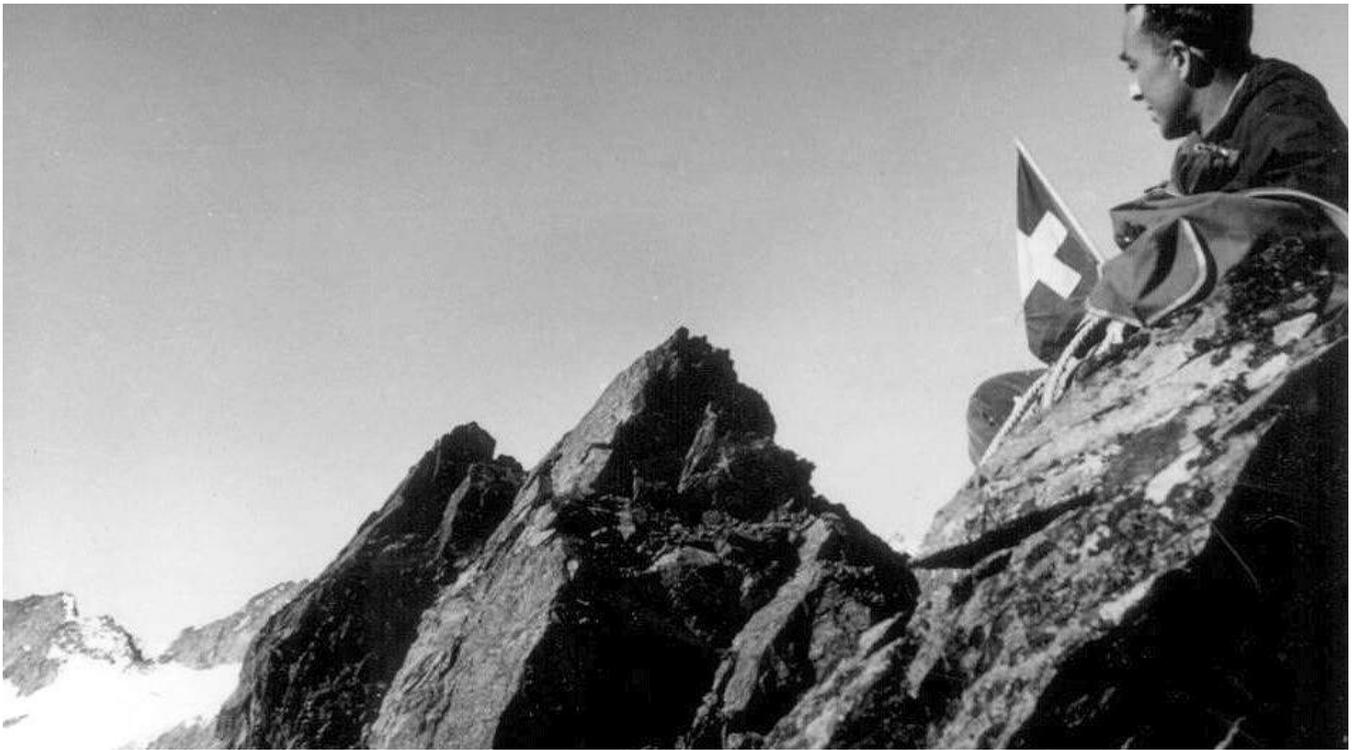
“Mi racconti qualcosa delle tue passioni?”, chiedo e vedo che Plinio, mi ha chiesto di dargli del tu, ha solo l'imbarazzo della scelta. Con quale cominciare? Lo sci? La musica? La montagna? O la fotografia? Il tennis?...

Inizia a raccontare della montagna. Per esempio quella volta che aveva invitato a Poschiavo una giovane esploratrice conosciuta in Belgio. Questa non aveva potuto venire perché doveva curare un familiare e aveva mandato il

fratello. Plinio gli aveva proposto una gita in montagna e avevano optato per il Sassalbo. Solo che ... il giovanotto gli aveva confessato solo all'inizio dell'arrampicata che non aveva mai fatto giri sulle rocce.

Grazie all'esperienza di Plinio riuscirono tuttavia a raggiungere la cima. Un'altra volta, uno dei compagni, alla partenza per la discesa, dichiarò di non farcela a scendere. Aveva paura!
Plinio disse ai compagni di iniziare





tranquilli la discesa che lui sarebbe rimasto con lo sfortunato. Infatti Plinio e lo sfortunato si misero a chiacchierare e dopo un po' anche loro si avviarono verso la discesa. La paura era svanita.

A questo punto vorrei sapere qualcosa sulla passione della fotografia. Come racconta Plinio, quando lui era giovane, in casa non c'era apparecchio foto o cinepresa, ma in valle si poteva noleggiarne da Iginia Fanconi. Ed è quello che fece Plinio. L'ava, sua nonna capì subito che era una forte passione del nipote e gli disse che avrebbe avuto bisogno di un apparecchio per guardare i film. Un anno prima di morire la nonna gli regalò un apparecchio fotografico. I soggetti da fotografare, e più tardi da

filmare, furono tanti: la famiglia, la flora e la fauna in montagna, i mestieri tradizionali che piano piano andavano scomparendo, come la mazziglia, il pane fatto nel forno a legna, poi ci furono i filmati per gli apprendisti, e molti altri ancora. Plinio ricorda in modo particolare di essere riuscito a riprendere uno stambecco nel momento di un salto lunghissimo da una roccia. Ricorda anche il primo volo di un aquilotto.

Ricorda inoltre un episodio che chiama quello della camera oscura: da giovane aveva avuto un posto in una ditta, non gli venivano però indicati i lavori da fare così aveva scoperto una camera oscura e si era messo a sviluppare fotografie. Un giorno i colleghi l'av-

visarono che sarebbe passato il capo, gli consigliarono di smettere la sua occupazione. Lui rispose che no, non avrebbe smesso, voleva che il capo vedesse che non gli davano lavoro. Il capo non si fece vedere ...

E la musica? La fisarmonica e il canto l'hanno accompagnato fin dalla gioventù. Plinio si ricorda degli anni passati nella casa dello studente a suonare e cantare in compagnia, una volta anche sul tetto! Dice di aver sempre suonato canzoni popolari, prima tedesche e francesi, poi anche italiane. Nella Svizzera francese fece parte di un gruppo che aveva il compito di

insegnare le canzoni ad altri giovani.

E il ballo! Ricorda le molte volte, quando all'inizio della serata nessuno osava aprire il ballo, lui con la moglie, anche lei ballerina appassionata, lanciarsi sulla pista da ballo seguiti in men che non si dica da altre coppie.

Ho l'impressione che Plinio avrebbe ancora tantissimo da raccontare! E mi rendo conto che le passioni vissute sono la sostanza dei ricordi. E i ricordi cosa sono? Sono le passioni che si riaccendono come la brace che riprende fuoco, che dà luce e che riscalda i giorni della terza età.

Se una piccozza avesse parole

Monologo di una piccozza

*Confidenze raccontate da Plinio Tognina
di Gisa Lardi*

Mi sembra che il buio diventi sempre meno buio... Ecco, sì, da sopra arriva una tenue luce. Mi sa che presto rivedrò il sole. Si direbbe che il ghiacciaio si stia sciogliendo molto in fretta! Da quant'è che non rivedo il sole? Forse 40 anni?

