

ATE orizzonti

animazione terza età

Recapito:
Gruppo di redazione:

Casa Anziani, 7742 Poschiavo
Serena Bonetti, Mario Costa, Roberta Zanolari, Achille Pola
Questo numero è curato da Serena Bonetti

EDITORIALE

Numeri



Il 2020, e ora anche il 2021, sono stati anni di numeri.

Numeri che lasciavano sgomenti perché raccontavano di infezioni, di contagi, di ricoveri, di morti. Persino la pandemia ha preso un nome cifrato COVID19. Poi lo sviluppo in tempo record di un vaccino ha proposto altri numeri, quelli ad indicare le priorità di vaccinazione più o meno suddivise per età: prima over-75, poi via via a scendere fino ad over-12. Parallela- mente sono apparse le percentuali di vaccinati e non, poi i numeri dei partecipanti a manifestazioni No-Vax e ora stanno riprendendo i numeri in crescita di quella che sembra essere un'inevitabile quarta ondata.

Intanto dentro le Casa Anziani i nostri cari contavano i giorni senza visite, e la loro solitudine si trasformava in silenzio.

Nel rumore al di fuori di quelle mura, tra i numeri, anche tante parole a dire che niente sarà più come prima, che neppure noi saremo mai più quelli di prima.

Sarà vero? A tutto questo ho pensato quando mi è capitata sotto gli occhi una poesia di Wislawa Szymborska, (scrittrice polacca, premio Nobel nel 1996 e morta nel 2012), dal titolo curioso: "Contributo alla statistica". Una cascata di versi che, per non so quale magia, risultano poetici dentro un elenco di numeri. E quello che le parole e persino quei numeri ci raccontano, benchè scritti molto prima della pandemia, potremmo riscriverlo uguale oggi: davvero non so se cambieremo mai.

Serena Bonetti

Contributo alla statistica
(di W. Szymborska)

Su cento persone:
che ne sanno sempre più degli altri
-cinquantacinque

Insicuri ad ogni passo
-quasi tutti gli altri;

pronti ad aiutare,
purché la cosa non duri molto
-ben quarantanove;

buoni sempre,
perché non sanno fare altrimenti
-quattro, bè, forse cinque;

Propensi ad ammirare senza invidia
-diciotto;

viventi con la continua paura
di qualcuno o qualcosa
-settantasette;

dotati per la felicità,
-al massimo poco più di venti;

innocui singolarmente,
che imbarbariscono nella folla
-di sicuro più della metà;

crudeli,
se costretti dalle circostanze
-è meglio non saperlo
neppure approssimativamente;

quelli col senno di poi
-non molti di più
di quelli col senno di prima;

che dalla vita prendono solo cose
-quaranta,
anche se vorrei sbagliarmi;

ripiegati, dolenti
e senza torcia nel buio
-ottantatré
prima o poi;

degni di compassione
-novantanove;

mortali
-cento su cento.
Numero al momento invariato.

COMUNICATO ATE

Cari Volontari,

Come già annunciato nell'ultima edizione di "Orizzonti", l'incertezza della pandemia ha obbligato il comitato "ATE" ad adattarsi alle nuove situazioni e rielaborare un nuovo concetto per la gestione del nostro operato. Nel frattempo, dopo aver preso contatto con i responsabili del Centro sanitario Valposchiavo, si sono potuti stabilire i seguenti servizi con l'ausilio dei volontari **previo vaccinazione completa:**

- Sistemazione logistica per la S. Messa in casa anziani
- Accompagnamento uscite, passeggiate individuali in Casa anziani e ospedale S. Sisto
- Trasporti ospiti con il riscio (con inizio la primavera prossima)

I servizi quali: "sostegno familiari curanti" come pure "pranzo in compagnia" sono operativi già dalla Pasqua scorsa.

Per le altre attività nelle diverse sedi esterne, visto la tendenza in aumento della pandemia, si dovrà attendere ancora un po' e a tempo utile rivaluteremo nuove prospettive.

Con la certezza che ogni Volontario sia vaccinato, il comitato ATE augura a tutti i Volontari un buon inizio di autunno, carico di tanti frutti e privo di infezione Covid.

Per il comitato

Il presidente: Giorgio Pola

ARGOMENTI

La lezione della farfalla

(sb) Mi piace ascoltare la radio, quando sono in casa la tengo sempre accesa e anche se spesso la mia attenzione è solo laterale, capita che improvvisamente qualche tematica mi raggiunga, invitandomi ad un ascolto più attento. È capitato qualche settimana fa: stavo ordinando il mio cronico disordine quando una domanda del giornalista-conduttore al pubblico in ascolto mi ha distolto dal mio fare: *vi sentite più bruco o farfalla?*

Ho dunque ascoltato il seguito: il bruco, nella sua breve vita si nutre di tutto quel che trova, è un accumulatore e un consumatore, la farfalla invece è un impollinatore, il suo prendere per nutrirsi in effetti è un dare e regalare al mondo.

Il bruco nella sua vita cambia involucro più volte, ma per trasformarsi in farfalla deve proprio fermarsi, diventare crisalide e aspettare la metamorfosi che gli regalerà ali e colori.

