



CULTURA
**Un giallo nato
durante la pandemia**

DOSSIER
**Il piacere di aiutare
e un modo autentico
di conoscere**

AMBIENTE
Il tempo

Impressum

Dietro al Colle – N. 24 – 04.2021
Periodico del Comune di Coldrerio

Redazione
Gabriella Da Rin

Hanno collaborato a questo numero
Assemblea Genitori Coldrerio
Stefano Bianchi
Ivan Camponovo
Cinzia Cereghetti
Giada Crivelli
Linda Locatelli
Sergio Riva
Gabriella e Giuseppe Solcà
Mara Travella

Si ringrazia
Pierantonio Bianchi
Nicola Riva

Foto di copertina
Sergio Riva

Grafica
MadBall.ch Sagl
Via Cantonale 22
CH - 6917 Barbengo

Stampa
TipoOffset Chiassese
Via Bressanella
CH - 6828 Balerna

www.coldrerio.ch



INDICE ■

Indice

EDITORIALE	• Noi giovani di oggi	Pag. 5
CULTURA	• Un giallo nato durante la pandemia	Pag. 6
DOSSIER	• Il piacere di aiutare e un modo autentico di conoscere	Pag. 8
STORIA	• Una chiesa che ha cambiato tre volte il nome (San Giorgio - San Gregorio - Sant'Apollonia)	Pag. 15
ENERGIA E AMBIENTE	• Ambiente: Il tempo • Energia: Isolare, non solo pitturare!	Pag. 20 Pag. 24
IL PERSONAGGIO	• «La letteratura è mentire bene la verità»	Pag. 26
LE RICETTE	• Polpette di tonno e ricotta	Pag. 32
PASSATEMPO	• È arrivata la Primavera!	Pag. 34



AGENDA: causa Covid-19 nessun evento può attualmente essere pianificato.

"Diritto di voto alle donne, prima votazione femminile"

© Liliana Holländer
1970



EDITORIALE

Noi giovani di oggi

EDITORIALE ■

Per questa edizione di *Dietro al colle* mi è stato chiesto di esporre una mia riflessione, in quanto Presidente del Consiglio Comunale di Coldrerio.

Noi giovani di oggi, siamo nate e nati in una generazione in cui molte lotte per i diritti delle donne non sono solo già alle nostre spalle, ma sono già divenute parte integrante dell'immaginario collettivo.

Ricordo, per esempio, il mio grande stupore, nello scoprire, durante una lezione di storia alle scuole medie, che il diritto di voto alle donne in Svizzera arrivò solo nel 1971. Non potevo nemmeno concepire che in Svizzera ci potesse essere

stato davvero un tempo in cui la donna non aveva la possibilità di votare.

All'età di ventisei anni ho avuto l'onore di essere stata eletta presidente del Consiglio Comunale di Coldrerio. Alla mia stessa età, le mie amate nonne non avrebbero mai potuto essere nella mia stessa posizione. La legge non lo permetteva. A questo riguardo mi dico che è una gran fortuna essere nata nel 1994. Poi ci ripenso e mi dico che no, non è né fortuna né un caso! L'eleggibilità delle donne è stato il frutto di lotte politiche durate decenni. Quest'anno sono passati esattamente cinquant'anni, ed è nostra responsabilità non dare per

scontate queste battaglie. Mi viene in mente un altro aneddoto, capitato pure da adolescente. Una amica di scuola mi disse che sua madre lavorava in fabbrica e che guadagnava meno dello stesso lavoro fatto dai colleghi uomini. Penso di nuovo a quanto assurdo mi sembrava all'epoca questo fatto e quanto assurdo è pensare che ancora oggi il tema sia sempre tristemente attuale.

In quanto donne i temi per cui dobbiamo ancora lottare sono tanti. La parità salariale, la lotta agli stereotipi ed alle discriminazioni di genere, sono solo alcuni degli argomenti forti per cui oggi c'è bisogno di essere femministe; oggi più che mai! Per poterlo fare, abbiamo bisogno però di coinvolgere ed informare tutti, inclusa la generazione più giovane.

Giada Crivelli
Presidente del Consiglio Comunale

Un giallo nato durante la pandemia

Le piace molto sognare e viaggiare, così, nel mezzo della pandemia, ha deciso di muoversi virtualmente, con la fantasia, e ha scritto il suo primo romanzo, un giallo ad introspezione psicologica "Ombre dal passato".

L'autrice è una nostra concittadina, Cinzia Cereghetti, che vorrebbe tanto far conoscere il suo libro e condividere con tutti noi, il suo racconto. A Cinzia piace molto scrivere, lo trova veramente terapeutico, consentendole di manifestare le sue emozioni con serenità. Ci ha rivelato che sta già iniziando a lavorare al suo secondo romanzo. "Ombre

dal passato" è un romanzo, dove anche i personaggi secondari hanno una notevole importanza per la risoluzione di un giallo molto complesso. I personaggi, relazionati tra loro, hanno un passato ben definito e molto singolare, che si insinua nel presente, obbligando a delle scelte al di là dell'immaginabile. Il libro è indicato a tutti ed è una sorta di autoanalisi con tanti spunti su cui riflettere.

"Che cosa – o chi – induce la giovane e graziosa Kelly a chiedere aiuto ad un esperto di psicoterapia per superare un momento particolare della sua vita? Bella, intelligente e con una condotta irrepren-

sibile, si trova a fare i conti con il suo turbolento passato tornato ad impossessarsi prepotentemente della sua vita, facendole fare delle scelte inquietanti. Chi è il ricco e affascinante dottor Smith che con il suo accattivante sorriso riesce a catturare l'interesse di molte donne? ..."

Leggendo questo curioso romanzo, che potete acquistare presso la Fontana edizioni di Pregassona, nelle librerie o direttamente dalla scrittrice, scoprirete la conclusione di questa intrigante storia.

cinzia.cereghetti67@gmail.com



L'autrice del giallo edito da Fontanaedizioni, Cinzia Cereghetti



Il piacere di aiutare e un modo autentico di conoscere

Villaggi etnici in Myanmar
(ex-Birmania)



Alcuni amici di Coldrerio, nell'anno 2008, quando il Myanmar (Ex Birmania) soffriva parecchio, sia per la gestione militare del paese, ma anche per la catastrofe naturale dovuta al ciclone Nargis, che generò oltre 130'000 decessi, si sono detti se non fosse il caso di attivarsi, per aiutare questa sfortunata popolazione.

