

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	ARGOMENTI
Lasciar andare	Intorno alle stagioni della vita

Nessuno di noi ha purtroppo memoria del momento della nascita, e dico purtroppo perché, se ce ne ricordassimo, ne trarremmo un grande insegnamento: quello di saper lasciare andare le cose. Pensiamoci un momento: nascendo abbandoniamo per sempre l'utero materno, usciamo dall'acqua del sacco amniotico per tirare il primo fiato, e infine veniamo staccati dal cordone ombelicale, separandoci definitivamente dalla placenta. Tutto questo ci succede senza avere la minima idea di dove stiamo andando. Eppure è così che cominciamo la vita, è così che cominciamo ad attaccarci alle persone e alle cose. Nell'infanzia questo attaccamento è proprio funzionale alla crescita, è importante per stabilire una relazione con i genitori e il mondo, ma poi ci troviamo gusto e passiamo la vita ad accumulare, a creare legami non solo affettivi, anche materiali. Prima di volerlo ci ritroviamo però anziani, con una casa troppo grande, con scale troppo impegnative e giardini troppo esigenti. E allora comincia la fatica di lasciar andare qualche cosa. La patente di guida, per esempio: saranno tutti quelli attorno a noi a capire il momento giusto, ma noi non saremo mai d'accordo, ci sentiremo sempre ancora capaci. Così porteremo avanti un declino sofferto per tutti. In verità poi, una volta tolta la macchina, scopriremo un'altra mobilità, diversa, ma non senza senso, di certo percorribile. E così avanti, ma siccome non ci è rimasta memoria del parto, di quella grande lezione persa nell'oblio, «lasciar andare» diventa un processo che dobbiamo imparare, iniziando dalla consapevolezza che niente dura per sempre. Più facile da dire che da fare. E allora? Non ho risposte né ricette, semplicemente mi sono fatta qualche pensiero che forse mi aiuterà ad affrontare questa fase della vita. Ho cominciato, per esempio, anziché pensare al possesso o alla proprietà, pensare all'accompagnamento. Gli affetti non si possono comunque possedere, cerco quindi di viverli nel presente, le cose (casa, terreno, giardino, vigna...) mi immagino di accompagnarle prendendomene cura per un pezzo della mia vita, come in una staffetta, poi qualcun altro si prenderà il piacere di accompagnarle e riconsegnarle a sua volta. Non è an-



cora un lasciar andare, ma si avvicina già all'idea di impermanenza, senza togliere significato all'impegno che metto in quello che faccio; è almeno un inizio, mi dico! Nel «lasciar andare» ci sono i ricordi che possono giocarci contro. Ma i ricordi dovrebbero essere leggeri non ancorarci maggiormente al passato. Dovrebbero regalarci consapevolezza di aver avuto e fatto, e permetterci così di trovare un sano equilibrio nel presente, abbandonando quello sguardo sempre inquieto e in bilico tra il passato e il futuro. Ecco lasciar andare le cose, e allenarsi in tempo all'idea, forse significherà anche vivere il presente con apertura e consapevolezza. Riuscire malgrado tutti i limiti concreti a raggiungere finalmente un senso profondo di leggerezza e libertà. Che sia questa la saggezza?