È stato interessante sentire le risposte degli ascoltatori che scrivevano in tempo reale alla trasmissione le loro considerazioni. C'era chi si sentiva assolutamente bruco, chi stava in crisalide, chi dopo una lunga crisi era diventato farfalla, chi si impegnava a vivere da farfalla. Qualcuno si è sfogato dicendo: ma cavoli, la farfalla però vive troppo poco. Bella la risposta di Daniele Lumara, autore di un libro appena pubblicato dal titolo «la lezione della farfalla»: *Non è vero, la farfalla vive più del bruco, può vivere anche un anno, e comunque il suo stile di vita, questo suo impollinare il mondo, trasforma il*

suo tempo provvisorio in un tempo infinito.

È nostra scelta e nostra responsabilità decidere se vivere come bruchi o come farfalle. Certo è che guardando questo mondo mi pare di vedere soprattutto bruchi!

Ma la lezione della farfalla ci insegna che ogni momento di crisi, di stallo o di difficoltà, può avere un riscontro positivo se lo si accoglie anziché combatterlo. Non con rassegnazione, ma con la consapevolezza di doverlo attraversare, per uscirne. Come dalla crisalide: veramente cambiati.

Mi viene spontanea la domanda: questa pandemia non potrebbe essere la nostra crisalide?

SOMMARIO

Editoriale	
Numeri	I
Comunicato ATE	I
Argomenti	
La lezione della farfalla	I
Racconti in pentola	II
Curiosità	
La Gusti	II
Intervista	
Un esempio di forza di volontà per tutti noi	III
Racconto	
Turismo devozionale	IV
Contributo sociale 2021	IV

ARGOMENTI

Racconti in pentola

Sono seduta in cucina, osservo mia mamma che sta preparando le verdure. Oggi mi cucina i pizzoccheri. Con precisione taglia le carote e le patate, e intanto che le sue mani corrono veloci fra il tagliere e la pentola di acqua bollente, mi mostra le coste. Le ha appena raccolte nell'orto, sono una meraviglia e mi fa notare che sono biologiche, non come quelle che si comprano, che hanno poco sapore e chissà con quali maledizioni chimiche sono state spruzzate. Quest'anno il suo orto è davvero splendido, sarà grazie a tutta la pioggia che è caduta...

Zucchine, coste, pomodori, insalata, melanzane e peperoni, porri e quant'altro. La prendo in giro, c'è talmente tanta verdura che sembra l'orto per un ristorante.

Ogni giorno ci trascorre un paio d'ore e rientra con un catino pieno di ogni ben di Dio. È la sua passione e questa "terapia" la tiene allegra e in forma.

Si appoggia con i gomiti al lavandino mentre l'acqua scorre, e si ricorda che lo faceva anche la sua mamma.

Nella pentola la verdura gira nell'acqua con un saliscendi ritmato. Inizia a raccontare.

Da piccola a lei non piacevano le verdure e quando la mamma cucinava i pizzoccheri oppure il *ris cönsch*, le preparava un piattino speciale di patate con un uovo arrostito adagiato sopra. Questa operazione era fatta in gran segreto, perché uova non ce n'erano per tutti e se i fratelli se ne accorgevano, facevano di tutto per rubarle quel piatto appetitoso. La mamma mi racconta di quella volta che suo fratello Bruno l'aveva rincorsa sulle scale con l'intento di rubarglielo, lei si era rifugiata sulla *crapena*, dove nel trambusto il piatto si era riempito di *terzol*, ma lui l'aveva divorato ugualmente, lasciandola a stomaco vuoto e in lacrime.

Mia mamma era l'ultima di sei figli e calcolando la presenza in casa dei nonni e di uno zio non maritato, a tavola si sedevano in 11. L'ava Ida faceva i salti mortali per riuscire a sfamare tutti. Ogni famiglia riusciva a produrre il proprio fabbisogno, grazie all'orto e all'allevamento di animali; si andava dall'Elena a St. Antonio a comprare solo certi generi alimentari, come l'olio il sale o la passata di pomodoro. Più che passata di pomodoro era probabilmente un concentrato, conservato in una grande latta rotonda. La Elena ne toglieva delle cucchiariate e la avvolgeva in una carta oleata. Serviva per fare il sugo per la pasta, a quel tempo i pomodori non si coltivavano a Poschiavo.

Oltre a mucche, capre e galline, si allevava il maiale che veniva nutrito con la *colobia*, che conteneva resti di cibo, acque di cottura e siero, a cui si aggiungevano piccole patate bollite schiacciate e *terzol*, il fieno tagliato la terza volta a fine estate, più corto e meno vigoroso. Non si spreca nulla. Poi a novembre il maiale passava a miglior vita fornendo la carne che era lavorata in maniera da poter essere conservata. Tutte le parti del maiale erano utilizzate.