Ah, le belle gite! Le mie avventure cominciarono a Zurigo, in un

negozio della Bahnhofstrasse. Un giovane studente entrò e chiese al commesso una piccozza. Venni scelta io! Beh, ero un modello dell'ultimo grido, avevo la punta dentellata.

Il nuovo proprietario mi portò in una valle montagnosa al sud delle



Alpi. Era un ragazzo allegro, sempre in compagnia, sempre a cantare. Appena faceva bel tempo, via, si andava su per le rocce, i ghiacciai. Che vita!

Poi arrivò un periodo che mi appese al muro insieme ai ramponi e alla corda. C'erano sempre grida di bambini in giro. A un certo punto però cominciai a riprendermi. Facevamo le gite con il figlio, ogni tanto con un amico. Poi di nuovo più nulla, finché un giorno arrivò con la figlia. Mi staccò dal muro e mi consegnò alla ragazza. Andammo con un gruppo alla capanna Monte Rosa. Ogni giorno si facevano esercizi sul ghiacciaio e

qui successe. Successe che la giovane scivolò in un crepaccio e mi lasciò andare. Finii in fondo. Per fortuna lei, la ritirarono su. Io rimasi sotto e non seppi più nulla.

Per quarant'anni. Sono tanti, troppi. Però mi trovo ancora in buono stato. Il manico è rimasto intatto, anche se di legno. Solo la parte in metallo ha preso un po' di ruggine. Ora che rivengo alla luce, mi troverà qualcuno?

Sento passi. Sento qualcuno che mi gratta via l'ultimo strato di neve e grida: *"La piccozza! La piccozza del mio babbo!"* Possibile? No, non è possibile! Che il caso ci rifaccia incontrare?! Possibile che la ragazza, ormai donna non più tanto giovane mi abbia ritrovata?

Mi prendono in mano, sento un uomo dire: *"Te la porto giù io."* Mi prende, mi lega allo zaino. Sembra un sogno. Spero di rivedere presto il mio padrone. Scendiamo, in cabina, non riconosco più niente. Non era tutto ghiacciaio qui? Ora c'è solo quella piccola linguetta coperta da un telo bianco?! Mi mettono nel bagagliaio di una macchina. Dopo qualche giorno il bagagliaio viene aperto. Chi vedo? Il mio carissimo padrone! Quanti ricordi! Quante passioni!

La festa del Primo Agosto

di Cristian Buglio

Martedì 1° agosto, giorno della ricorrenza della Festa Nazionale, è stata organizzata una festa comunitaria per le persone ospiti della Casa Anziani e dell'Ospedale San Sisto.

La bellissima giornata di sole ha consentito di poter usufruire del magnifico giardino della Casa Anziani, in seno al Vecchio Monastero dove, nei giorni precedenti la festa, tra i muri secolari, gli alberi, la fontana, lo stagno e i viali, sono stati allestiti dei gazebo e preparati tavoli, panche e addobbi



con richiami rossocrociati. Ad organizzare l'evento è stato il gruppo di Animazione di entrambe le strutture, molto attivo ed apprezzato, che si è avvalso della sempre più preziosa collaborazione dei numerosi volontari che gravitano attorno alle strutture del Centro sanitario Valposchiavo.





A partire dalla mattinata un primo gruppo di ospiti, compresi quelli provenienti dall'ospedale, sono stati coinvolti, con la collaborazione di operatori e volontari, nell'organizzazione della festa, così da potervi partecipare attivamente.

C'è chi ha collaborato nelle attivi-

tà gastronomiche e chi nel bandire le tavolate per i commensali, usufruendo del clima di generale affiatamento, concordia ed armonia, elementi determinanti per favorire una dignitosa qualità di vita, unitamente alla possibilità di socializzare, mantenere i contatti o riprenderne di lontani nel tempo.



Graditissimo il pranzo a base della tradizionale grigliata di salsicetta e spiedini, accompagnata da insalate, patate e fagiolini, dessert e caffè.

Nel pomeriggio si sono aggiunti anche gli ospiti più compromessi, sempre di entrambe le strutture. È stata servita una porzione della gigantesca torta raffigurante la bandiera svizzera, che tutti hanno assaporato con gusto.

Ad accompagnare la festa non poteva mancare la musica che il fisarmonicista Giacomo ha dispensato incessantemente, comprese le note dell'inno nazionale, con piacevole riscontro da parte dei presenti.

Complessivamente le persone intervenute sono state oltre cento, numeri importanti, che testi-

moniano l'impegno profuso dal CSVP per mantenere elevato il livello di cura degli ospiti e consolidare unione e collaborazione fra le sue strutture.

Uno speciale ringraziamento va ai tanti volontari che ancora una volta, che con il loro dinamismo, la loro cucina e la loro musica, hanno contribuito alla buona riuscita della festa.

L'augurio del CSVP è che queste iniziative siano sempre più frequenti in modo da poter sviluppare ancora di più unione, senso di appartenenza, interscambio e generare ulteriori spunti di riflessione ed esperienziali volti a offrire un'elevata qualità dei servizi offerti alle persone che ha in cura.



Anni Zanini, la vicina di casa dei Giacometti

di Gisa Lardi

Stava sfogliando un grosso volume intitolato “La Bregaglia - Patria dei Giacometti” quando Anni Zanini mi ha accolto nella sua camera. «Guarda, quista le mia cäséta a Sctampa» mi dice nella tipica cadenza bregagliotta, indicandomi in una fotografia la casa dove ha vissuto nel villaggio della Valle Bregaglia. Casa che divideva con la famiglia dei famosi artisti della dinastia Giacometti. Lei e la sua famiglia al secondo piano; i Giacometti al primo. Nel guardare la



Paese di Stampa in Bregaglia

fotografia, Anni non riesce a nascondere l'emozione, però la sua mente si apre nel ricordo dei tempi vissuti assieme ai suoi cari.

La stalla adiacente la casa era stata trasformata dagli artisti in atelier. «*As truea da tütt: quedar, quedrett, panei, calor, tavolozz, gess...*». Mi racconta che alle volte davanti al laboratorio i ragazzi del paese giocavano con dei pezzi di gesso che l'Alberto aveva scartato e buttati, perché non lo soddisfavano. «*Pa-zia ca jen na mia tegnì! Inciö i vèsan un grand valur!*»

Ricorda che, malgrado abitava nella stessa casa, con i Giacometti aveva pochi contatti sporadici e unicamente con mamma Annetta.

Il papà Giovanni, pittore famoso e amico di Segantini, era spesso assente dal paese. Annetta era una donna semplice e molto ritirata. Ma in seguito e con la notorietà avuta dai figli, in particolare da Alberto, anche lei divenne "grandiosa". «*Nualtri an sèra gent semplice e par léi an sèra mia a la si altezza*». Avevano pure una casa a Capolago, sul lago di Maloja, e durante i mesi estivi si trasferivano lì.