Serena Bonetti

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



L'alternanza sonno-veglia e il ciclo delle stagioni sono delle efficaci metafore per descrivere il nostro cammino terreno. Rapito dal mondo dei desideri, a volte mi capita di pensare che la morte possa in qualche modo assomigliare al momento in cui stanchi e soddisfatti – o anche solo stanchi – della giornata, non riusciamo più a tenere gli occhi aperti e ci addormentiamo. Intanto però le stagioni si susseguono e in termini statistici le aspettative di vita, almeno qui da noi, superano abbondantemente gli ottant'anni. Quale migliore metafora, dunque, del ciclo delle stagioni per descrivere il percorso che mediamente spetta a ognuno di noi? Osservando la natura notiamo che una volta passato il solstizio invernale, e dopo un periodo più o meno lungo di gelo, i prati rinverdono e spuntano le prime gemme sui rami delle piante. Il periodo dell'anno tra fine inverno e primavera lo potremmo quindi far coincidere con la nostra nascita. Poi il prosieguo della primavera, con la sua esplosione di luce, con la giovinezza; l'estate, con il suo carico straordinario di energia, con l'età adulta; l'autunno, con i suoi colori caldi, con un'età adulta più matura; l'inverno, con la sua mistica sobrietà, con la vecchiaia. Si tratta ovviamente di una suddivisione arbitraria delle nostre età che qualcuno potrà contestare; e l'immagine si presta inoltre a una visione esistenziale un po' edulcorata o infantile. Rimane il fatto che nell'immaginario collettivo i periodi dell'anno sono spesso messi in relazione alle stagioni della vita, a iniziare naturalmente dalla primavera, che nel termine “prima” indica già qualcosa che precede una successione di altre cose. Ma veniamo brevemente a un'analisi più realistica di questa metafora. Non sempre infatti le stagioni della vita, come del resto anche quelle di un anno solare, procedono come ci si attenderebbe. E ciò può a volte incidere sull'ulteriore andamento delle nostre vite. Capita così che qualcuno debba abbandonare precocemente il cammino, che qualcun altro proceda

con più sofferenza o fatica, che un altro ancora abbia forzato un po' il passo e si trovi, in piena estate, già nell'autunno inoltrato della propria vita. E l'elenco potrebbe continuare per pagine e pagine. Questi imprevisti provocano ovviamente grande sofferenza e sconcerto, ma la semplice osservazione dei fenomeni naturali e sociali intorno a noi può a volte venire in soccorso. Constatiamo infatti che anche l'autunno avanzato o l'inverno della vita – ossia l'età che molti lettori di questa rivista stanno attraversando – possa offrire dei momenti di soddisfazione o essere carico di significato al pari delle precedenti stagioni. In caso contrario, oltre al supporto proveniente da credenze varie, guardare indietro, all'esempio di chi con coraggio ci ha preceduto in questo cammino, e scrutare il rinnovarsi delle stagioni nelle giovani generazioni, può aiutare ad avere più fiducia in ciò che avverrà. Quanto all'immagine della morte suggerita dall'emblematico quanto misterioso passaggio dalla veglia al sonno, mi limito qui a osservare che addormentarsi bene spesso è preludio di un buon risveglio.

Achille Pola

S O M M A R I O	
Editoriale	
Lasciar andare	I
Argomenti	
Intorno alle stagioni della vita .	I
Al Punt	II
In banchèla	III
Curiosità	
L'ora che sorride	III
Via Mezzaro numero 2	IV
Vita dell'ATE.	IV
Contributo sociale 2022.	IV

ARGOMENTI

Al Punt

(sb) Siamo una società che invecchia, non lo dicono solo le statistiche, ma anche le numerose vicende quotidiane che raccogliamo per strada, nelle chiacchierate al caffè, negli incontri occasionali girando l'angolo. Quale famiglia non attraversa un periodo difficile e faticoso per la cura e l'attenzione a genitori anziani o a zii senza figli? Probabilmente bisogna vivere personalmente certe situazioni per capire l'importanza di strutture funzionali e adeguate, di personale preparato, non solo a sostenere gli anziani, ma anche a tranquillizzare e alleggerire i familiari che se ne stanno occupando, ad aiutarli a trovare risposte e soluzioni percorribili.

È proprio questo l'intento dell'associazione *Sostegno familiari curanti*, nata nel 2019. Lo dice il nome: l'aiuto è mirato anche a chi si prende cura del proprio anziano. L'Associazione offre un tassello in più dentro una già esistente rete di sostegno. E nato così "Al Punt", e già il nome è significativo: un ponte collega, avvicina, permette lo scambio, diventa punto d'incontro. Così un pomeriggio sono stata a vedere.

Al pianoterra di una villetta a Spineo, l'Associazione ha trovato casa. E quando dico "casa" lo dico con tutto lo strascico emotivo che questo comporta. In giardino mi accoglie, col suo sorriso contagiante, Doris Godenzi, vero motore di questo progetto. Un giardino curato, i fiori sui davanzali delle finestre, una rampa per render raggiungibile la strada e un bellissimo orto.