Si faceva anche colare il grasso per ottenere *li grituli*, pezzetti minuscoli di carne che rimangono dopo che si è sciolto. Arrostiti si conservavano ed erano usate per cucinare o per condire l'insalata durante il periodo del razionamento, quando l'olio scarseggiava. Luganighe e cotechini, sanguinacci,



Ida Beti Dorizzi

misolti, prosciutto, pancetta e lardo, tutto lavorato con cura sotto la guida esperta del macellaio che per l'occasione arrivava in casa per eseguire i giusti tagli della carne e per speziare le miscele macinate. Gli insaccati appesi nel locale al pianterreno iniziavano ad asciugare, poi si accendeva il fuoco per l'affumicatura al profumo di ginepro. Terminata questa operazione gli insaccati venivano appesi nella cantina, fresca e asciutta, e lì venivano conservati fino al consumo. Nessuna data di scadenza, solo una leggera pressione con le dita per capire se erano pronti. La cantina era buona e spesso accoglieva anche la *becaria* di alcuni vicini che non avevano un locale adatto per la conservazione.

Nella contrada ci si aiutava, si condividevano le esperienze e le fatiche, ma anche le gioie e le buone notizie. I vicini erano vicini di cuore.

Con vigore grattugia il formaggio di due qualità, parmigiano e casera, non si ferma finché la ciotola non è colma. *Saral abot?* Mi immagino il risultato finale saporito e filante.

Facevano anche il formaggio. Non era grasso, il latte si scremava per avere la panna per fare il burro. Quando si decideva di fare il formaggio, nella contrada ci si metteva d'accordo: tutti portavano il latte e si univa in modo da averne un quantitativo sufficiente per accendere il fuoco sotto la caldaia e fare la cagliata. La settimana successiva si rifaceva la stessa operazione e si portava il latte a un altro contadino. E così a rotazione tutti riuscivano a produrre il proprio formaggio.

La mamma ricorda che era anche un piacevole momento d'incontro e di condivisione, durante il quale gli uomini, con il secchiello del latte in mano, parlavano *in curt* dei fatti della giornata. Nella bella stagione le chiacchiere continuavano poi dopo cena sulla *banchèla*, le donne con i ferri da calza in mano e gli uomini più in là, con pipa o toscanello, a parlar del tempo e

del fieno pronto per essere raccolto.

La mamma prende l'asse di legno e il coltello e inizia a fare i pizzoccheri. Con movimenti precisi li fa cadere nell'acqua bollente, tutti della stessa misura; quando li faccio io non funziona mai così bene... Girano con le verdure e sento il profumo di burro che si sta sciogliendo con salvia e aglio.

I pizzoccheri e le verdure cadono nella grande ciotola, abbondantemente ricoperti da manate di formaggio, il burro è caldo al punto giusto. Ecco il tocco finale. Non mi sembra a prima vista un piatto troppo dietetico; faccio un breve commento sulle calorie che ingerirò, ma la mamma mi risponde che se non sono conditi come si deve, non fanno di niente.

Il suo racconto continua parlando di altri piatti che la *mia ava* cucinava, rigorosamente sulla cucina

economica. Capisco dalle sue parole che le donne passavano ore in cucina a preparare e ore a rimettere tutto in ordine. L'acqua calda si usava con parsimonia e il fuoco della stufa economica era sempre acceso.

Le chiedo una ricetta speciale nascosta nei suoi ricordi. Mi spiega che a lei piaceva il *masarot*, uno spezzatino cucinato con verdure e patate. Si fa-

ceva rosolare cipolla, carote e sedano in un bel cucchiaino di grasso di maiale. Si aggiungevano pezzetti di carne di manzo e una volta rosolati si ricopriva il tutto con del brodo. Si lasciava bollire a fuoco lento almeno per un'ora e all'ultimo si aggiungevano le patate a tocchetti.

Ricerco veloce in rete se trovo una ricetta simile e leggo con sorpresa di un *pot-au-feu*. L'immagine è invitante... e a questo punto so già che cosa chiederò alla Sista di cucinarmi la prossima volta.

Intanto che la teglia dei pizzoccheri riposa al caldo e il formaggio si scioglie, inizia ad affettare la mortadella di Poschiavo, altra mia grande passione. Un pranzo dal sapore conosciuto e pur speciale. Davanti a me pizzoccheri, fumanti e profumati.

Non aggiungo altro e mi gusto il piatto cucinato con amore, oggi solo per me.

Patrizia Stefanoni

ORIZZONTI
vive anche
dei vostri contribuiti.
Se avete una storia
da raccontare
non esitate
a contattarci.

CURIOSITÀ

La Gusti

(sb) Per la prima volta quest'anno abbiamo lasciato il nostro cane in una pensione per cani (un canile insomma) intanto che ce ne andavamo in vacanza. Se uno non ha un cane faticherà a capire con che pena lo abbiamo lasciato lì, anche se il posto era bello, anche se veniva trattato bene, anche se era stato in prova un giorno ed aveva funzionato. Non so dire, tra il cane e noi, chi avesse più malinconia. E allora mi è tornata in mente la storia della Gusti, ovvero quando la Gusti andava in vacanza.

Emanuele, mio marito, è cresciuto a Cologna. Il papà lavorava in ferrovia, ma anche senza essere contadini, nella stalla in casa la famiglia aveva comunque una mucca. Era così un po' per tutte le famiglie a quei tempi: ognuno aveva una o due mucche, il maiale e qualche gallina ad uso familiare. Loro avevano la Gusti. Emanuele ricorda ancora oggi la Gusti, una mucca docile e dolce, che si lasciava coccolare.