Anni Zanini mi racconta poi che per ben 36 anni ha svolto il servizio di guardiana alla Ciäsa Granda, il museo di valle ubicato a pochi passi da casa sua. Ricorda che i visitatori, quando il museo era chiuso venivano a casa sua a chiamarla, a qualunque ora della giornata,



Museo Ciäsa Granda a Stampa

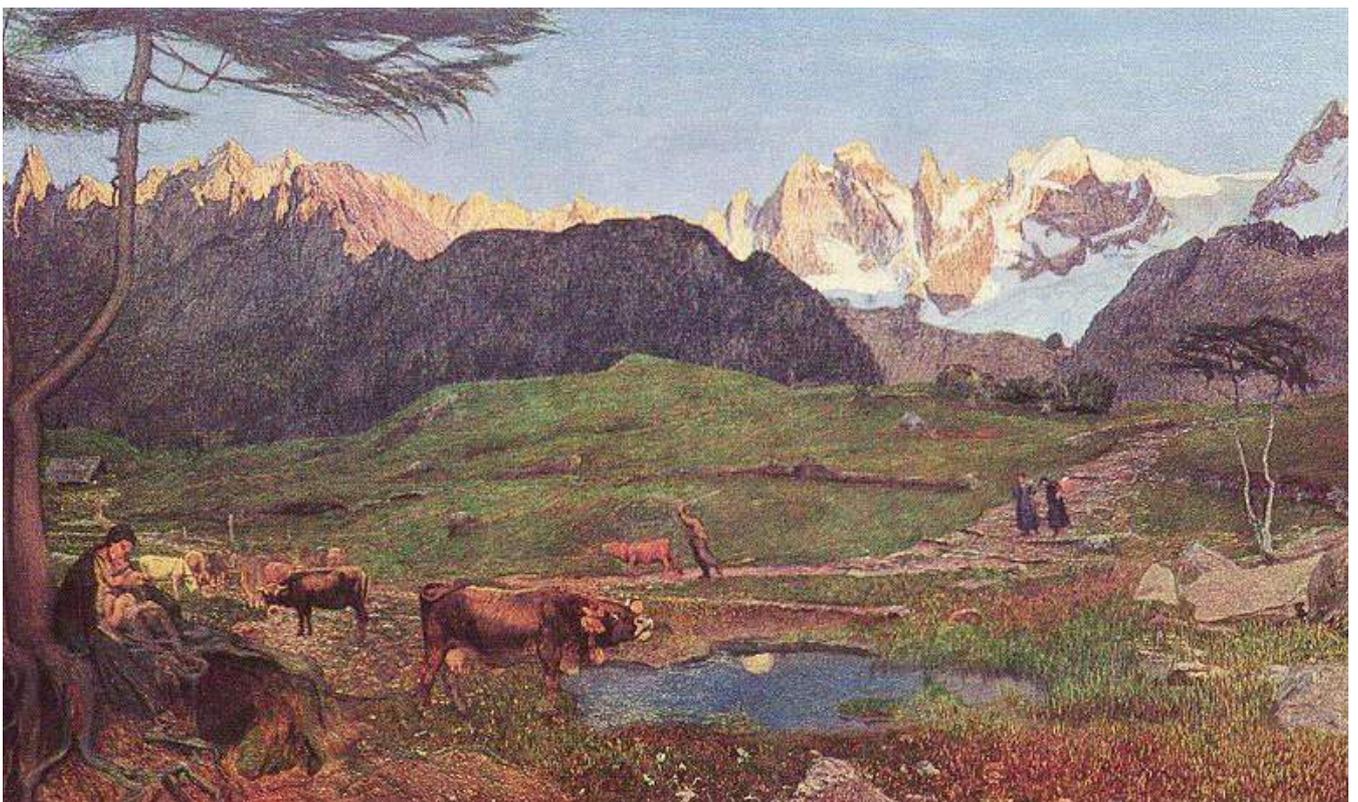
chiedendole se era possibile fare una visita. «*Je a pasà da piü uran giö 'l museo che sü la mi ciäsa*». Era sola e il lavoro da svolgere era tanto. In certe giornate c'erano così tanti visitatori da farle avere la sensazione che magari fuori pioveva e che la gente entrasse nel museo unicamente per ripararsi dalla pioggia.

Durante la mia visita Anni Zanni sfoglia continuamente il grosso volume, alla ricerca di una qualche fotografia o un disegno che le ricorda qualche angolo della sua Bregaglia. Ad un certo punto incappa in un dipinto di Segantini raffigurante Soglio, suo paese natale, e sullo sfondo le imponenti montagne della valle: il Badile, il Cengalo, la Fiamma.

Emette un forte respiro e con la sua solita saggezza mi dice: «*Bè, cèrt ca da sasc in Bargaia an manca mia, e Soi le un paes besctiale!*». La osservo e noto nei suoi occhi, parzialmente ricoperti dai capelli bianchi, brilla il piacere e l'amore che ha sempre avuto per la cultura e per le cose belle.



Alberto Giacometti con la mamma Annetta



Giovanni Segantini, Trittico delle Alpi, La vita

Pranzo al Ristorante Solaria a Le Prese

di Laura Maffina

con la collaborazione di Felice Tuena, Emma Raselli, Lea Cortesi

La nostra estate, in qualità di ospiti del Centro sanitario Valposchiavo, ci regala sempre delle bellissime escursioni fuori dall'istituzione che ormai è diventata la nostra casa. Questa volta la destinazione è a Le Prese presso il Ristorante Solaria.

Un bel gruppo di persone partecipano a questo pranzo conviviale, ed è stato piacevole chiacchierare amichevolmente tra di noi.

Emma: Ho incontrato diverse persone che conoscevo, tutte più giovani di me, mi dicevano che avevano dolori ovunque, e io rispondevo che nonostante i miei 101 anni non ho alcun dolore!

Felice: Per me è stata la prima volta che entravo in quel Ristorete. Mi è piaciuto molto ed abbiamo mangiato benissimo.

Lea: È stato bellissimo e il pranzo





era squisito ... ho chiesto un supplemento di polenta.

Emma: Terminato il pranzo la Signora Gisa comincia a raccontare una storia. Dentro di me dico: “*chi vala a tirà scià stori da cura i gean a scöla ca sa cunos gnanca*”, ma la ascolto comunque.

Molti anni fa c'erano due ragazzi che mentre andavano a scuola a piedi da Le Prese all'Annunziata,



controllavano se nel “foss” ci fossero dei pesci e, se li vedevano, li prendevano e li nascondevano per poi riprenderli al ritorno da scuola.

Naturalmente nel fare queste birichinate i ragazzi arrivavano a scuola bagnati e anche poco puliti.

Il maestro di classe, che era Massimo Lardi, si è accordato con un poliziotto per spaventare i ragazzi e convincerli a smettere di pescare pesci abusivamente.

Il poliziotto arriva in classe e comunica ai due monelli che avrebbero dovuto passare una settimana in prigione come punizione per la loro marachella. Il maestro si oppone dicendo: Nooo, mancherebbero dalle lezioni scolastiche! E

aggiunge: facciamo promettere ai ragazzi di non farlo mai più. Naturalmente i ragazzi promettono.

Facendo ritorno a casa, dallo stesso tragitto, i ragazzi non riescono a mantenere la loro promessa e, vedendo nel “foss” un bel pesce lo catturano. Dietro di loro arrivava proprio il loro insegnante che aveva visto tutto. I ragazzi spaventati danno il pesce al maestro e gli dicono di star zitto e di portarlo a casa.

Dopo molti anni questo ragazzo birichino è diventato un grande pescatore, nonché mio marito.