Saluto tre ospiti che stanno godendosi un sole oggi solo tiepido, dopo il lauto pranzo in compagnia. Li conosco e mi conoscono, così scambiamo due chiacchiere simpatiche. Poi Doris mi mostra l'orto: una panchina permette agli ospiti di sostare e guardare cosa sta crescendo, di dar qualche consiglio a chi magari sta lavorando. Un comodo passaggio rende praticabile il percorso attorno alle parti coltivate. Direttamente dal prato si entra nell'appartamento: una cucina ampia e funzionale, una camera per riposare con tre comode poltrone e il salotto. Qui altri tre ospiti stanno intrattenendosi. Qualcuno sta giocando a Macchiavelli con Katia Lardi (una delle operatrici), una signora, dopo essersi impegnata ad aiutare in cucina, sta ora rilassandosi guardando il libro di fotografie delle classi, un'altra si è appisolata sul divano. La "stüa" è accogliente, propone davvero l'atmosfera di casa. Intanto che torno in cucina a parlare un po' con Doris sento il salotto animarsi e le donne chiacchierare tra loro. Qui Maria Lardi, che insieme a Monica Marchioni (oggi non presente) completano il gruppo di operatrici, sta prepa-

rando tè, caffè e torta per la merenda. Doris e Maria mi raccontano un po' le attività che vengono svolte e subito capisco una cosa fondamentale, che in fondo è proprio la filosofia dell'associazione: non vi è nessuna esasperazione all'attività. Qui vengono proposte cose molto quotidiane, come la lettura ad alta voce del giornale, gradita da tutti, soprattutto da chi non vede più bene, o la preparazione insieme del pranzo, o una visita al cimitero o a qualche mostra interessante. Poi c'è chi ha estro artistico e ama occuparsi coi colori o con la forbice, chi ancora sferruzza volentieri, e allora collabora alla realizzazione di coperte colorate, davvero utili sulle poltrone durante il pisolo! Maria Lardi, col suo limpido sguardo azzurro, ci tiene a sottolineare che la loro struttura non è una concorrenza alla Casa anziani o allo Spitex, persegue altri obiettivi. *In fondo – mi dice – più si differenzia l'offerta, più si riesce nella sfida di aiutare gli anziani. Siamo semplicemente un tassello in più dentro una rete che già funziona. La nostra associazione offre un aiuto alle famiglie curanti, ma anche alla solitudine. Inoltre è un primo passo, sia per familiari che per utenti, nel percorso di lasciar andare le cose: cominciare ad accorgersi che anche fuori dalle proprie mura si può trovare una specie di "casa".* Accanto al gruppo professionale di Doris, Maria, Monica e Katia, ci sono

poi Marcella Raselli e Gianmarco Tuena che, a titolo di volontariato, si occupano di tutte le questioni amministrative e contabili, e ancora una decina di volontari attivi nell'accompagnamento. Gli ospiti hanno inoltre il trasporto, sia di andata che di ritorno, organizzato grazie alla collaborazione con l'ATE, che mette a disposizione gli autisti.

L'Associazione Al Punt si rivolge a persone non più indipendenti che vivono però ancora al loro domicilio grazie all'aiuto dei familiari e della Spitex, così come a persone ancora indipendenti, ma che vivono sole e soffrono di questa solitudine.

Chiacchierando non ci accorgiamo che il tempo passa: apparecchiamo per il caffè e la torta, tutti si riuniscono attorno al grande tavolo in cucina. Poco dopo arriva la macchina che riporterà ognuno al proprio domicilio. La giornata è passata in compagnia. E' come se questi ospiti fossero usciti di casa per andare dal vicino o dall'amico di lunga data a bere un caffè e fare un po' di badoz, per passare qualche ora insieme; è davvero questo almeno l'ambiente che si percepisce qui al Punt. Ed è col sorriso che tutti si salutano e dicono arrivederci!

Una proposta vincente, nata da un bisogno reale, sostenuta da diversi sponsor e germogliata dentro sensibilità preziose di persone generose. Per la Valposchiavo un fiore all'occhiello!