Nicola, il papà, grazie al suo lavoro in ferrovia, aveva conosciuto il gestore dell'albergo al Morteratch; lavorando sulla tratta si trovava spesso in quella piana disegnata dal ghiacciaio, a far manutenzione ai binari e aveva fatto un po' amicizia con l'albergatore del posto, che in estate teneva sempre qualche mucca lì al pascolo. Probabilmente si saranno accordati davanti a un buon calice i due, fatto sta che la Gusti, per

diversi anni andò a trascorrere le estati su quei pascoli, tra mucche engadinesi che sicuramente l'avranno accettata di buon grado. Deve essere sembrata una vera vacanza alla Gusti trovarsi in quella piana, tra i profumi dell'erba nuova e i muggiti di tutte quelle compagne dopo il lungo inverno solitario in stalla. Malinconia però l'avevano i suoi padroni, rimasti a Cologna con la stalla vuota e silenziosa.

Così appena i lavori lo consentivano, tutta la famiglia organizzava la gita: "Andiamo a trovare la Gusti". Per il lavoro in ferrovia del papà, il viaggio in treno era gratuito per tutta la famiglia. Pranzo al sacco e via, senza dimenticare una buona scorta di pane secco e sale per la Gusti. Scesi dal treno, arrivati al pascolo, tutti a chiamarla "Gusti!!! Oh Gusti!!! Scia scia!" E lei allora si staccava dal gruppo e col suo incedere quieto si avvicinava a loro, riconoscendoli, leccandoli e lasciandosi accarezzare. Pareva esser contenta della visita, almeno quanto lo erano loro di ritrovarla! Me li immagino, seduti in un pigro pomeriggio estivo, a mangiare pane e salame vicino alla Gusti, che sdraiata sull'erba pure lei, offriva il suo dorso come comodo schienale. A fine estate tornava a Cologna rinforzata, più agile e forte, sana, pronta a passare l'inverno dando latte, ruminando e riprendendo il suo posto, quello davvero in famiglia.

INTERVISTA

Un esempio di forza di volontà per tutti noi!

Il filosofo Epitteto, uno dei maggiori rappresentanti dello stoicismo antico, vissuto fra la seconda metà del primo e l'inizio del secondo secolo dopo Cristo, dichiara: "Non devi cercare che le cose vadano a modo tuo, ma volere che vadano così come vanno, e ciò sarà bene." Molti di noi, più di una volta, hanno avuto modo di sperimentare la validità di questa frase, ma per qualcuno essa è divenuta la bussola di un'intera esistenza. È il caso di **Achille Branchi**, classe 1952, da più di 34 anni paraplegico a causa di uno scivolone avvenuto nel gennaio del 1987 a pochi passi da casa sua. Fra la gente della nostra valle Achille è conosciuto e stimato per la sua incommensurabile forza di volontà e per la sua vivace allegria. Inoltre, in tutte le occasioni in cui l'ho incontrato non mi ha mai fatto pesare la sua condizione di disabilità. A tal punto che, regolarmente, prima di congedarmi mi rivolgo a lui con un colloquiale *sta sù 'n gamba*. Un'espressione che mi fa subito mordere la lingua, ma che la dice lunga su quanto egli dia sempre l'impressione di essere una persona senza alcun tipo di menomazione fisica. Grazie alla sua tenacia e a un fisico abituato agli sforzi, a un anno e mezzo dopo quel tragico incidente egli ha iniziato a risollevarsi il proprio corpo e a muoversi per brevi tratti con le stampelle, fino ad arrivare – quando è necessario – a salire e scendere le scale da solo! Personalmente ricordo che nei primi anni '80, non ancora privato dell'uso delle gambe, egli chiudeva regolarmente (incoraggiando così i più deboli) la fila di un gruppo di amici di sci-alpinismo brusiese a cui ho avuto la fortuna di partecipare, giovanissimo, ad alcune uscite. Di quel periodo serbo vivo il ricordo di una mattina in cui ci raccontò di aver festeggiato tutta la notte, fino all'alba, e di essersi poi direttamente messo tuta e scarponi per non perdersi l'escursione domenicale. Convinto che la sua sia una testimonianza preziosa che travalica ogni generazione, in questi scorsi giorni l'ho incontrato per rivolgergli alcune domande.

Achille, raccontami un po' della tua vita prima dell'incidente...
Allora... sono nato nell'ospedale di Poschiavo il 15 febbraio del 1952 e cresciuto a Cötöngi (Brusio) in una famiglia di contadini con otto figli. Ho frequentato le scuole dell'obbligo fino alla terza secondaria a Brusio e poi ho imparato il mestiere di pittore presso la ditta di Tarcisio Testini a Le Prese. In seguito ho lavorato cinque anni, sempre come imbianchino, per la ditta di Marco Zala e altri cinque come aiuto-falegname nella ditta di mio fratello Guido qui a Cötöngi. Poi, nel 1986, trovai impiego in Engadina come capo-operaio presso la ditta di pittura Pedroncelli di Celerina ed ero in trattativa per rilevarne, di lì a poco, l'attività come titolare.