Abbiamo continuato ascoltando le piacevoli note suonate dal Signor Tognina con la sua fisarmonica, il

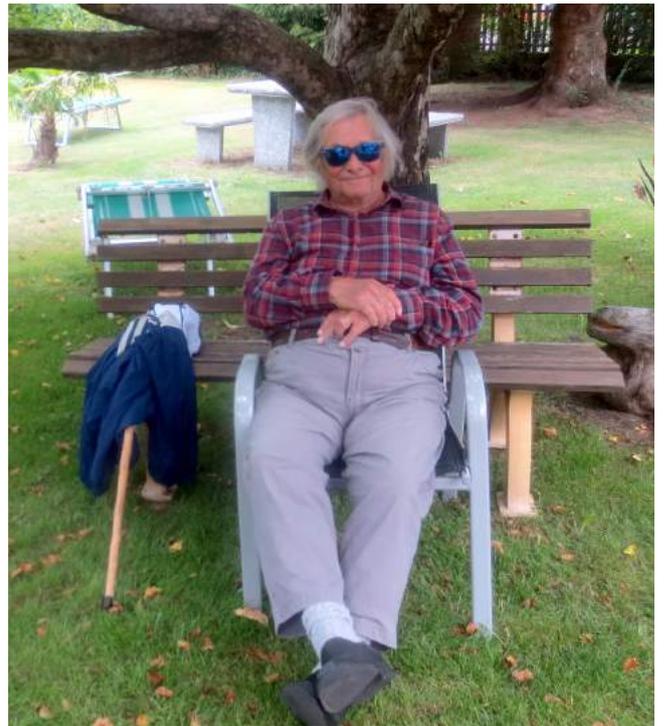




tutto accompagnato da canti e balli.

Nell'attesa di far rientro a "Casa nostra" abbiamo fatto delle piccole passeggiate nel fantastico giardino ricco di piante e fiori curati amorevolmente.

Ringraziamo di cuore i proprietari e il personale per l'ospitalità e il prelibato pranzo.



„Ragazze“ di Le Prese

a cura di Alma Fanconi e Delia Lanfranchi

*in collaborazione con
Gisa Lardi e Natalie Varisto*

Noi siamo nate, cresciute e andate a scuola a Le Prese e siamo rimaste nel nostro paese finché non ci siamo sposate, l'una a 24 anni (Delia) e l'altra a 31 (Alma).

Ai nostri tempi c'era molto da lavorare, la nostra famiglia gestiva l'Hotel Posta al quale era collegato anche l'ufficio postale di Le Prese, un piccolo negozio di generi alimentari e oltre a quello avevamo anche campagna e bestiame. Tutta la famiglia si dava da fare per portare avanti tutto questo, uno dei miei compiti quando ero piccola era quello di andare a raccogliere "falecc", i nostri due fratelli, Lino e Diego, si occupavano principalmente dei lavori in campagna mentre Alma che era la più piccola era la più fortunata perché a lei toccavano solo le faccende meno faticose (Delia).

Il negozietto di alimentari era piccolo ma c'era un po' di tutto. All'esterno, vicino alla porta d'entrata,



c'era un campanello e quando arrivavano dei clienti lo suonavano in modo che o noi ragazze o la mamma andassimo a servire i clienti.

La mamma era molto in gamba nel gestire il negozio, con le sue buone maniere e la sua gentilezza riusciva a tenere a bada la concorrenza della cooperativa. Spesso faceva prezzi speciali ai clienti affezionati oppure regalava qualcosina e, durante la guerra, spesso non ritirava i coupon alle famiglie in difficoltà in modo che li potessero utilizzare un'altra volta.

L'albergo lo gestivamo un po' tutti, era frequentato principalmente dagli impiegati della ferrovia e,

nel mese di maggio, dai pescatori che venivano dall'Engadina in occasione dell'apertura della stagione della pesca.

Della cucina se ne occupava la mamma, che era un'ottima cuoca, e delle camere un po' noi ragazze e una ragazza che veniva a dare una mano quando c'era bisogno. Alle volte avevamo anche dei matrimoni e in quelle occasioni la mamma si faceva aiutare da un cuoco, il signor Attilio Raselli.

Dopo il pranzo di nozze c'era la musica e gli invitati potevano ballare e divertirsi, alle volte veniva un'orchestra e altre volte veniva utilizzato il nostro "vertical", una

specie di pianoforte che veniva suonato girando una manovella. A noi ragazze sarebbe piaciuto partecipare al ballo ma non potevamo perché ci toccava stare in cucina a lavare i piatti.

Oltre al nostro c'erano anche altri alberghi nel nostro paese, c'era il Raselli e poi, che spiccava su tutti, il grand Hotel Le Prese. Quest'ultimo era frequentato esclusivamente da persone molto facoltose, era molto lussuoso e disponeva dei bagni di acqua sulfurea dove i clienti venivano a fare le cure termali. Ora è rimasto solo un piccolo rubinetto dove ancora oggi qualche affezionato viene ancora per bere quell'acqua curativa.





Ai nostri tempi il parroco di Le Prese era Don Fedele Caviezel di Coira.

Oltre ad essere il parroco del paese ci faceva anche da insegnante di religione, era molto attivo e presente nella vita delle famiglie soprattutto nei momenti di difficoltà. Ricordiamo in modo particolare quanto ci fu di aiuto e conforto quando venne a mancare nostro padre, il 19 settembre del 1941. Povero Don Fedele ... lo facevamo anche tanto dannare con le nostre marachelle!

Tutte le mattine prima di andare a scuola era d'obbligo andare a messa, ma capitava (spesso) che non ne avevamo voglia e andavamo a nasconderci in qualche nascondi-

glio segreto e quando Don Fedele ci trovava scappavamo a gambe levate e lui ci rincorreva per farci entrare in chiesa!

La scuola ci piaceva abbastanza, i maestri a quei tempi erano Augusto Lacqua e Placido Rossi, quest'ultimo era il più severo dei due, spesso ci metteva in castigo dietro la lavagna o non ci faceva partecipare alla ricreazione.

I nostri giochi preferiti erano "cuc o vei" (nascondino), "li cichi" e "la bucia". Ci piaceva anche tanto andare in riva al lago a guardare le anatre che c'erano già a quei tempi, questo lo facevo spesso con mio fratello Diego (Alma).

Il traffico sulla strada era pochissimo, pressoché inesistente rispetto ad oggi. Automobili praticamente non ce n'erano, ricordiamo come primi mezzi a motore il trattore "da Tacu" e il camion "da Ernesto Raselli".

Il resto del traffico era rappresentato da slitte trainate da cavalli in inverno e carrozze d'estate.

E poi ... c'era il treno. Il treno da quando siamo nate c'è sempre stato, era il mezzo più comodo per attraversare il Bernina ed era anche un grande datore di lavoro per gli abitanti della valle. Ci ricordiamo di un periodo in cui erano venuti col treno degli operai polacchi che venivano impiegati un po' dap-

pertutto, sia per la ferrovia che per lavori di campagna. Ci raccontavano che erano venuti qui perché nel loro paese c'era la guerra e si moriva di fame ed erano stati costretti ad emigrare.

Dopo il periodo della fanciullezza abbiamo vissuto qualche anno un po' difficile e malinconico, è stato quando abbiamo dovuto lasciare la nostra famiglia per andare a Coira alla Frauenschule per imparare il tedesco.

... in fondo abbiamo avuto una bella infanzia, tra lavoro, scuola e marachelle varie ci siamo affacciate al mondo e siamo diventate grandi.