Le giornate di sostegno si svolgono dal martedì al venerdì, dalle 9.30 alle 16.00. Per informazione rivolgersi a Doris Godenzi 079 307 64 24.



Questa edizione
di ORIZZONTI
è stata sostenuta
finanziariamente da

**PRO
SENECTUTE**

PIÙ FORTI INSIEME

REPOWER
L'energia che ti serve.

ARGOMENTI

In banchèla

Sono seduta sulla panchina davanti alla casa che era dei miei nonni, chiudo gli occhi per un istante e ripenso alle estati trascorse alla Rasiga. Avevo il privilegio ogni anno di trascorrere i mesi estivi dall’ava e stavo molto bene con lei; aveva una pazienza infinita e un cuore buono, che le stampava in viso un sorriso per tutti. Penso di non averla mai vista arrabbiata e nemmeno preoccupata, o forse era molto brava a celare una certa preoccupazione nel doversi occupare di me. Non ero proprio una ragazzina tranquilla e mi piaceva andare *in sbrondula*. La panchina in legno è sempre allo stesso posto, la seduta è cambiata, ma i due grossi sassi squadrati che la sostengono sono ancora quelli di un tempo. Poco distante intravedo la fontana, ma l’acqua non scorre quest’estate a causa della siccità e non ci sono neanche più mucche da abbeverare...

La Rasiga in questi anni ha cambiato aspetto, ma il profumo è quello di un tempo. Mi ritornano in mente le persone, i rumori, le fragranze e soprattutto i giochi che si organizzavano ogni sera. L’ava con l’*amia* Lina, la Genia e l’Elvira si sedevano su questa panchina ogni sera e sferruzzando calze per tutti, chiacchieravano e condividevano sia le gioie che le preoccupazioni. Gli uomini me li ricordo in piedi, un po’ più in là, pipa o toscanello fra le dita, anche loro immersi nelle chiacchiere, a scambiarsi le notizie della giornata e noi bambini giocavamo e ci divertivamo tantissimo. Eravamo un bel gruppo e ogni sera facevamo un gioco diverso: *al cuc, ai disegh, ai quattro canton, ala bucia...* Poi il suono della campana della chiesetta di St. Antonio riportava tutti *in plazet*. Capitava di chiedere una propoga sull’orario, di solito concessa, ma al sopraggiungere del buio i giochi erano finiti. E così per tutte le sere delle mie vacanze.

Sono immersa nei miei ricordi e cerco di abbinare i nomi ai visi dei miei compagni di gioco. Vedo arrivare dalla *burca* un signore. Lo riconosco e lo invito a sedersi sulla *banchèla*. Gli racconto a che cosa stavo pensando e mi viene spontaneo chiedergli come trascorreva lui le estati quando era piccolo. Inizia il suo racconto e grazie ai particolari della sua descrizione riesco ad immaginare.

Al termine della seconda elementare era stato mandato a fare *al famei a munt*. I due contadini anziani che lo avevano ospitato lo facevano lavorare parecchio. Lei era gentile, ma con un carattere un pochino ruvido, mentre il marito era un uomo taciturno. Il ragazzino li avrebbe aiutati per tutta l’estate. Non avevano previsto neanche un letto per lui, e dormiva con una coperta nel fienile. Di giorno doveva pascolare le mucche e raccogliere la legna per il camino, usare la falce e aiutare i due anziani. Per fortuna era troppo piccolo per imparare a mungere, sennò avrebbe dovuto fare anche quel lavoro. A pranzo e a cena il menu era sempre lo stesso : un bel piatto di minestra di latte. Dopo cena doveva inginocchiarsi sulla sedia in cucina e, appoggiati i gomiti sul tavolo, recitare il rosario. Poi a dormire, perché alle prime luci dell’alba bisognava alzarsi e tutto ricominciava. Un giorno dopo l’altro aveva trascorso la sua estate senza incontrare la sua famiglia e neanche gli amici. Quando finalmente era tornato