Hai qualche ricordo particolare della tua infanzia?

Mah, non saprei... comunque essendo cresciuto in una famiglia numerosa e con molti cugini nelle vicinanze è stata, direi, un'infanzia molto spensierata. Passata forse un po' troppo in fretta, ma così è la vita. Da adolescente mi sono appassionato per la pesca, ma dopo essere incidentalmente caduto nel lago ho appeso la canna ad un chiodo. Più avanti, però, superato l'esame per la caccia, mi sono dedicato



Achille Branchi sulla terrazza di casa sua a Cötöngi

a quest'altra passione per più di dieci anni. Oltre alla caccia sono sempre stato un grande amante della montagna e di sci-alpinismo. Le montagne della valle, estate o inverno che fosse, le ho quasi fatte tutte! Ho sempre passato il mio tempo libero e le vacanze in valle, fra le nostre montagne.

Mai una volta al mare?

Prima dell'incidente non ero mai stato al mare. A dire la verità non mi era nemmeno mai passato per la testa.

E la tua vita sentimentale prima dell'incidente com'era? Pensavi di sposarti un giorno?

Beh, qualche avventura sentimentale l'ho avuta, ma non sono mai arrivato al punto di pensare al matrimonio, anche se come la maggioranza delle persone quest'idea era nei miei pensieri fin da ragazzo.

Prima dell'infortunio avevi mai pensato che una cosa simile potesse accadere a te?

No! Sembra strano, ma non ci avevo mai pensato. D'altronde nella mia realtà quotidiana non ero mai venuto a confronto con casi di questo tipo. C'erano, questo è vero, alcuni anziani sulla carrozzella, ma non si pensava che potesse succedere anche a un giovane. A questo proposito ti racconto un aneddoto. Tre mesi dopo l'incidente la clinica in cui stavo svolgendo la riabilitazione mi permise di tornare a casa per la prima volta per un fine-settimana e in quell'occasione mi vennero a trovare tre amici coetanei. Uno di loro esclamò: «*Oh, ma ta gas amó sù li gambi!*». Fu un episodio che mi fece molto riflettere, e che forse può aiutarti a capire come a quei tempi si fosse poco sensibilizzati riguardo al fenomeno della paraplegia.

Puoi raccontarmi come è avvenuto l'incidente?

Dunque... la domenica del 4 gennaio 1987, sul sentiero che da Selvapiana porta a San Romerio, sono scivolato sulla neve e mi sono istintivamente aggrappato ad un piccolo abete, che però non ha retto al peso del mio corpo. Così sono caduto all'indietro in un avvallamento, circa un metro più in basso, andando a sbattere il fondoschiena sul fondo gelato. L'impatto mi ha provocato la rottura della 1ª e la fuoriuscita della 2ª vertebra lombare. Dopo la caduta non riuscivo più a muovermi. Per fortuna gli amici che erano con me hanno capito subito la gravità della situazione e hanno

allertato la gente di Selvapiana, che è sopraggiunta con una scala e delle coperte. Dopo avermi ben fissato sulla scala mi hanno condotto fino a Stavello, dove è arrivato anche il medico. Questi ha preferito non slegarmi per non causare ulteriori danni alla schiena e quindi sono stato trasportato all'Ospedale di Poschiavo con il furgone di mio fratello. Da qui, eseguita una prima radiografia, sono stato trasferito con l'elicottero verso l'Ospedale cantonale di Coira, dove mi è però stato spiegato che sarebbe stato meglio operarmi alla schiena nelle vicinanze di un centro per paraplegici. Così mi hanno nuovamente caricato su un elicottero e trasportato in un ospedale di Basilea, dove sono stato operato d'urgenza. Il giorno dopo l'intervento mi hanno trasferito in una stanza del Centro per paraplegici della Svizzera a Basilea (oggi si trova a Nottwil, ndr), dove sono rimasto fino alla fine di maggio. Chi mi ha operato, e anche i medici del centro di paraplegia, mi ha in seguito confermato che il salvataggio tramite quella barella "improvvisata" era stato eseguito in modo eccellente!

Quali sono stati i tuoi pensieri nei primi istanti dopo la caduta?

Lì per lì ero fiducioso che tutto potesse ancora mettersi a posto, e che potessi tornare a fare la vita di prima. Addirittura fino a due o tre settimane dopo l'operazione alla schiena speravo che l'uso delle gambe potesse ritornarmi in modo completo...

Poi invece cosa è successo?

È successo che una mattina, durante un'iniezione alla coscia per attivare la circolazione del sangue, sentii improvvisamente un dolore alla gamba. L'infermiera mi disse che non era possibile, in quanto nei paraplegici un eventuale recupero del tatto non avveniva che dopo cinque settimane dall'incidente... subito chiamarono il primario della clinica, il dottor Zäch, che con degli stuzzicadenti mise alla prova il tatto delle mie gambe. In effetti avvertivo un fastidio nella parte superiore delle cosce. Il primario non perse alcun tempo e mi disse in modo perentorio: «Signor Branchi, da oggi lei inizierà subito ad andare in carrozzella!».

Ma cosa significava? Era una buona notizia?