© Delia Nussio Pola - La cruna dell'ago. Variazioni su Campocologno e dintorni, articolo di Roberto Nussio ne "Il Bernina"

Racconti di vita

„Al magnan“

di Natalie Varisto

con la collaborazione di Lea Cortesi, Anna Albasini, Margherita Costa, Afra Zanetti, Giuseppe Rossi, Mario Daguati

L'è scià al magnan, l'è scià al magnan! Ghef padeli o stain da pezà?



Il magnan era lo stagnino, l'artigiano ambulante che aggiustava pentole, paioli (*stain*), utensili di rame e altri attrezzi da cucina.

Era un italiano del nord, pensiamo provenisse dalla bresciana o

magari dal milanese qualcuno ricorda che forse la sua provenienza era la Valmalenco, più precisamente Lanzada e, dopo una ricerca fatta insieme, abbiamo dato valore a quest'ultima testimonianza:

Certamente tra il '700 el l'800 l'attività di stagnino ambulante legata anche al commercio dei "lavecc" doveva essere piuttosto fiorente, come scrive Lodovico Barlardini nel 1834 a proposito degli abitanti della Valmalenco: certamente lo sviluppo di questa attività è connesso alla necessità che spinse gli antichi abitanti di Lanzada ad emigrare durante il periodo invernale, per integrare il magro reddito dell'agricoltura. Come in tante zone di montagna povere di risorse e con inverni lunghi e rigidi, anche a Lanzada gli uomini furono costretti ad inventarsi una professione alternativa e integrativa per sopperire alla miseria.

Solitamente "al magnan" veniva in



Foto del servizio: www.ecomuseovalmalenco.it

valle due volte l'anno, in tarda primavera e in tardo autunno. Parcheggiava il suo carrettino in un angolo del paese e poi girava di casa in casa gridando a squarcia-gola: *"L'è scià al magnan!!!"*

Gli portavamo le pentole e i paio-
li bucati e lui provvedeva a siste-
marli con delle toppe di stagno
o rame, a seconda del materia-
le dell'utensile. Ritirava il tutto e
dopo un paio di giorni ce li ricon-
segnava quasi come nuovi, belli
pezzati e lucidati! Durante la sua
permanenza nei paesi della valle
dormiva nel fienile di qualcuno
che gli offriva ospitalità *"qualche
volta ha dormito anche nel mio fieni-
le!"* (Anna A.)

I prezzi del magnan variavano in
base alla grandezza dei buchi e
al tempo che ci metteva per siste-
marli, in ogni caso era più a buon
mercato fare aggiustare le nostre

pentole piuttosto che andare a
comperarne di nuove.

Al giorno d'oggi invece succede
il contrario, nessuno fa più aggiu-
stare le pentole perché costa meno
comprarle nuove, forse perché
sono cambiati i materiali ... o forse
perché le donne di oggi vogliono
sempre tutto nuovo. I bambini del
paese erano sempre molto interes-
sati al lavoro del magnan, stavano
volentieri ad osservarlo mentre la-
vorava e lui, ogni tanto, regalava
loro qualche centesimo per andare
a comprare le caramelle.

*Agli inizi del '900 l'attività del ma-
gnan era molto consistente e nel pe-
riodo compreso tra le due guerre ebbe
il massimo sviluppo. Nel secondo do-
poguerra il numero cominciò a dimi-
nuire sensibilmente sino a scomparire
del tutto. Oggi questa antica profes-
sione viene ricordata solo attraverso il
racconto degli anziani.*

Pranzo a “La Gatta” di Bianzone

*di Nadia Garbellini-Tuena
da “Il Grigione Italiano”*

Ed eccoci arrivati all’ultima gita della stagione, per finire in bellezza è stata scelta la tenuta La Gatta di Bianzone.

Giunti a destinazione, a nome del-

la Ditta Fratelli Triacca SA, proprietaria della tenuta, a ricevere la comitiva c’era Graziano Rossi, dipendente responsabile per la promozione e la degustazione dei vini.





Ma le sorprese non erano finite qui: nella grande sala al primo piano, infatti, il personale aveva apparecchiato i tavoli come a un ricevimento nuziale: che sciccheria! E che bella accoglienza per i nostri anziani!

Prima di mangiare, sempre Graziano ha dato il benvenuto ai presenti, ed ha raccontato brevemente la secolare storia della tenuta La Gatta.



Agli ospiti svizzeri, e non poteva essere altrimenti, le bravissime cuoche hanno servito gli ottimi pizzoccheri, oramai rinomati in tutto il mondo, seguiti da un piatto di affettato ed una selezione di formaggi, il tutto accompagnato da alcuni prelibati vini Triacca e, per finire, la rinomata bisciöla con il caffè.

Terminato il pranzo e vista la giornata nuvolosa ma per niente





vigne. Gli altri sono rimasti fuori, presso la lounge, nell'ampio piazzale di fronte alla casa ammirando il bel panorama e i molti vigneti e frutteti che circondano la zona.

fredda, ideale per poter stare all'aperto anche per gli anziani, chi ha potuto prima ha visitato la cappella dedicata a San Domenico che testimonia l'origine del Monastero divenuto poi la Tenuta La Gatta e poi ha fatto un breve giro nelle

Mentre il gruppo aspettava che il pullmann venisse a caricarli si sono dilettrati cantando alcune canzoni popolari di un tempo.

Devo dire che è stata proprio una bella gita, piacevole e gli anziani





erano molto contenti. Hanno apprezzato molto i pizzoccheri e la cordialità del personale.

Inoltre, cosa molto importante, tutti sono stati bene, sia nel viaggio d'andata che al ritorno.

Mentre stavamo tornando a casa, seduta vicino a me c'era la signora Emma Raselli, che poco tempo fa ha compiuto 101 anni e le ho chiesto: "Stef ben?" e con il sorriso e la



spigliatezza che la contraddistingue mi ha risposto: "*Benissim, a mi al ma fa mal nient!*"



Lucia Della Cà-Pozzy

volontaria in Casa Anziani

di Gisa Lardi

Da alcuni anni tutti i lunedì e i venerdì in Casa Anziani si respira aria fresca e frizzante, “aria da munt”!



Arriva direttamente da Selva con la Fiat Panda color viola, assieme all’animatrice volontaria Lucia Della Cà-Pozzy.

Durante sei mesi all’anno, quelli più caldi, Lucia e suo marito abitano sul magnifico pianoro sul lato ovest della vallata, più precisamente a “Li Pezzi”, nella casa di loro proprietà, una volta adibita a colonia per ragazzi.

Durante i mesi invernali invece, come le rondini, emigrano più al caldo, a Müreda nel comune di Brusio.

L’operato di volontariato di Lucia è per noi animatrici di grande aiuto. Oramai conosce ogni angolo

del locale adibito all’animazione. Ma anche gli ospiti l’aspettano con ansia, coscienti che specialmente nelle belle giornate trovano in lei una guida fidata per passeggiare lungo le vie del Borgo. In particolare apprezzano quando li porta a visitare i luoghi della loro vita quotidiana, la casa dove hanno vissuto, il posto dove lavoravano o magari nel bar che frequentavano quando le loro forze ancora lo permettevano.

Ma come e perché Lucia è arrivata in Casa Anziani come volontaria? Già durante la sua lunga permanenza in Ticino ha sempre cercato di attivarsi nell’aiutare persone in difficoltà. Nel 2004 ha conosciuto

per caso un'anziana signora di Lugano che viveva da sola e che aveva difficoltà motorie. Oltre che a farle compagnia, l'accompagnava a fare la spesa o per altre commissioni. Dopo pochi mesi la salute della signora si aggravò e perciò Lucia divenne la sua "badante" volontaria. Anche quando venne ricoverata in ospedale la visitava regolarmente.