Dopo un primo viaggio orientativo, con notevoli difficoltà burocratiche

per accedere alla zona del Delta del Mekong, la più colpita dal ciclone, si sono resi conto della criticità della situazione in cui viveva questo popolo, che malgrado le avversità, è caratterizzato da una gentilezza ed ospitalità fuori dal comune.

Per poter finanziare gli interventi previsti e reperire i fondi necessari, hanno fatto capo ad aiuti di diversi amici ed organizzato cene tipiche. La priorità è



Cerimonia di consegna di una donazione

stata data alla ristrutturazione di scuole, ma hanno anche realizzato un ponte, finanziato alcuni interventi medici, ed aiutato persone particolarmente disagiate.

Lo svolgimento dell'attività di volontariato non ha comunque impedito loro di visitare questa splendida regione, ricca di storia e contraddistinta da un popolo sempre pronto ad accogliere, senza mai pretendere nulla in cambio. I ricordi indimenticabili sono innumerevoli, uno dei quali, che merita di essere condiviso, è stato l'invito ad un matrimonio durato un'intera giornata.

Il villaggio dove ebbe luogo la cerimonia era di etnia Lisu, di fede Cristiana. La festa non fu molto diversa dalle nostre: una piccola cerimonia religiosa diretta dal Parroco della regione (un sacerdote collega del "nostro" Don Domenico), con danze, balli e un pasto con parenti e amici. Scioccante

fu scoprire l'età degli sposi; il novello sposo aveva quindici anni e la futura moglie ne aveva solo tredici! Chiaramente la festa non si svolse in un bel ristorante: i pasti vennero cucinati sul fuoco, la carne avvolta nelle foglie di banano, messa a cuocere in solchi scavati nel terreno e ripieni di carbone ardente. Tutto il villaggio contribuì alla preparazione dell'evento.

Anche il gruppo di Coldrerio partecipò attivamente ai festeggiamenti,



Mercato di Mogok

cantando canzoni popolari e intrattenendo, con un improvvisato linguaggio dei segni, conversazioni con gli invitati. Chiunque poteva recarsi alla festa e mangiare ciò che c'era, senza orari, pressioni, il tutto contraddistinto da un'atmosfera rilassante e invidiabile.

I luoghi di Myanmar che meritano una visita sono diversi; dalle mete classiche, come Yangon, Lago Inle, Mandalay e Bagan, alle mete secondarie, come Bago, Moulmien, Kengtung, Loikaw e Dawei e a quelle decisamente scomode da raggiungere, ma straordinariamente suggestive, come Mogok, Putao e la zona dell'Araka, confinante con il Bangladesh.

Una zona particolarmente interessante è la valle dei rubini, con la città di riferimento Mogok, zona spesso chiusa al turismo. In questo angolo di Myanmar, la popolazione è quasi totalmente impegnata nell'estrazione di rubini e di



Gita con bambini sordomuti

zaffiri, con metodi di lavoro piuttosto arcaici e con misure di sicurezza praticamente inesistenti. A Mogok è famoso il mercato dei rubini che si tiene giornalmente e dove solo le donne possono vendere le pietre.

Nel gennaio del 2015 il gruppo partì per Putao, una cittadina situata nello Stato del Kachin, nel Nord del Paese, che si trova ai piedi della catena dell'Himalaya, luogo remoto, confinante con India, Tibet e Cina (per gli amanti della botanica, la regione è famosa per la presenza di una rarissima orchidea nera).

La meta era raggiungibile solo grazie ad un volo settimanale, mentre l'accesso via terra era precluso agli stranieri. Non erano in possesso di molte informazioni sulla regione, infatti, il viaggio non iniziò nel migliore dei modi... In aeroporto vennero a sapere che per poter visitare la zona, era



Cerimonia di consegna di una donazione



Scambio ricette: risotto ai funghi

necessario un permesso speciale, che purtroppo non avevano. Grazie alla proverbiale gentilezza birmana e al loro ingegno, riuscirono ad ottenere il nulla osta dalle autorità, per visitare la regione, senza il quale avrebbero dovuto attendere il volo settimanale successivo.

A Putao la popolazione vive di ciò che produce e caccia, classica economia di sussistenza. Uno stile di vita, probabilmente paragonabile a quello dei nostri avi. Ogni villaggio visitato fu una sorpresa, uno spaccato di vita che ha permesso loro di immaginare la dura vita vissuta dai nostri bis bis nonni.



Operazione chirurgica ad un bambino



Lo Stato dello Kachin sembra sospeso nel tempo, difficile da spiegare le emozioni vissute. I bicchieri e le stoviglie sono costruiti con canna di bambù e i recipienti sono realizzati, essiccando le bucce di zucca.

I cacciatori utilizzano arco, freccia e trappole rudimentali, i più fortunati possono procacciarsi il cibo con il classico "müschet dal nonu" (probabilmente armi lasciate dagli inglesi durante i primi del '900).

Malgrado la povertà e la mancanza generale di libertà, il popolo birmano è sempre molto cordiale, sorridente ed immensamente ospitale. Con le splendide foto e l'interessante racconto, Sergio Riva, Stefano Bianchi, Pierantonio Bianchi, Giusy e Frank, **ci hanno regalato la possibilità di evadere per un istante da una realtà difficile che ci costringe a casa, e di SOGNARE...**



Preparazione
matrimonio

Una chiesa che ha cambiato tre volte il nome (San Giorgio - San Gregorio - Sant'Apollonia)

Sono da poco terminati i lavori di restauro della prima chiesa di Coldrerio, documentata fin dal 1275 e ricostruita a partire dal 1667. Alcune notizie relative a questo edificio sacro sono già state proposte in articoli pubblicati nei numeri 6 e 7 della rivista "Dietro al colle" nel 2013 e in particolare:

- Informazioni relative alla più antica documentazione, all'ubicazione e alla dedicazione;
- Ricostruzione e consacrazione della stessa negli anni 1667/1669;
- Descrizione dell'edificio sacro.

Nella seconda metà del Cinquecento la vecchia chiesa era fatiscente e minacciava rovina. A più riprese i vescovi di Como avevano sollecitato gli uomini di Coldrerio a provvedere. Si decise allora di costruire una nuova chiesa più ampia, in una zona vicina all'abitato, dopo che nel 1572/1573 il Cavaliere Giulio della Croce aveva messo a disposizione un terreno a tale scopo. I lavori di costruzione (iniziati nel 1577) si protassero a lungo per mancanza di mezzi finanziari. Al momento dell'erezione della parrocchia di Coldrerio e Villa, nel 1593, la

nuova chiesa, dedicata a San Giorgio, non era ancora terminata ma era già agibile.