Certo! Era il primo importante segnale che la mia riabilitazione poteva e doveva iniziare. Rimanendo fermo a letto

ancora per altri giorni o forse settimane, infatti, anche la parte superiore del mio corpo si sarebbe ulteriormente indebolita...

Come hai vissuto quei primi momenti fra alti e bassi?

Beh, alle volte è stata dura perché in quei momenti ti passa un po' di tutto per la testa. Ho avuto anche attimi di disperazione in cui se mi avessero dato in mano una rivoltella credo che mi sarei sparato un colpo! E poi la rabbia che mi facevano venire gli infermieri durante i pasti! Il fatto era che nessuno ti dava una mano a mangiare. Mi costringevano a cibarmi con le mie mani, sdraiato e fisso al letto e usando uno specchio per imboccarci, mentre loro stavano lì a guardarti. Volevano che facessi tutto da solo, ma oggi li ringrazio per la loro inflessibilità! Dopo il primo periodo passato a letto, resomi più mobile e autonomo grazie all'uso della carrozzella, le cose iniziarono però presto a cambiare. Potevo ad esempio ad andare da solo alla mensa a prendermi un caffè, e poi c'erano le terapie e i giochi in palestra con gli altri. Ma in generale i primi tre mesi sono stati davvero duri. Di grande conforto mi sono state le visite settimanali della compianta cognata Ivana e di molti brusiesi residenti a Basilea, i quali venivano spesso a trovarmi. Sono cose che in quei momenti ti danno un enorme sostegno morale.

Quando hai capito che la vita, nonostante tutto, doveva andare avanti?

Beh, la forza di andare avanti ti viene un po' alla volta. A dirti la verità la spinta più grande mi è venuta guardando quelli che stavano peggio di me, afflitti da tetraplegia e spesso ancora molto giovani. C'era ad esempio una giovane ragazza su una carrozzella elettrica, che era pure intubata per l'ossigeno, che aveva uno sguardo così innocente ed espressivo! Ecco, in quei momenti capisci che, malgrado tutto, tu sei ancora fortunato. Ad un certo punto del mio percorso riabilitativo successe pure che un signore mi chiese se avessi la patente di guida, e siccome risposi di sì mi disse che il giorno dopo avrei potuto provare a guidare un'automobile per paraplegici. Quella notte non dormii dall'agitazione e all'indomani l'esperto venne a prendermi con una Renault station wagon. Dopo alcune spiegazioni su come sedermi al volante e altro, ed eseguito alcuni giri di prova, mi disse che ero pronto a guidare. Il giorno seguente ordinai subito da un garagista della valle una macchina da portare a Basilea per le modifiche. Sapere di poter recuperare una parte dell'autonomia grazie alla guida di un'automobile mi diede un'ulteriore straordinaria motivazione! Un giorno ricevemmo anche la visita di Clay Regazzoni, giunto nel Centro per paraplegici di Basilea per un controllo di routine. Ricordo benissimo che entrò nella nostra stanza in carrozzella e ci strinse la mano ad uno ad uno, incitandoci a non mollare. Sua è fra l'altro l'invenzione del doppio volante con acceleratore, installato su tutte le macchine per paraplegici. Quando sono stato dimesso dalla clinica alla fine di maggio del 1987, accompagnato dalla cognata, ho fatto il viaggio verso Brusio con la macchina che avevo acquistato e a cui erano state effettuate le dovute modifiche.

CONTINUA DA PAGINA III

Un esempio di forza di volontà per tutti noi!

E dopo quando hai iniziato a camminare con le stampelle?

Tornato a Brusio, dopo la riabilitazione durata cinque mesi, iniziai molto presto a sollevarmi e a trascinarli appoggiandomi alla ringhiera della terrazza di casa. Non riuscivo a fare il passo giusto e mi strascicavo in avanti e indietro come potevo. Poi, dopo un anno e mezzo, mi chiamarono in clinica per un controllo e per verificare se fossi in grado di camminare con le stampelle. Mi misero alla prova fra le parallele in presenza del dottor Zäch, che dopo avermi osservato percorrerle senza grandi difficoltà mi disse: "Signor Branchi, lei ha già provato a camminare con le stampelle". Io gli risposi: "No, mi sono solo esercitato appoggiandomi sulla ringhiera della terrazza". Quindi aggiunse: "Bene! Lei domani può già tornare a casa". Mi diedero le stampelle, due speciali supporti in plastica per fissare i piedi agli arti inferiori della gamba, e tornai a casa. I supporti in plastica che uso oggi sono ancora quelli. Sono semplici ma provvidenziali, in quanto riescono a tenermi i piedi fissi all'asse su cui mi muovo. Quando cammino con le stampelle devo però ben concentrarmi sulle articolazioni inferiori, perché potrebbero subire fratture senza che io me ne accorga. Anche quando compro scarpe nuove devo tenere osservato anche il minimo segno rosso sulla pelle perché potrebbe significare che la scarpa mi sta troppo stretta, che causa sfregamenti o problemi ad altre parti del piede cui purtroppo non sono in grado di avvertire.

Una volta tornato a Brusio hai affrontato altre sfide, ma hai avuto anche momenti di soddisfazioni suppongo...