Fin da giovane Lucia era convinta che il suo compito era di lavorare con bambini. L'esperienza avuta con l'anziana signora di Lugano ha risvegliato in lei la consapevolezza che anche le persone della terza età sapevano suscitare in lei parecchie soddisfazioni. Il piacere del loro ascolto e nel riuscire ad immedesimarsi nelle loro problematiche erano per lei ricche di benessere.

Dopo essere rientrata in Valle, alcuni anni fa la sua amica e vicina di casa Heidi Cramer, già attiva nel gruppo di volontari in Casa Anziani, l'ha invitata a provare l'esperienza a favore della stessa struttura. Con entusiasmo Lucia ha accolto l'appello e fin da subito si è trovata nell'ambiente che amava. Ha trovato parecchie persone conosciute quando era ancora ragazza e che erano ancora attive nel

lavoro e nella comunità. Il suo carattere curioso la porta ad ascoltare e cogliere ogni piccolo dettaglio che gli vien recapitato. Lei chiama questo modo di apprendere "mulgia".

Dopo aver trascorso alcune ore con i suoi "vegin", ogni volta ritorna a Selva stanca ma arricchita e contenta. Arricchita dal sapere e dalla saggezza che gli anziani le hanno saputo trasmettere. Sono per lei sensazioni e emozioni che la riempiono di serenità, tranquillità e benessere.

Anche i suoi familiari apprezzano il fatto che ogni lunedì e venerdì Lucia è impegnata con i suoi "vegin" e che questo compito per lei è di grande importanza!



Il Nido Borgo

a cura delle educatrici del Nido

Una volta al mese, di martedì, i bambini del Nido Borgo fanno visita ai nostri vicini di casa, gli amici della Casa Anziani coi quali trascorrono una mattinata in compagnia.

Alla base di questo progetto intergenerazionale vi è l'idea che gli anziani e i bambini stiano bene insieme e siano fonte di arricchimento gli uni per gli altri. Grazie a questo incontro possiamo offrire

ai bambini del Nido Borgo la possibilità di scoprire la vecchiaia per mezzo di una conoscenza attiva, vera, reale e di crescita per diventare adulti senza pregiudizi e discriminazioni.

Promosso dall'associazione Appoggio familiare Valposchiavo, il Nido Borgo nasce il 5 agosto 2013 per le famiglie che hanno bisogno di sostegno nell'accudimento dei propri figli. Si rivolge in particola-





re alle famiglie nelle quali entrambi i genitori lavorano. La struttura ospita bambini dai 3 mesi ai 6 anni durante le giornate di lunedì, martedì, mercoledì e giovedì, ed è gestita da personale qualificato. Ben 36 bambini della Valposchiavo beneficiano oggi del servizio.

Il Nido Borgo è luogo di accudimento professionalizzato, di accompagnamento alla crescita, di tanto gioco, di apprendimento,





socializzazione, di confronto e di scoperte! I bambini che trascorrono la giornata al Nido Borgo trovano un ambiente accogliente e sicuro.



Le nostre linee guida ruotano attorno all'elemento Natura quale fonte primaria di educazione. Nel nostro bellissimo territorio vogliamo incentivare il più possibile il bambino alla scoperta di ciò che ci circonda, all'imparare e al divertirsi all'aria aperta e al creare con poco, riscoprendo l'essenzialità.

Cogliamo l'occasione per ringraziare tutti gli anziani e tutte le animatrici che ci permettono di creare questi momenti d'incontro intergenerazionale.





La nostra mostra di quadri in Galleria PGI

di Marco Travaglia
da "il Bernina"

Si è svolta da lunedì 2 a domenica 15 ottobre 2017, presso la Galleria PGI Poschiavo una mostra di opere d'arte da noi realizzate durante l'attività di animazione del Centro Sanitario Valposchiavo dal titolo: "Ma... nualtri sem miga bon da pütürà"

Il progetto del laboratorio artistico all'interno dell'attività del gruppo animazione del Centro sanitario Valposchiavo è nato un po' per caso. Tra le tante attività proposte



ad un'utenza più prettamente femminile, quali maglia,



cucito, uncinetto, etc. si cercava qualcosa che potesse attirare l'attenzione anche dei nostri uomini di casa.

Si cercava qualcosa che potesse risultare piacevole, creativo, rilassante e che nel medesimo tempo potesse unire a queste caratteristiche degli scopi mirati, quali la conservazione della motricità fine delle mani, il mantenimento della capacità di concentrazione e, ultimo ma fondamentale, il miglioramento della qualità di vita portato dal sentirsi ancora utili e produttivi con conseguente mantenimento della dignità della persona anziana.

Abbiamo cominciato con dei piccoli quadretti raffiguranti il pro-

prio animale domestico realizzato con la tecnica del pirografo, siamo passati ai collage eseguiti con colla e piccoli pezzetti di carta colorata per poi passare all'utilizzo di tele e colori.

All'inizio la risposta degli ospiti non è stata proprio di grande entusiasmo. Dalla loro reazione iniziale è nato infatti il titolo della nostra mostra, ma ... nualtri sem miga bon da pütürà. Le risposte ricevute alla proposta di dipingere un quadro sono state più o meno queste: *"ma mi i mai pütürù ..."* *"ai mei témp al ghèra miga témp par sti robì chilò, al ghèra da laurà..."* *"ma mi sém miga bon...!"*

Diciamo che c'è voluto un po' di tempo, ma una volta che i nostri





ospiti, sia uomini che donne, si sono sentiti sostenuti e aiutati durante l'attività, una volta che le pareti del reparto hanno iniziato a vestirsi di colori e nuove energie, ancora di più quando sono cominciate a farsi sempre più numerosi i complimenti e le richieste di acquisto dei quadri, le cose sono decisamente cambiate.

È bello ora vedere come i pazienti mostrano ai parenti i loro lavori appesi, come il loro sorriso faccia trasparire l'orgoglio e la dignità per quello che sono riusciti a creare.

Dato che non tutti frequentano abitualmente il reparto di lungodegenza, abbiamo ritenuto fondamentale promuovere un progetto sul territorio, al fine di mostrare,

anche al di fuori delle nostre mura, quello che i nostri anziani sono in grado di fare. È stato per questo motivo che abbiamo desiderato allestire la nostra mostra presso la galleria PGI.

A mostra terminata vogliamo ringraziare di vero cuore tutte le persone che sono venute a farci visita! Siete stati davvero in tanti ad aver apprezzato i nostri quadri, è stata un grande soddisfazione per gli ospiti/artisti che ogni giorno sono





stati presenti alla mostra sentire tante parole di elogio ed apprezzamento!

L'essere di nuovo presenti sul territorio, incontrare parenti e amici che magari non si vedevano da tempo, farvi vedere quello che sono riusciti a fare con le loro mani, è stata una "botta di vita" che verrà ricordata per molto e che, già da ora, funge da stimolo per rimetterci all'opera per un futuro secondo progetto!



Chiacchierata con Remo Foppoli

di Alberto Camarilla

Buongiorno Sig. Foppoli. È un piacere per me poterla incontrare in questa occasione, nell'insolita veste di intervistatore anziché di infermiere domiciliare.