Nel 1667 l'architetto Giacomo Beccaria di Villa, operante a Roma, sollecitato a porre mano al restauro della prima chiesa, visto lo stato di precarietà della stessa, ritenne opportuno demolirla e ricostruirla sullo stesso fondo, ma invertendone l'orientamento. Dopo aver progettato e diretto i lavori, approfondendo mezzi finanziari, coraggio e forza fisica, al momento della consacrazione

(1669) chiese e ottenne di intitolarla al **papa San Gregorio Magno**, invocato a Roma come protettore degli architetti. Il patrono San Gregorio è effigiato nell'affresco che sovrasta l'altare maggiore, ai piedi della Vergine e accanto al vescovo Sant'Abbondio e ai Santi Vincenzo Ferreri e Giacomo. Una ulteriore conferma della nuova denominazione della chiesa è data da un'iscrizione su un quadro ad olio (di proprietà della chiesa della Natività) con il ritratto di Giacomo Beccaria: "*Giacomo Beccaria .. architetto e fondatore dell'Oratorio di San Gregorio*".

Attualmente l'edificio sacro viene comunemente chiamato "chiesa di **Santa Apollonia**", anche se questa non è l'intitolazione ufficiale. L'attuale denominazione è sicuramente da mettere in relazione con l'arrivo a Coldrerio della reliquia della martire di Alessandria d'Egitto (invocata contro il mal di denti, a motivo della tortura subita).

Dopo il **1736** uno dei mastri di Coldrerio emigrati a Roma (di cui non si conosce il nome) entrò in possesso di una **reliquia di Santa Apollonia**, munita di un documento di autenticazione steso da Mons. Matranga, arcivescovo di Acri. La fece riporre in una teca d'argento e la portò nel suo villaggio natale per farne dono alla chiesa. Nel **1742** la Curia di Como autorizzò l'introduzione a Coldrerio del culto a Santa Apollonia, che la Chiesa commemora il 9 febbraio. È verosimilmente a partire da allora che si pensò di organizzare anche da noi una sagra invernale sul modello di altre che si tengono annualmente nel Mendrisiotto. Nel periodo in cui gli emigranti stagionali stavano a casa, si approfittava delle ricorrenze religiose per affiancarle con una "fiera" con l'apertura di mescite e l'organizzazione di giochi e intrattenimenti vari (purtroppo sovente accompagnati ... da risse e disordini).



Altare

Della "*fiera di Santa Apollonia*" si ha traccia nei verbali del Municipio e delle Assemblee Comunali almeno dal 1823. Si può concludere che sia stata la "festa civile" a influenzare, nel linguaggio popolare, l'odierna denominazione della chiesa.

Nel **1855** fu acquistata a Como, dallo scultore Valente Bianchi, la statua lignea di Santa Apollonia. Venne riposta in una nicchia laterale del presbitero e in occasione della sua festa è esposta alla venerazione dei fedeli.

- **1858** (4 febbraio) – Da un verbale del Municipio: "*... Visto come il giorno 9 ricorre la fiera di S. Apollonia solita a tenersi nel luogo vicino all'Oratorio di S. Gregorio*". È una conferma della denominazione dell'edificio sacro dopo la sua ricostruzione.

Sicuramente fu l'introduzione a Coldrerio del culto alla Santa e so-

prattutto la rinomanza che aveva nella regione la relativa sagra che si cominciò a parlare, nel linguaggio corrente, di "**chiesa di Santa Apollonia**", finendo per abbandonare la precedente denominazione di San Gregorio.

Per ricordare la ricostruzione della prima chiesa, con relativa successiva dedizione al grande papa, sarebbe auspicabile fare riferimento a entrambi i Santi e, almeno nei documenti ufficiali, adottare per il sacro edificio la denominazione "**chiesa dei Santi Gregorio e Apollonia**".

Per concludere ecco due curiose citazioni di carattere linguistico-dialettale legate, a Coldrerio, a Santa Apollonia:

- Negli anni di fine Ottocento - inizio Novecento nella nostra regione nel periodo invernale si susseguivano varie sagre: Santa Lucia, a San Pietro

di Stabio il 13 dicembre – Sant’Antonio abate, a Genestrerio il 17 gennaio – il Beato Manfredo Settàla, a Riva San Vitale il 27 gennaio – Sant’Agata, a Tremona il 5 febbraio – Santa Apollonia, a Coldrerio il 9 febbraio. Queste ricorrenze offrivano occasioni propizie di incontro tra ragazze e giovanotti (molti dei quali erano emigranti periodici, che in inverno stavano temporaneamente a casa). Talvolta avevano un seguito felice.

A tale riguardo, si ricordano i detti seguenti:

- “*Santa Lüzia di bei ugiun*” – “*Sant’Antoni di bunbun*” – “**Santa Pulonia di magun**”. Si andava a San Pietro di Stabio per incontrare un pretendente; poi a Genestrerio per la prima uscita con lo spasimante che comperava un dolcetto per la ragazza prescelta; a Coldrerio c’erano poi la commozione e le lacrime per la separazione imminente degli amorosi,

dovuta alla partenza di lui per il luogo di lavoro stagionale.

- “*In duè vii tusan?*” e queste rispondevano contente e baldanzose: “*A Santa Lüzia!*”. Per la prima sagra stagionale di Santa Lucia, protettrice degli occhi, le giovanette si guardavano attorno sperando di attirare l’attenzione di un potenziale corteggiatore. “*In duè vii tusan?*” - “*A Sant’Antoni*”. Il tono della risposta era serio perché era passato più di un mese dalla precedente festività e, se non era sbocciato nessun idillio, non si poteva essere soddisfatte. “*In duè vii tusan?*” La brusca risposta “*A Santa Pulonia*” suonava alquanto triste o addirittura stizzita. Era l’ultima sagra e non ne restavano altre per incontrare un pretendente, prima che riprendesse la via dell’emigrazione. Si sarebbe dovuto attendere fino all’inverno successivo per sperare in nuovi incontri.

• A Coldrerio, “**Santa Apollonia**” è indissolubilmente legata al concetto di “morte”. La coincidenza è da ricercare nella vicinanza tra la chiesa dove si venera la Santa e il camposanto, costruito su un appezzamento confinante dopo una lunga serie di rinvii e di progetti bocciati. In Ticino nel 1834 si era imposto l’obbligo a tutti i comuni di dotarsi di un cimitero entro un anno dalla emanazione del decreto, ma il Gran Consiglio e il Consiglio di Stato dovettero accordare parecchie proroghe agli inadempienti. Coldrerio fu tra i comuni che ricevettero ripetuti richiami e ingiunzioni per la mancata realizzazione del camposanto nei termini stabiliti, aver accampato pretesti, proposto soluzioni poi scartate, chiesto dilazioni, Solo dopo che le autorità cantonali ebbero minacciato di intervenire drasticamente sia per la scelta del luogo sia per l’appalto e l’esecuzione dell’opera, finalmen-

te nel 1856 l’Assemblea comunale decise di crearlo accanto alla chiesa dove erano venerate la reliquia e la statua di Santa Apollonia.