a casa, la sua mamma si era messa le mani nei capelli da tanto era sciupato e sporco. Si ricorda che avevano dovuto buttare perfino i vestiti, perché era impossibile renderli puliti. L’anno seguente l’avevano mandato da un altro contadino, il quale era un po’ più accogliente e gentile. Aveva sistemato per lui un letto tra un sacco di grano e l’altro e dall’alpe rientravano ogni settimana per portare in paese il formaggio prodotto. Anche il cibo era

migliore, non solo minestra di latte ma anche minestra d’orzo. Durante il giorno doveva pascolare le mucche e la sera il contadino lo raggiungeva per la mungitura. Doveva poi aiutarlo con il latte e infine pulire la stalla. Si ricorda che alla sera era stanchissimo, forse era davvero troppo lavoro per un ragazzino di appena otto anni. Nelle giornate fresche, mentre curava le mucche, si inventava giochi divertenti accanto ai binari del treno. Aveva

imparato a tagliare i fili di rame, con cui componeva parole. Appoggiandole sul binario, quando passava il treno le schiacciava e si saldavano. La giornata era lunga e stare lontano da casa era davvero difficile. Non c’era scelta e nemmeno diritto di replica. Non ti veniva chiesto cosa avresti preferito fare durante l’estate o qual era il tuo desiderio: il tuo tempo era assegnato senza essere interpellato. A questo punto del suo racconto penso alle mie estati, alle giornate trascorse dall’ava, con i miei otto anni e con l’unico dilemma giornaliero di scelta che era con chi giocare e da chi andare a fare merenda. Forse perché ero una bambina, o forse perché ero lì in vacanza...di certo sono stata fortunata. Condivido questo pensiero con lui. Siamo sempre seduti sulla *banchèla* a scambiarci ricordi e sogni nel cassetto ancora lì, in attesa di essere vissuti... Ci viene spontaneo rapportarci ai ragazzi nati cinquant’anni dopo di noi. Con loro si deve discutere anche sulla scelta del gusto del gelato, se nella coppetta o nel cono, ed esiste anche l’opzione che se non hai voglia di gelato, puoi scegliere qualcos’altro. Ci alziamo dalla *banchèla* e ci incamminiamo verso Poschiavo. Gli mostro i luoghi dove giocavo e i nascondigli segreti, l’albero di ciliegie meta di incursioni notturne, dove c’era il lavatoio, la porta della *mason* e la finestra della mia camera. Ho dei ricordi davvero belli: i nonni, le amiche, i giochi, le belle esperienze vissute, le persone... Ci si incontrava e senza neppure scriversi un messaggio con il cellulare. Spensieratezza, un’altra realtà e non posso giudicare se era meglio prima oppure ora. Ogni tempo ha la sua storia, la sua bellezza e la sua magia.

Patrizia Stefanoni

CURIOSITÀ

L’ora che sorride



(s.b.) Non so quanto tempo ancora dureranno gli orologi da polso, intendo quelli “tradizionali” analogici, rotondi, ovali o rettangolari, col cinturino in pelle o plastica o metallo. Forse stanno per subire lo stesso destino dei libri, o dei dischi e rischiano di trasformarsi in una semplice applicazione sul telefonino. Intanto però le vetrine delle gioiellerie ancora mettono in mostra una bella scelta di orologi. Non tutti quelli esposti segnano comunque l’ora del momento, per lo più sono fermi, e tutti incidano

un’ora ben precisa, lo avete mai notato? Ebbene segnano le 10 e 10 minuti! Il motivo è presto detto: posizionando le lancette sulle dieci e dieci non si rischia di coprire il logo con la marca dell’orologio, e soprattutto si ferma il tempo sull’ora che sorride! Le lancette infatti in quella posizione ricordano una bocca che sorride e cercano dunque di catturare con un certo charme l’attenzione del cliente! Una tradizione curiosa che va avanti dagli anni 40.