Sì. Un problema su tutti era principalmente rappresentato dalle barriere architettoniche. A casa, e più in generale in tutta la valle, a quei tempi gli ostacoli erano ovunque. Ancora oggi ogni volta che m'imbatto in un ostacolo è come ricevere una pugnalata al cuore. Ma ho avuto anche problemi burocratici, in specie con l'Al (Assicurazione invalidità), che non mi ha riconosciuto alcune prestazioni. Per fortuna per alcune spese della casa, come l'installazione dell'ascensore dal piano inferiore dove parcheggio la macchina al piano in cui vivo, ho ricevuto un supporto signifi-

cativo dalla Fondazione svizzera per paraplegici. Oggi però sono felice, ho la mia casetta piccolina ed accogliente nella quale mi sposto in carrozzella dappertutto senza ostacoli, dove riesco a cucinare da solo e sono indipendente al 100%. Poi ho le mie amicizie – come il gruppo di ballo Country di cui sono divenuto la mascotte – e malgrado la scomparsa dei genitori prima, e della cara cognata più di recente, cerco di guardare in avanti. Il mio motto rimane quello di farsi coraggio pensando a chi sta peggio di te. Un episodio degli scorsi anni che ricordo con particolare piacere è l'incontro organizzato da un'insegnante di scuola elementare dell'Annunziata per sensibilizzare i suoi giovani allievi sul problema della paraplegia. La schiettezza e l'entusiasmo nelle loro domande mi ha riempito il cuore di gioia.

E dopo avere quasi trascorso metà dei tuoi anni sulla carrozzella ti sei mai posto la domanda: «Perché proprio a me?»

Io ho sempre avuto la fede, anche prima dell'incidente, anche se non corro ad ogni campana. Credo che vi sia qualcosa di più grande oltre a quello che vediamo ma penso anche che non si possa sfuggire alla realtà. E questa ci insegna che c'è la nascita, la vita e la morte. Nel mio caso la vita ha significato essenzialmente mettermi alla prova con l'incidente che mi ha reso paraplegico.

Oggi come vivi il tuo presente?

In definitiva credo che si debba cercare di essere felici vivendo la vita giorno per giorno e senza fare del male agli altri. Anche dopo l'incidente ho avuto molte soddisfazioni dando una mano, come potevo, nella ditta di mio fratello Guido e il fatto di sentirmi ancora utile mi ha aiutato a trovare la serenità. Una decina di anni fa ho deciso di frequentare un corso di computer e da allora mi si è aperto anche questo nuovo mondo. Oggi tutte le operazioni che un tempo dovevo svolgere allo sportello bancario, le posso fare al computer. Nel mio caso è senz'altro un vantaggio. Grazie a internet seguo anche pagine di notizie e altro, come ad esempio facebook, pur non essendone fanatico. Ma fare o ricevere gli auguri di buon compleanno su questa piattaforma virtuale per me è una sensazione fantastica!

Intervista a cura di *Achille Pola*

RACCONTO

Turismo devozionale

Nell'estate del 1947 eravamo stati per la terza volta pastorelli sull'alpe Valuglia e nel mese di settembre la mamma ci fece la graditissima sorpresa di proporci un pellegrinaggio con il papà fino a Flüeli-Ranft, cioè alla casa natale e all'eremitaggio di san Nicolao della Flüe, il grande eremita appena elevato agli onori degli altari e venerato come Santo patrono svizzero. Solo con il papà in quanto qualcuno – in questo caso la mamma – doveva rimanere a casa e occuparsi dei fratellini più piccoli.

La guerra era appena finita e lo spirito patriottico aleggiava in ogni famiglia, in ogni manifestazione pubblica e soprattutto nella scuola dove nell'insegnamento della storia dominava sovrano il mito di Guglielmo Tell, dei tre giurati del Rütli, delle battaglie del Morgarten, di Sempach e della Calven a cui si aggiungevano quelle di Grandson e Morat con san Nicolao che aveva salvato una prima volta la patria nel Quattrocento operando una giusta spartizione del bottino di guerra e recentemente l'aveva preservata dal flagello immane dell'ultima guerra ecc. ecc. E non è esagerato dire che il teatro stesso di tali avvenimenti con al centro il Lago dei Quattro Cantoni era diventato una specie di materia di culto.

La proposta ci fece toccare il cielo con un dito. Era una favola andare a visitare quei luoghi, per di più in compagnia del papà di cui avevamo sofferto la lontananza tutta l'estate e che anche a casa poteva dedicarci poco tempo a causa dei suoi troppi impegni. Il colmo della felicità ci fece dimenticare il movente che aveva spinto i genitori a un'impresa così inconsueta. Un movente che ci riguardava molto più da vicino che la storia svizzera.

Quell'estate, infatti, un giorno radioso di luglio, eravamo al pascolo con le mucche, mio fratello aveva appena ucciso una vipera quando inciampò, cadde sull'erba e domandò smarrito cosa fosse tutta quella roba bianca che vedeva.

– Cosa ti succede? – gli chiesi e, siccome poco lontano c'era un tappeto di achillea muschiata, aggiunsi: – Non vedi che sono fiori di erba iva?