Da qui sono scaturite varie espressioni: “*nà a Santa Pulonia*” – “*l’è ura da nà a Santa Pulonia*” – “*u bel e visct che devi nà a Santa Pulonia*” – “*l’è mei a nà a Santa Pulonia che ai vegioni*” – “*gh’è là la Santa Pulonia a speciam*” – “*rescta dumà da nà a Santa Pulonia in sema ai sciguett*” ... per designare l’ultima destinazione terrena che aspetta, volenti o nolenti, noi abitanti di Coldrerio.

Gabriella e Giuseppe Solcà

Il tempo

Tempus fugit, il tempo che fugge. Nasciamo, cresciamo, diventiamo adulti e poi anziani. E un giorno, presto o tardi, il tempo che ci è concesso finirà. Cosa c'è (o non c'è) oltre questo ultimo stadio nessuno lo può conoscere. Di certo sappiamo solo che abbiamo un tempo terreno da vivere e, mentre questo passa inesorabile, nessuno lo può fermare.

Durante tutta la vita la nostra esistenza è centrata fondamentalmente nella perenne e spesso illusoria ricerca di fuggire dalla sofferenza con il principale scopo di raggiungere la totale felicità. La felicità non è un traguardo che arriva automaticamente, ma rappresenta il frutto di una costante ricerca interiore che dura tutta la

vita. Mattiheu Richard, monaco buddista, affermava che *“Vorremmo che il mondo ci consentisse di realizzare incondizionatamente le nostre aspirazioni ma, visto che così non è, siamo in preda alla sofferenza. La nostra ricerca della felicità è più spesso fondata sulle illusioni che sulla realtà; è inutile cercare di modellare il mondo conformandolo ai nostri capricci: è la mente che dobbiamo trasformare”*. Solo avere il coraggio di cambiare i nostri schemi mentali rappresenta la soluzione di come investire al meglio il nostro tempo per raggiungere il più possibile la pace interiore.

Ma il nostro tempo è composto anche da azioni. Penso che molte persone, arrivate all'età anziana, gettano uno

sguardo al tempo trascorso, chiedendosi cos'hanno fatto concretamente in tutti questi anni per regalare felicità a se stessi e ad altre persone. Oppure cosa si è costruito, o i sogni che non si è mai riusciti a realizzare. E qui possono subentrare i rimpianti con i quali tutti noi, chi più chi meno, saremo confrontati quando sentiremo che il nostro tempo starà per scadere. Ed è forse la spinta di questa consapevolezza che la nostra società, oltre alla massacrante corsa all'aumento della produttività materiale, cerca di impiegare il proprio tempo nel modo più intenso possibile. E non lo facciamo solo noi adulti, ma spingiamo anche i bambini a farlo: corsi dopo scuola, intensi allenamenti sportivi, lezioni di musica e chi più ne ha più ne metta. Dimenticandoci che il bambino, spesso, ama far passare il proprio tempo dedicandosi a quei giochi che più ama, da svolgere con oggetti “poveri”, magari intercalando anche un po' di

sano ozio. Ognuno di noi è padrone della propria vita, ognuno di noi ha il diritto di essere libero di come spendere il tempo che ci è concesso. Nella nostra società moderna siamo spesso confrontati con dei ritmi frenetici dove non c'è solo il lavoro, che ci permette di vivere e concederci un'esistenza dignitosa, ma una moltitudine di attività collaterali che riempiono la nostra esistenza in maniera impressionante.

Non abbiamo più tempo per fermarci a ritrovare un po' di riposo fisico e mentale, a dedicarci ogni tanto all'“arte dell'ozio”. Perché c'è la convinzione che chi si ferma non produce abbastanza, non si realizza, non si nutre di sufficienti stimoli ed emozioni spesso puramente materiali. Ci concediamo dei momenti rigeneranti, sovente rappresentati dai centri benessere o dalle meritate vacanze, dove voliamo verso mete lontane per

passare intere giornate sdraiati su un lettino da spiaggia che funge da caricabatterie. Ma, finite queste pause, rimettiamo le scarpe da corsa e ritorniamo in gara contro quel tempo che troppo spesso non abbiamo più a disposizione per noi stessi e per gli altri. A questo punto, qualche lettore si può lecitamente chiedere: ma come faccio a ritornare “amico” del mio tempo, a riconoscerlo e frenare almeno un po'

questa folle corsa? Magari provando a riscoprire i luoghi che rappresentano le origini, dove l'umanità è nata e per millenni si è adattata al ritmo del tempo che scorre in modo naturale. Ovviamente non serve ritornare a vivere nelle caverne, con arco, frecce e clava. Per alcuni, potrebbe bastare ritagliarsi un po' di tempo ogni tanto, indossare un paio di scarpe adatte, uscire di casa e recarsi nel bosco. Il