Questa storia dell’ora che sorride mi ha fatto ricordare un’altra storia, scritta da *Tonino Guerra*, legata ad una sveglia: un testo breve e poetico che emoziona, una specie di storia per l’anima. Ve la propongo:

La sveglia
Un povero mercante arabo aveva da vendere soltanto una sveglia che teneva in mostra sopra un tappeto polveroso. Per diversi giorni si accorse che una vecchia si interessava alla sveglia. Era una beduina appartenente a una di quelle tribù che si muovono col vento. «La vuoi comprare?» le chiese un giorno. «Quanto costa?» «Poco. Ma non so se la vendo. Se scompare anche lei non ho più un lavoro». «E allora perché la tieni in mostra?» «Perché mi dà l'impressione di vivere. E tu perché la vuoi? Non vedi che mancano le lancette?» «Fa tic-tac?» chiese la vecchia. Il mercante caricò la sveglia che mandò un tic-tac sonoro e metallico. E la vecchia chiuse gli occhi e capì che nel buio della notte poteva sembrare un altro cuore accanto al suo.

CURIOSITÀ

Via Mezzaro numero 2

(sb) Non è mai facile lasciare andare le cose, soprattutto se sono intrecciate agli affetti e alle emozioni. Mi ci sono voluti anni per sentirmi pronta a prendere commiato dalla casa che era stata di mia nonna prima, di mia sorella poi. Quella casa, senza pretese di villa, ma con un giardino meraviglioso attorno, a due passi dal lago, dove da piccole tra cugine abbiamo giocato fino allo sfinimento, è sopravvissuta a chi l'ha abitata. Le sue mura ne hanno mantenuto però calda la memoria. Poi, un mattino d'aprile, sono arrivate le ruspe. Prima tuttavia, in una tiepida e solare giornata primaverile, c'è stato tempo per il saluto, un saluto che si è trasformato in volo di farfalla. Gli ultimi inquilini, una famiglia che in 10 anni ci aveva fatto nascere e crescere 4 figli, avevano fortunatamente trovato un altro appartamento e la casa con il suo giardino ormai era disabitata e un po' spenta. Al suo interno ancora qualche oggetto da portare via, o da eliminare, gli ultimi ricordi da imballare. Per questo gesto finale mi hanno aiutato le mie cugine. Il giardino per qualche ora è così tornato ad essere quello di quando eravamo piccole. Sì perché tra uno smontaggio e l'altro ci siamo regolate una pausa con picnic sull'erba, proprio come facevamo da piccole, con la coperta della nonna e le sue cose buone. Così è successo: diverse persone passando ci salutavano, ricordavano anche loro quel giardino nei suoi anni migliori. Facile da quel prato prendere contatto coi passanti, perché nessuna siepe ferma la vista: quel giardino si è sempre offerto generosamente allo sguardo degli altri. Perciò mi sono accorta di una signora che passava di lì per la terza volta in pochi minuti. Incontro il suo sguardo e lei allora prende coraggio: *viene abbattuta la casa?* mi chiede. *Sì - rispondo- stiamo vuotandola dalle ultime cose.* Esita ancora un attimo e poi chiede: *Scusi, ma sto cercando una maniglia per una mia vecchia porta, e nei negozi ne trovo solo di nuove, che nulla centrano con la mia porta. Non è che magari nella sua casa ne trovo una?* Senza esitare la invito ad entrare e insieme faccia-



mo il giro di tutti i locali, dalla cantina alla mansarda. Eccola la maniglia, riusciamo a smontarla e la signora è felice. Se ne va, ma torna poco dopo con una bottiglia di vino e le misure di una porta che vorrebbe sostituire. Ovviamente trova anche quella! Poco dopo un'altra signora, munita di secchiello e sarchietto, si ferma e chiede se può prendere qualche fiore: conosce bene quel giardino e le rincresce pensare che tutto finisca sotto le ruspe. Così i fiorellini azzurri vicino al muro se ne vanno in un altro pezzetto di terra, consegnati a chi saprà accudirli. Poi diventa quasi un gioco: nei giorni seguenti se ne vanno i lamponi e i pali di sostegno, le rose le prende la vicina, i rododendri e la camelia un'altra vicina. C'è un meraviglioso calicanto, troppo grande da estirpare e ripiantare, ma che davvero non riesco a veder morire. E' stato piantato ancora da mia nonna e ha continuato ad essere il profumo dei nostri Natali. Proviamo a farne delle talee, e in un sacchetto per sicurezza metto qualche seme rimasto sui rami. Ad un certo momento arriva anche l'ex inquilino, chiede se può prendere