Se la sente di raccontarmi brevemente cosa è capitato nella sua vita che l'ha portato ad essere un utente del servizio cure domiciliari Spitex, ora CSVP?

Un sabato mattina in casa mentre cercavo un libro, ho sentito un fastidio alla testa e un capogiro. Ho cercato di sorreggermi ma non riuscivo più a stare in piedi e sono caduto a terra. Sono rimasto sempre cosciente per due interminabili ore ed ho avuto paura perché sapevo che mia moglie sarebbe stata via tutta la mattina per le spese in paese, mentre io mi sarei occupato di preparare il pranzo. Era il maggio 2014. Fui trasportato con urgenza a Samaden. Ricordo ancora le terrificanti parole del medico che, pensando io non capissi, mentre mi visitava, disse in tedesco: "Questo



è un caso molto grave!!" Fui presto condotto a Brissago e vi restai cento giorni. Alla dimissione rientrai a Poschiavo per circa un anno, in cura e riabilitazione presso il San Sisto, ricevendo premurose e gentili cure sia dal personale assistenziale che dai fisioterapisti.

L'ictus mi aveva lasciato come esito una paresi del lato sinistro. Ma non era finita, infatti poco tempo dopo fui vittima di una tromboembolia e corsi il rischio di amputazione della gamba. Fortunatamente, in quell'occasione, dopo un tremendo spavento, furono determinanti la collaborazione fra l'aiuto domiciliare Spitex che rilevò un

problema, l'intervento tempestivo del servizio infermieristico Spitex e la visita a domicilio del medico. Le successive cure in ospedale col timore di non poter salvare la gamba furono difficili, ma poi tutto si risolse senza gravi conseguenze.

Come si trova oggi, a distanza di tre anni nell'affrontare la vita quotidiana con le limitazioni imposte dalla malattia?

Sono destrorso, ma ovviamente con la parte sinistra bloccata, in molte attività sia manuali che di spostamento mi restano dei limiti. Anche stamattina nel riordinare alcune vecchie fotografie che sto archiviando ho spesso dovuto chiedere aiuto e assistenza... e a volte è pesante.

Però vedo che la sua passione per

le fotografie continua a coltivarla e le faccio i miei complimenti per la grinta con cui supera ogni ostacolo!

A questo punto, non senza un discreto coinvolgimento emotivo, Remo mi mostra con orgoglio sul suo computer, che maneggia abilmente, alcune immagini scattate da lui in paese, di una vecchio "cadenasch". Sulle splendide foto in bianco e nero mi mostra come, osservando le antiche incisioni, si può riconoscere la data del 1675!

Durante le fasi assistenziali in cui spesso lo assisto come infermiere e dai suoi racconti il Sig. Foppoli esprime grande determinazione e traspare nettamente l'entusiasmo e la forza d'animo che mette nell'affrontare la vita.



Agganciandomi a questo chiedo a Remo come è stata la sua vita prima della malattia, come ha coltivato così tanti interessi, conoscendo aspetti tecnici ma al tempo stesso essendo così sensibile nelle relazioni con le persone.

Il racconto parte da lontano ed è subito avvincente ...

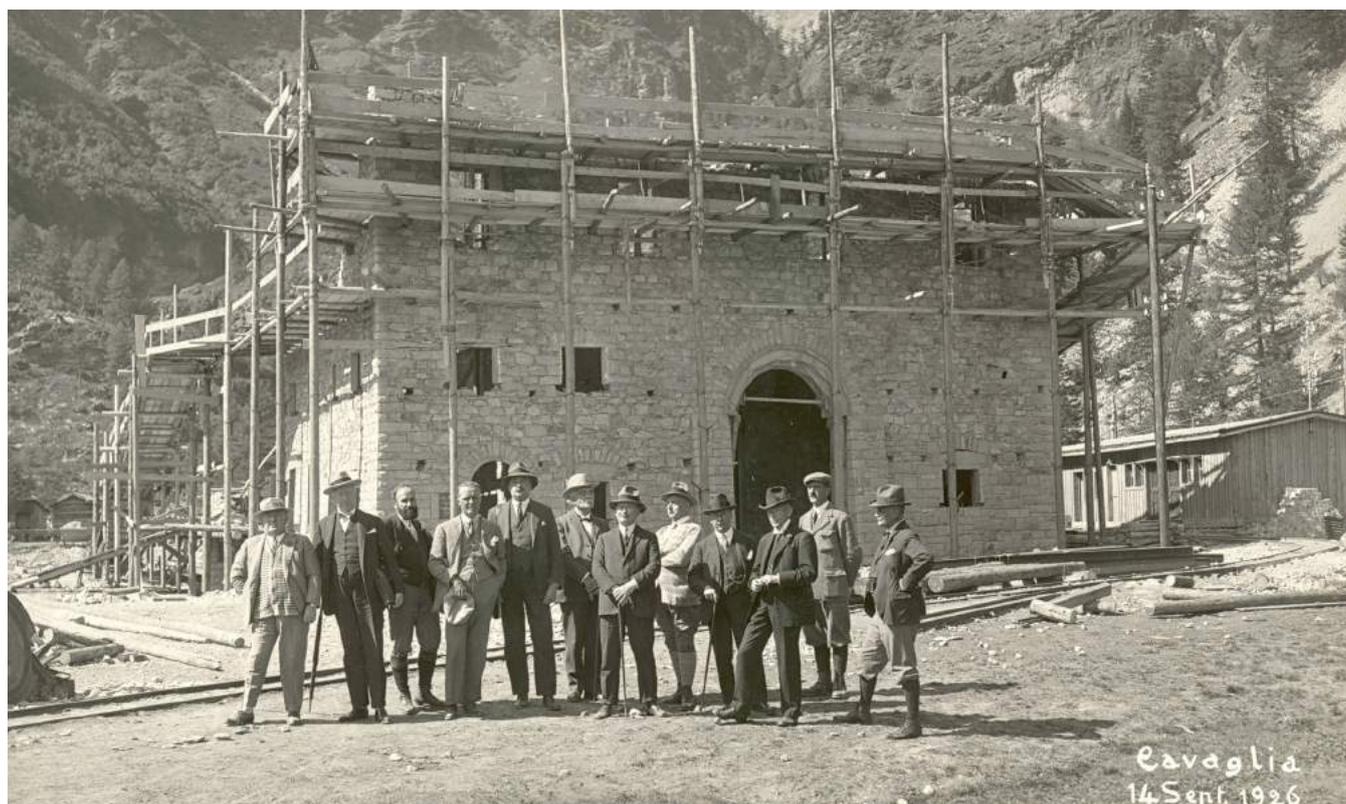
Sono rimasto orfano di padre a soli sei anni e ho dunque sentito la necessità di contribuire in casa con qualche soldo. Ho quindi iniziato lavorando dopo scuola, prestando aiuto dove potevo, con la legna, poi come apprendista e via via accettando incarichi di crescente responsabilità.

Come meccanico mi sono trovato addirittura a Basilea a montare locomotive del treno. Da lì ho seguito

istinto e passione imparando i segreti dell'impiantistica elettrica, ricevendo addirittura una proposta di lavoro per una nuova linea ferroviaria in Cile!

Laggiù avrei avuto un importante ruolo per due anni ma non accettai. Mi aspettava già una nuova sfida con le Forze Motrici in Valposchiavo. Il lavoro in montagna era duro ma mi piaceva. La mia prima paga fu di 390 franchi al mese. Si restava su tutto l'anno, dovendo affrontare a volte interventi di riparazione delle linee elettriche in mezzo alla neve e al gelo invernale.