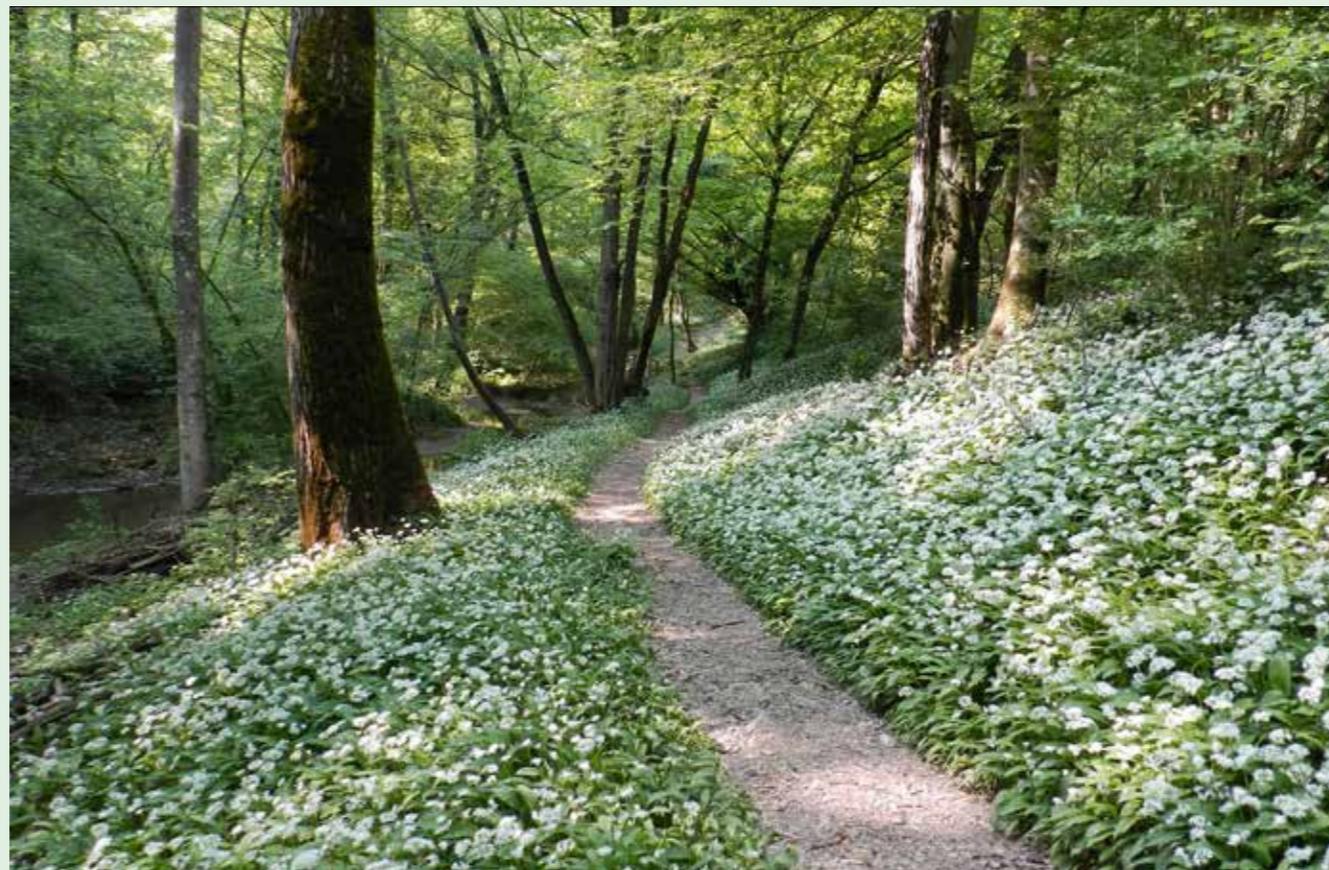


Fotografia: Ivan Camponovo

Mendrisiotto, benché urbanizzato, è fortunatamente ancora ricco di ambienti naturali dove potersi immergere e trovare serenità per corpo e mente. Perché non percorrere il primo sentiero che incontrate e poi, con prudenza, abbandonarlo per inoltrarvi nella boscaglia e sedervi su di un tronco in assoluta solitudine? Vi trovereste in un ambiente dove il tempo è scandito solo dai ritmi primordiali della natura, in uno spazio dove sostanzialmente non è cambiato nulla in migliaia di anni trascorsi assaporando l'assenza dei rumori artificiali, come quelli generati dal traffico, per concentrarvi sui suoni della natura. Per esempio il vento tra le foglie, lo scorrere lento dell'acqua del torrente, il canto degli uccelli. Quello che udirete in quel momento sono gli stessi suoni che si ascoltavano migliaia di anni fa. Pensate che tutti gli esseri viventi vegetali o animali che avete intorno a voi, seguono lo stesso ritmo scandito

della natura dagli albori della vita sulla terra e hanno la stessa aspettativa di vita che i loro simili avevano centinaia di anni fa. Gli esseri viventi che popolano questi ambienti non conoscono gli straordinari sviluppi, in negativo e in positivo, che ha vissuto l'uomo in quest'ultimo secolo.

Non sono stati minimamente coinvolti dal fenomeno Covid 19, dallo sviluppo tecnologico, non conoscono le regole sociali o gli schemi mentali umani. Il loro tempo è dato unicamente dallo scandire delle stagioni; in autunno alcuni animali emigrano o vanno in letargo, gli alberi si spogliano, e chi rimane si adatta al periodo invernale. Poi arriva la primavera con il suo risveglio seguito dalla generosa estate. Ecco che all'interno di questo contesto naturale possiamo imparare a conoscere un concetto di tempo completamente diverso dove, fermandoci e liberando la mente, po-



Primavera in Valle della Motta. Fotografia: Ivan Camponovo

trebbero arrivarci risposte ad alcune domande che, se immersi nella frenesia moderna, faticheremmo a trovare. Comprendendo i ritmi scanditi dal susseguirsi delle stagioni all'interno degli ambienti naturali, possiamo imparare che ogni cosa necessita del suo tempo, che il "tutto e subito" spesso è controproducente. Che ognuno di noi ha bisogno del SUO tempo, ad esempio per capire dove la vita lo sta portando e quali strade percorrere per superare un momento difficile, per guarire, per dimenticare, per ritornare ad amare. Il tempo fugge, non ritorna; per questo motivo è prezioso. Ecco l'importanza di usarlo nel migliore dei modi, per ascoltarci e per saper ascoltare, per il nostro benessere e quello dei nostri cari, per evitare di congedare qualcuno che ha bisogno di noi con un lapidario "scusa, ma non ho tempo".

Ivan Camponovo

Isolare, non solo pitturare!

Conviene investire in un risanamento energetico? Spesso manca il tempo per fare calcoli comparativi approfonditi – a questo scopo c'è ora lo strumento di calcolo “Isolare, non solo pitturare!”

Con pochi clic

“Isolare, non solo pitturare” è lo strumento di calcolo online di SvizzeraEnergia, dell'Associazione energie-cluster.ch e di diversi altri partner. Lo strumento mostra in modo chiaro le possibilità e i potenziali investimenti, compresi i sussidi e le agevolazioni fi-

scali. Oltre alle informazioni tecniche, gli interessati ricevono anche dettagli concreti sulla legge edilizia e quella sull'energia, sul potenziale guadagno in termini di comfort e sugli aspetti di sostenibilità come il consumo di energia, l'energia grigia e le emissioni di gas serra.

Confronto dei costi

Il risultato è un confronto tra i costi di una nuova mano di pittura e quelli di un isolamento termico aggiuntivo. Questo può essere generato online in pochi minuti e salvato come file PDF.