lo stipite della porta di sala dove ancora si leggono tutte le tacche che marciano la crescita dei suoi 4 figli. Vorrebbe farne una lampada. Via anche quello. Ormai non c'è quasi più niente: il vecchio lavatoio in pietra lo abbiamo portato a Poschiavo, insieme ad una grossa pietra con scolpite le iniziali del nonno MB e una data, 1932, anno della costruzione della casa. Quel via vai di persone gentili, venute a prendere un pezzetto della casa o del giardino mi ha fatto sorridere. Improvvisamente ho pensato ai soffioni, a tutti quei semini che un soffio di vento disperde perché vadano a nascere altrove. Ecco: quella casa tanto cara

non spariva del tutto, si spalmava un po' tra vicini e altri sconosciuti, donando pezzetti utili che avrebbero trovato nuova vita. Era come un volo di farfalla che prende, ma per impollinare e portare avanti la vita. L'ultimo giro tra le stanze vuote ha riservato un'ultima sorpresa. In un angolo, dove il pavimento finiva e cominciava la scala, è apparso ancora il vecchio pavimento in graniglia. Ormai tutto l'appartamento era stato ricoperto con del cotto, ma in quell'angolo ancora era visibile il pavimento della nonna! Improvvisamente il ricordo si fa nitido: era fresco d'estate e freddo d'inverno, ma quanto giocare su quella graniglia dai colori pastello. Ho preso un martello e con non poca fatica ho martellato fino a romperne un pezzetto per portarmelo a casa. Qualche settimana più tardi sono entrata nel piccolo atelier di uno che i gioielli li fa con il cuore. Gli ho chiesto se mi avrebbe fatto un anello con quel pezzetto di pavimento, e gli ho raccontato la storia. Si è commosso e l'anello me l'ha fatto con la stessa mia emozione. E questo è stato l'ultimo seme, prima delle ruspe.

CURIOSITÀ

Premio Grande Cuore

In concomitanza con la campagna Alzheimer Svizzera, l'organizzazione ha voluto premiare la nostra associazione "Animazione Terza Età" (ATE) con il premio

GRANDE CUORE

di Alzheimer Grigioni. Un cospicuo contributo finanziario che andrà a sostenere le spese vive del nostro operato. Oggi, il nostro sodalizio, fondato nel 1993, dopo quasi un trentennio, conta più di 100 volontari che operano e dedicano parte del loro tempo libero nelle strutture di Casa anziani e Ospedale San Sisto, come pure nelle sedi esterne di San Carlo, Poschiavo, Cologna, Prada, Le Prese e Brusio. La primavera scorsa il comitato ATE ha avuto un compito non facile a far ripartire le diverse attività, bloccate dalla pandemia. Con soddisfazione abbiamo pure aperto una nuova sede nel Centro Parrocchiale di Poschiavo, con la speranza che tutte le sedi pos-

sano proseguire le rispettive attività il prossimo autunno/inverno e in primavera 2023. La motivazione dei volontari è alta e siamo pronti ad offrire anche in futuro il nostro modesto aiuto ai nostri cari anziani e a collaborare con il personale della Casa Anziani e dell'Ospedale San Sisto. *Là dove c'è volontariato, c'è umanità e speranza.* Già da anni siamo alla ricerca di nuovi Volontari per rinforzare e ampliare il nostro operato. Non vuoi pensarci anche tu? Siamo coscienti di non dire niente di nuovo, ma ricordiamoci che con un po' di fortuna tutti diventeremo anziani !! A nome dell'ATE rinnovo i ringraziamenti all'organizzazione "Alzheimer", agli apprezzati volontari, alla Associazione familiari curanti "al Punt", ai redattori del giornale "Orizzonti" e ai membri del comitato.

Il presidente:
Giorgio Pola

CONTRIBUTO SOCIALE 2022

Cari sostenitori,
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 vecchiaia e i volontari cercano di fare del loro meglio perché questo avvenga. Come per tutte le società, anche per l'ATE l'aspetto finanziario è fondamentale onde 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 Crameri (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