Riuscii ad avere incarichi con crescenti incombenze e da semplice operaio con impegno e fatica arrivai ad avere la responsabilità di tutte le quattro centrali elettriche della valle. Nel 1997



Costruzione della centrale di Cavaglia, 1926 - Foto: REpower, www.repower.com



Centrale di Campocologno - Foto: REpower, www.repower.com

andai in pensione ma nel frattempo avevo trascorso vent'anni di vita e di lavoro a Cavaglia e altri venti a Campocologno.

Annamaria la conobbi ad una serata di ballo dei cacciatori e nel '66 la sposai ... ad oggi son 51 anni che viviamo insieme! Ho ricordi indimenticabili ...

I suoi occhi lucidi e la voce un po' rotta dall'emozione mi tolgono le parole. Ci sorridiamo in un lungo, commovente silenzio.

Per uscire dall'imbarazzo sposto un po' la conversazione cambiando argomento.

Come venne l'idea di affidarsi alle cure domiciliari?

Ma in verità io avevo già pensato alla Spitex quando il dottore mi disse: "Remo, puoi andare a casa!" Parlai anche con mia figlia e mi ribadì: "Prendete la Spitex che andate bene!" Allora lei ci conosceva già? Sì, Sì!! Giunto il momento di rientra-

re a casa mi fu proposta l'assistenza domiciliare che accettai con piacere. Non volevo gravare su mia moglie Annamaria ma volevo poter restare a casa mia. Mi son sempre trovato benissimo con i collaboratori Spitex.

Anche per noi è un piacere, Signor Foppoli! Le confido che i miei colleghi ed io veniamo sempre molto volentieri a farle visita e ad assisterla perché ci sentiamo accolti e ben accetti.

Come vivete invece lei e sua moglie il fatto di avere assistenti di cura ed infermieri presenti in casa più volte al giorno? Io, provocatoriamente e con un sorriso dico: "Non le verrebbe la voglia di cacciare via qualcuno di noi, ogni tanto?"

Ma voi non date fastidio, anzi, io son contento!! Ho piena fiducia e addirittura chi è qui più spesso mi sa dire cosa manca in casa, se occorre fare spesa, prendere il pane o altro. Io gli

dico "vai e compera", gli do carta bianca ...!

Ma possiamo dire con un termine un po' azzardato che "siamo diventati quasi di famiglia??"

Sì, sì ... sì !! L'unica cosa che io, per il mio carattere, amo poco che mi si dica Remo fai questo o Remo deve fare una passeggiata ... però col vostro aiuto mi dico "Ci devo riuscire!"

Certo! Per fortuna col tempo abbiamo imparato a conoscerci bene e sappiamo di dover sempre proporre e mai imporre!! L'essere disponibili e utili per noi operatori è una soddisfazione.

La sua occhiata sorridente mi conferma che forse è davvero così e con velato orgoglio ricambio lo sguardo.

Il Sig. Foppoli prosegue con il racconto di aneddoti spiritosi e vissuti toccanti. Situazioni paradossali, tipo quando da giovane catturava le vipere per la farmacia del paese; o vicende personali dal forte contenuto emotivo, come la voglia di tornare a camminare ... a "far quattro passi!" E come non commuoversi? Ma intanto con le parole mi riconduce al mio, al nostro lavoro, a quanto sia gratificante poter condividere queste situazioni, a quanto l'empatia possa

davvero fare la differenza. Riesce a trasmettermi quanto sia preziosa la componente relazionale anche nell'assistenza domiciliare!

Sig. Foppoli, oggi lei è stato molto disponibile ed ha speso belle parole nei nostri confronti. Sappiamo di poter migliorare e crescere ancora ... ci dia lei un suggerimento o uno spunto che possa essere di stimolo a fare ancora di più e meglio. *Continuate così ...!*

A questo punto il coinvolgimento empatico è molto forte. Per parte mia cerco di ricambiare e gli confido che ovviamente cercherò di trattare con discrezione queste sue confidenze. So che entrare nelle case, nella vita delle persone è una parte del nostro ruolo, dunque va maneggiato nel modo più delicato possibile.

Remo mi rivela che avrebbe ancora tantissimi racconti, ha addirittura scritto un suo memoriale con tanto di fotografie e narrazioni in dialetto.

Ma è purtroppo tempo di congedarci. È stata una chiacchierata molto piacevole, lo ringrazio di cuore, con una stretta di mano profonda e con la promessa di trovare presto un'altra occasione.

Ines Pantaleone

di Gisa Lardi

Da alcuni anni Ines soggiorna in una bella camera al 4° piano di Casa Anziani, camera luminosa, spaziosa e silenziosa. In questa idilliaca atmosfera trascorre

la maggior parte della giornata, occupandosi nella realizzazione delle sue creazioni. Mentre guarda la televisione non rimane mai a mani vuote: ha sempre con sé un qualche lavoretto da finire, un ricamo, una maglia, un uncinetto, un cucito.

Quando ha dei momenti di stanchezza ama rimanere sulla terrazza accanto alla sua camera, dove può stare tranquilla, facendo la sua fumatina e «senza disturbare nessuno» come da suo desiderio.

Anche se ama la solitudine, per



rompere la monotonia ogni tanto scende a pianoterra per bere un caffè al bar e per incontrare qualche altro ospite, così da fare quattro parole. Se di suo gradimento, partecipa sempre volentieri alle attività di animazione che vengono proposte. Se incontra un'animatrice chiede dei consigli sui suoi lavori a maglia e le piace consultarsi con loro sulle nuove creazioni.

Ines si definisce fortunata nell'aver trovato un posto dove poter vivere l'anzianità nella giusta atmosfera, dove può dedicarsi ai suoi interessi e alle sue passioni.

Ci hanno lasciato

**Amelia
Zanetti-Maranta**

17 maggio 1939
24 gennaio 2017



Vilma Raineri

13 dicembre 1929
7 febbraio 2017



**Franca
Semadeni-Bricalli**

15 novembre 1930
27 febbraio 2017

**Ida
Lorez-Bernasconi**

17 maggio 1923
3 marzo 2017



**Carmen
Isepponi-Tosio**

4 gennaio 1929
23 marzo 2017



Lina Miozzari

12 agosto 1931
4 aprile 2017



Alice Foppoli

4 luglio 1933
8 aprile 2017



Liana Pozzi
14 ottobre 1932
20 luglio 2017



**Secondo
De Bernardi**
30 giugno 1936
2 agosto 2017



**Angelina
Giuliani-Crameri**
27 agosto 1929
8 settembre 2017



Genesio Zala
21 marzo 1933
14 settembre 2017

Reto Zanetti
9 luglio 1941
18 settembre 2017



Luciano Maranta
14 dicembre 1932
5 ottobre 2017



**Attilia
Zanolari-Beti**
21 novembre 1920
23 novembre 2017



**Ines
Pagani-Plozza**
28 novembre 1925
28 novembre 2017

Giovanni Paganini
16 giugno 1933
30 novembre 2017



Lino Battilana
1° febbraio 1940
3 dicembre 2017



Tücc insema

**Rivista degli ospiti
del Centro sanitario Valposchiavo**

Numero 1 - Gennaio 2018

Tiratura: 300 esemplari

Impaginazione: Ivan Pola

Stampa: Tipografia Menghini