Calcolate voi stessi

Una facciata ben isolata offre numerosi vantaggi. Il clima interno è più confortevole e il rumore esterno è ridotto. Inoltre, si evita la formazione di muffe e funghi e si mantiene, o addirittura si aumenta, il valore dell'edificio. Sul sito web isolare-non-solo-pitturare.ch potete calcolare voi stessi, se e come un risanamento efficiente dal punto di vista energetico sia conveniente per il vostro edificio.

*Rivista dell'energia
per i proprietari immobiliari
Maggio 2020*



isolare-non-solo-pitturare.ch: lo strumento di calcolo aiuta a stimare correttamente i costi aggiuntivi di un risanamento energetico.



Fotografie: © SvizzeraEnergia

«La letteratura è mentire bene la verità»

(Juan Carlos Onetti)

Come tutti, tanti, scrivevo un diario. Poi, quando sono andata alle scuole medie, quel diario è diventata una scrittura collettiva, forse ispirata a quel romanzo che ci piaceva tanto, *Quattro amiche e un paio di jeans*.

Noi al posto dei pantaloni ci passavamo i diari – forse era il nostro modo, ancora più intimo, di entrare ed uscire l'una dalla vita dell'altra. Alcuni diari li abbiamo anche persi, qualcuno l'abbiamo bruciato. Ognuna scriveva a suo modo su

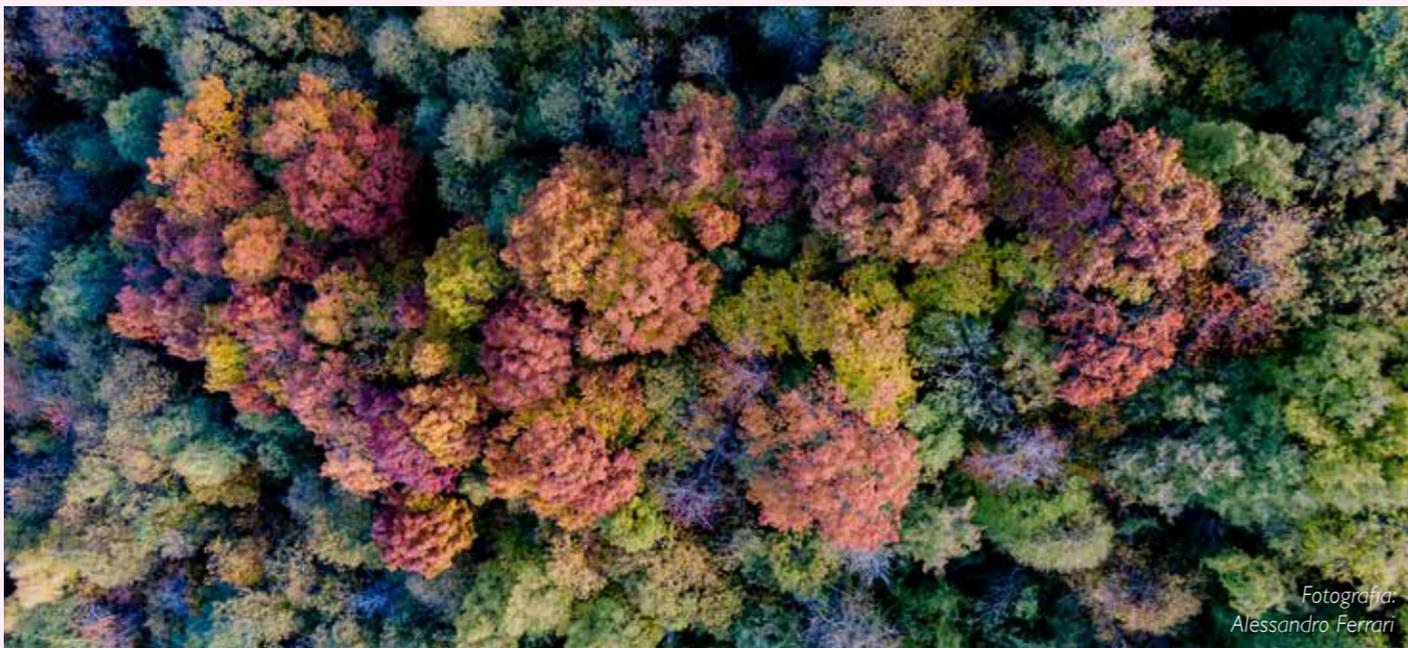
quelle pagine: con ordine e precisione, con disegni più che parole, saltando pagine. Alcune amiche con cui ho condiviso quell'avventura di racconti o sfoghi, testi sgrammaticati o ben costruiti, parolacce, forse primi avvicinamenti ai corpi, o rabbie, le ho ancora. Se ci penso, tutto era ammicchiato lì dentro. Lì dentro, e non lo sapevamo, c'era tutta la nostra confusa adolescenza, partecipavamo di una scrittura collettiva istintiva e potente, sicura di sé come probabilmente eravamo anche noi.

Poi scrivere diventa qualcosa di più interno, profondo, anche melmoso e oscuro. Indagatore. Man mano scrivere si è legato dal senso di comunione. Comunque non ho più smesso: di notte per e con i primi occhi aperti al buio, al liceo tra i banchi racconti d'un fiato – la Palestina, la migrazione, ciò che è al margine – il mio mondo s'imbeve dell'attorno, e continuo a scrivere, pagine e paginette che si accumulano.



Mara Travella (1993), dottoranda presso il Romanische Seminar dell'Università di Zurigo, si è laureata presso l'Università di Friburgo in letteratura italiana, letteratura spagnola e latinoamericana. Con Matteo Conconi ha scritto la sua biografia Più forte di prima (Salvioni, 2019). Con il racconto La pozza ha vinto l'edizione 2020 di Castellanaria. Coordina con Alan Alpenfelt Luminanza, progetto dedicato alla drammaturgia contemporanea svizzera di lingua italiana. Ama gli inserti culturali dei giornali della domenica, passeggiare con il suo cane, a volte scrivere.