– No, vedo solo nebbia, è lo stesso dove guardo».

– E me non mi vedi?

– Macché, solo nebbia – e si alzò smarrito. Sembrava ubriaco.

Il tono e l'atteggiamento non mi lasciarono dubbi: aveva perso la vista o la stava perdendo. Corsi allarmato a sostenerlo. Ci consultammo sul da farsi e decidemmo di andare subito dal capo malga. Così lo presi sottobraccio e lo condussi alle baite, dove il capo stava preparando il pranzo. Come ci vide arrivare così combinati e sentì quello che era capitato, capì che il caso era grave e in un paio di ore accompagnò, anzi nei tratti più impervi, portò il ragazzo dai genitori. A questo punto il fratello non vedeva più nemmeno la nebbia. Allarmatissimi, essi lo portarono subito dal dottore. Il dottore non ci capì nulla e lo annunciò al primo oculista del Cantone, che gestiva una clinica privata a Coira nella zona detta Sand. La mamma ve lo accompagnò in treno, pregando e raccomandandosi a Dio per il recupero della vista del suo primogenito e lo affidò allo specialista. Col cuore straziato riprese il prossimo treno e tornò in famiglia, che senza

di lei non poteva stare. Nella sua angoscia invocò l'intercessione di san Nicolao della Flüe facendo il voto di compiere un pellegrinaggio al Ranft.

Il giorno dopo all'ora prevista dal regolamento della clinica, la mamma telefonò allo specialista. Questi cercò di tranquillizzarla: aveva cominciato a fargli certe iniezioni, un farmaco nuovo e portentoso; la cura sarebbe durata qualche settimana, le dava buone speranze, ci voleva solo un po' di pazienza. Impaziente e preoccupata com'era, la donna telefonò anche il giorno successivo. Poco ci mancò che non venisse meno dalla sorpresa: le dissero che il figlio aveva completamente ricuperato la vista. Quasi non voleva crederci e domandò che lo chiamassero, voleva sentire la sua voce. Lo specialista cercò di accontentarla, ma con grande rammarico il personale della clinica comunicò che era sparito, era introvabile.

Scattarono subito le ricerche e il ragazzo fu trovato nel centro città. Nella clinica si annoiava; dal momento che ci vedeva era andato ad ammirare il monumento di Benedetto Fontana, l'eroe che con il suo intervento nella battaglia della Calven del 1499 aveva assicurato l'indipendenza ai Grigioni. Così aveva imparato a scuola. Tornò in clinica, ma di restarci non ne volle sapere e, con il denaro depositato in segreteria dalla madre, si comprò il biglietto e tornò a casa quel giorno stesso. Il giorno seguente risalì sull'alpe per la mia somma contentezza e non ebbe più disturbi agli occhi. L'oculista disse alla mamma che il fenomeno era veramente straordinario, difficile da spiegare dal punto di vista scientifico.

Per noi, comunque, un evento miracoloso, fosse anche solo per quel pellegrinaggio di cui ricordo ogni particolare. Il viaggio in treno, le spiegazioni del papà, il suo piacere per il nostro entusiasmo, l'arrivo a Lucerna, l'acqua azzurra del Lago dei Quattro Cantoni che mi sembrò più azzurra dell'acqua di ogni altro lago, persino del nostro. Di nuovo in treno fino a Sarnen e poi in corriera fino a Flüeli-Ranft. L'antica casa del Santo, senza camini e con il focolare aperto. Ma più di tutto mi colpì la cella del suo eremitaggio addossata a una chiesetta piena di affreschi che rappresentano l'isola beata della Svizzera in mezzo al mare tempestoso e orribile delle guerre. Insomma un evento gratificante che mi è rimasto impresso come pochi altri nella vita.

Massimo Lardi

CONTRIBUTO SOCIALE 2021

Cari sostenitori,

Presentare l'ATE e descrivere le sue diverse funzioni è ormai superfluo.

Ogni famiglia, presto o tardi, viene confrontata con la realtà della terza età. Ognuno di noi ha il diritto di trascorrere nel modo migliore la quiescenza e i volontari cercano di fare del loro meglio perché ciò avvenga.

Come per tutte le società, anche per noi l'aspetto finanziario è fondamentale per far fronte alle spese vive. Ci permettiamo perciò di chiedervi il solito contributo annuo.

La quota annuale ammonta a Fr. 20.– per le persone singole e a Fr. 100.– per le associazioni e gli enti.

Ringraziamo per il vostro prezioso sostegno finanziario e morale.

Vi ricordiamo inoltre che **ogni vostra donazione è detraibile dalle imposte.**

Nuove leve tra le nostre fila del volontariato sono sempre gradite. Per un colloquio orientativo, Paola Cramer (tel. 081 839 11 11), Romina Pool (tel. 081 839 01 01) e Roberta Zanolari-Bondolfi (tel. 081 844 19 02) sono sempre disponibili.

Grazie per la vostra comprensione, buon autunno e buona lettura di "Orizzonti".

Il comitato ATE

Questa edizione
di ORIZZONTI
è stata sostenuta
finanziariamente da

**PRO
SENECTUTE**

PIÙ FORTI INSIEME

REPOWER
L'energia che ti serve.