Fotografia: Marta Panzeri



Fotografia:
Alessandro Ferrari

E poi un grande spazio bianco. D'un tratto il rapporto istintivo con quella materia primaria sfugge e non è più quello il modo di scrivere che mi chiama – ci si mettono di mezzo tante cose tra cui l'Università, o l'identità

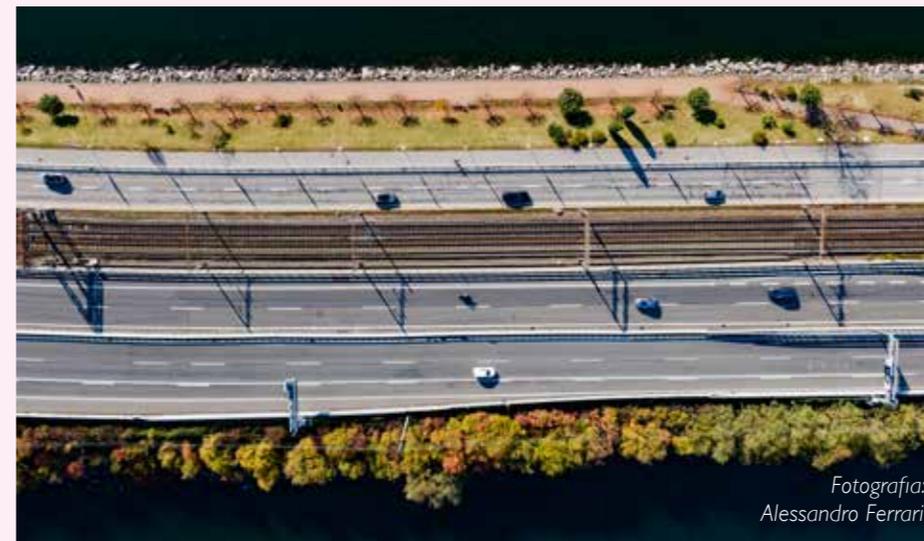
– iniziano altri interessi, molte letture, la filologia, le e i grandi giganti sulle spalle che m'osservano tutte le volte che tento di scrivere. Si sfalda tutto, si sfalda la struttura. Di sé ha detto il fumettista Makkox: «Da bambino non

c'era un attimo della giornata in cui non disegnassi, se non con le mani, con la testa. Quando non potevo disegnare, pensavo a cosa avrei disegnato quando avrei potuto disegnare. Eravamo inseparabili, io e il disegno. Dove c'ero io, c'era lui. Una coppia simbiotica. Inscindibile». E risuona anche per me, con le parole. Gli abbozzi

di scrittura si stratificano attorno alle cose, all'interno di interviste, in brevi note che appunto sul mio telefono. Il mio libro senza righe racchiude tutto: tutto quello che vorrei leggere, impegni, studi, copie di parole, riscritture di parti di testi (mi viene in mente quando Claudia mi diceva che sua madre, vedendola trascrivere, le dice-

va che non bisogna imbrogliare).

Quando mi sono trasferita per un po', lontana dalla prima università, «ma dài che tutti prima o poi hanno scritto delle poesie» mi ha detto una sera un ragazzo veneto dagli occhi nerissimi. Non so, le poesie le ho sempre trovate difficili, ma le provocazioni forse quelle mi sono sempre piaciute. C'era un non so che di sfidante nel suo modo di parlarmi. I viaggi in treno hanno dato il là a quei miei *abbozzi sul cemento*¹, che non oserei chiamare poesie ma che comunque rispondevano di quell'istinto.



Fotografia:
Alessandro Ferrari

¹Quando tagliavano gli eucalipti /negli anni Cinquanta era la dittatura, il cemento che colì sopra di me /mette a tacere quei parchi in cui ci siamo /sdraiati /che c'è troppo rumore qui /saprà degli eucalipti peruviani /forse un giorno te lo racconto /di come cambi /quando ti tagliano i progetti di quando ti tolgono l'aria e rimangono solo /le formiche nelle gambe.

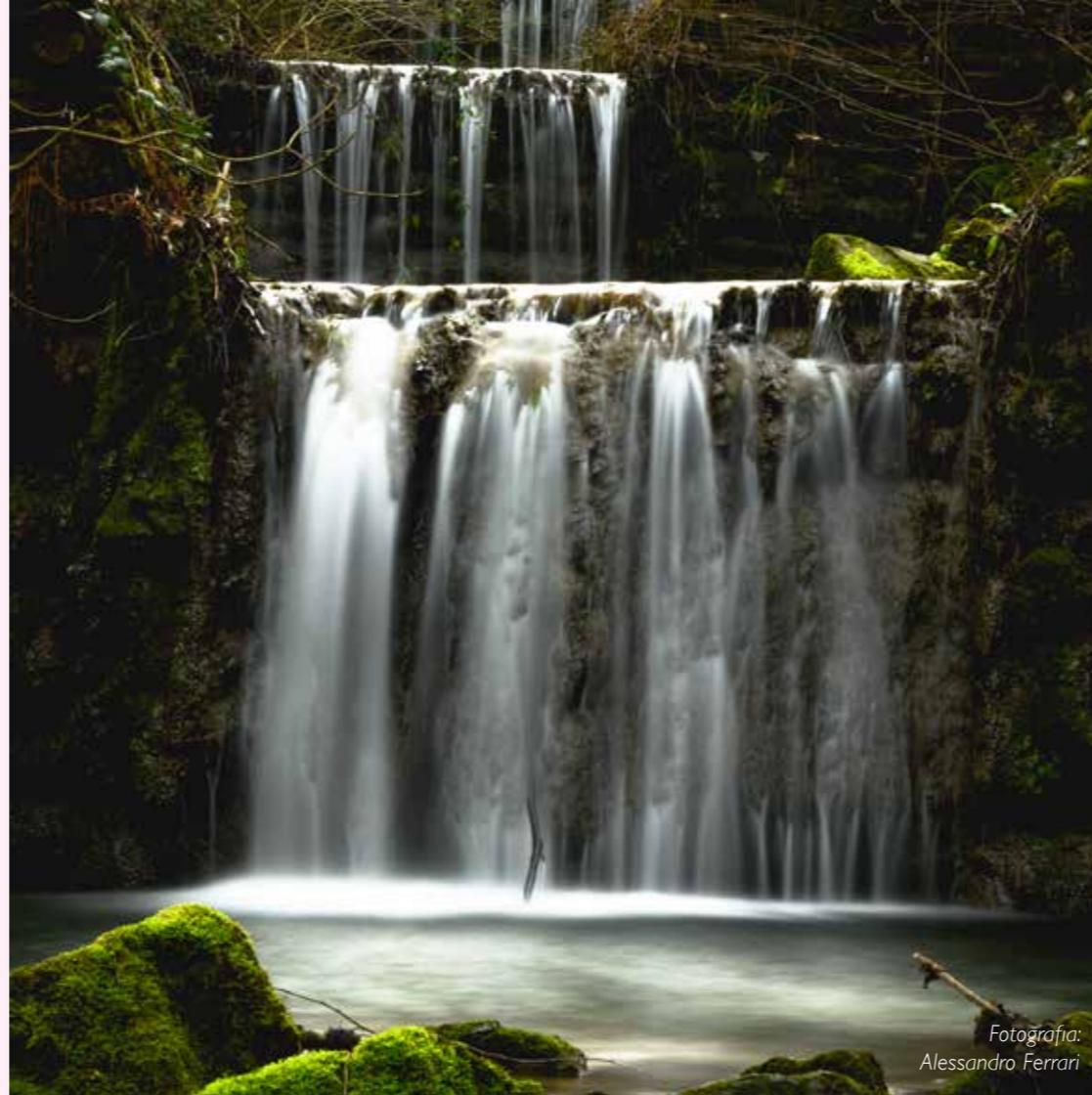
In realtà il mio rapporto con la scrittura si origina molto prima: quando ero bambina pensavo sempre alle storie, e me le raccontavo infinite volte (ricordo un romanzo di tantissime puntate con protagonisti Margaret e Jonathan).

Alle elementari scrivevo molte lettere. Una volta queste lettere sono entrate all'interno di un grande dibattito del piccolo mondo infantile, duro e feroce e capace di sgretolarsi e sgretolare tutto in un attimo. E da bambina sognavo già di fare l'editrice, come oggi: da bambina la nostra maestra – alla quale non sarò mai abbastanza grata – ci aveva insegnato come costruire dei piccoli libri con il cartoncino e con le immagini “che venivano fuori”, così lì ho iniziato a dare le prime strutture alle mie parole.

La scrittura è la mia fedele compagna e anche il mio ostacolo più grande. La pagina vuota a volte si spalanca. Ho uno zaino grande e capiente perché devo sempre portare molti libri. Forse questo ti frena crescendo: i libri che hai ancora da leggere. Stamattina insieme al caffè ho letto una frase di Natalia Ginzburg – una delle mie ossessioni – e lei diceva che da giovane aveva il gusto «di scovare minuti particolari» aggiungendo che «c'era una malignità da parte mia, un interesse avido e meschino per le cose piccole, piccole come pulci». Se penso adesso al mio rapporto con la scrittura mi rendo conto che spesso sto lì, a osservare la ruga, quel breve incrinarsi del carattere, lo scarto.

Per ora sono lì, a ripensare disordinatamente che la scrittura, lei, come la letteratura, c'è sempre stata.

Mara Travella



Fotografia:
Alessandro Ferrari



La scheda:
Mara Travella

Data di nascita: 06.08.1993

Segno zodiacale: Leone

Domicilio: Coldrerio

Professione: dottoranda presso l'Università di Zurigo

Passione: passeggiate con Molly

Polpette di tonno e ricotta

Ingredienti per 4 persone

- 240 g Tonno sott'olio
- 250 g Ricotta
- 50 g Parmigiano reggiano
- 1 uovo
- Prezzemolo
- Pangrattato
- Olio extravergine d'oliva
- Sale
- Pepe

Preparazione

Tritate finemente il prezzemolo. Mettete la ricotta ben scolata in una ciotola insieme al parmigiano grattugiato e al prezzemolo tritato. Unite l'uovo

intero e mescolate bene. Sbriciolare leggermente con le mani il tonno sott'olio sgocciolato e aggiungerlo al composto. Amalgamate tonno e ricotta insieme fino ad ottenere un composto omogeneo. Unite un pizzico di sale e pepe e mescolate.

A questo punto aggiungete un pochino di pane grattugiato in modo da compattare bene il composto di tonno e ricotta. Quando avrete un composto sodo ma ancora morbido formate delle polpette con le mani e passatele nel pangrattato. Quando avrete preparato tutte le polpette procedete alla cottura.

IN PADELLA

Mettete due o tre cucchiari di olio extravergine di oliva in una grande padella e, quando sarà ben caldo, metteteci a cuocere le polpette a fuoco medio per circa 20 minuti fino a che saranno cotte da tutte le parti.

FRITTE

Fate scaldare abbondante olio di semi di arachidi e, quando sarà ben caldo, metteteci a friggere le polpette tonno e ricotta per circa 5 minuti fino a che risulteranno dorate poi scolatele e metteteci su carta assorbente.

AL FORNO

Adagiate tutte le polpette tonno e ricotta su un tegame con carta forno ben distanziate, spruzzatele leggermente con olio extravergine di oliva e metteteci a cuocere in forno preriscaldato ventilato a 180/200° per 20 minuti circa.

Sfornate le polpette tonno e ricotta e lasciatele intiepidire.

VARIANTI E CONSIGLI

Potete sostituire la ricotta con formaggio spalmabile. Potete mettere pane bagnato nel latte invece che la ricotta.



È arrivata la Primavera!

Su un davanzale, in balcone o in giardino, circondarsi di profumi e colori rallegra ogni giornata. Potete abbellire i vostri vasi di terracotta come più vi piace, assicuratevi solamente di utilizzare colori che resistono alle intemperie.

Ci sono tante piante aromatiche che si possono coltivare in vaso, noi abbiamo scelto queste due:

TIMO

La semina deve essere fatta in primavera, è necessario concimare e bagnare regolarmente. Una volta cresciuto, il timo

preferisce climi caldi e asciutti, quindi non deve essere annaffiato troppo, evitando accumuli di acqua nel sottovaso. Le proprietà balsamiche ed espettoranti sono utili in caso di tosse, bronchite, raffreddore o altre problematiche del sistema respiratorio, gustatevi una tisana con le sue foglie essiccate! Si dice che semplicemente odorando una pianta di timo si acquisti CORAGGIO (dal greco *thumus*). È inoltre associata a POSITIVITÀ e BUON UMORE.

BASILICO

Il basilico va seminato in semenzaio all'inizio della primavera. Altrimenti

potete acquistare direttamente la piantina da trapiantare poi in un vaso più grande. Il basilico ama il sole e necessita di essere annaffiato spesso, soprattutto in estate, meglio due volte al giorno, mattino e sera. Non lasciate mai ristagni di acqua nel sottovaso! È una pianta che, grazie alla vitamina C, potenzia il sistema immunitario. Mangiarlo regolarmente vuol dire proteggersi da mal di gola, raffreddore e malanni di stagione. Con le sue foglie fresche si possono inoltre fare impacchi per placare le irritazioni cutanee. Sono tante le credenze che nel corso dei secoli sono nate intorno al basilico. Gli Hindu appoggiano una foglia di basilico sul petto del defunto per garantirgli l'immortalità. Greci e Romani, invece, credevano che piantando semi di basilico bisognasse urlare al cielo, altrimenti non sarebbero cresciute.

Assemblea Genitori Coldrerio



Sopra e a fianco alcuni esempi di vasi: sbizzarritevi!



Parco San Rocco

Quartiere intergenerazionale

Stato dei lavori al 12.03.2021

