

## Splendida gita alla « Fiorida »

**F**avoriti da una splendida giornata la comitiva del locarnese si è recata il 5 settembre, a Mantello, in Valtellina, per visitare l'azienda agrituristica «La Fiorida». Un agriturismo unico in Europa, attivo da dieci anni, che si estende su una superficie di 70'000 mq.

L'azienda agricola, di notevoli dimensioni, è dotata nelle stalle di impianti particolari automatizzati sia per l'alimentazione (che è solo vegetale) che per il recupero degli escrementi. Di notevole interesse è la Fattoria didattica e l'allevamento del bestiame comprendente 300 mucche, 300

maiali e 80 capre. Molto apprezzati i prodotti tipici della zona in vendita nello spaccio interno: miele, pasta per pizzoccheri, salumi, bresaola, formaggi vari, tra cui il famoso Casera e il Bitto, formaggio dell'alpeggio d'alta montagna. Inoltre l'azienda dispone di un macello, delle serre per ortaggi, un settore per la coltivazione dei frutti di bosco: mirtilli, lamponi, more e erbe aromatiche. Ma l'agriturismo è noto per la sua eccellente ospitalità: una trentina di camere, tre sale per congressi, un Centro Benessere con



piscina e sauna, il ristorante «Quattro stagioni» con quattro ampie sale da pranzo e con una cucina di ottima qualità. Tutti infatti sono rimasti oltremodo soddisfatti per l'abbondante e squisito pranzo servito con tanta cura, dove non potevano mancare i caratteristici pizzoccheri. L'altro ristorante «La Prèsef» dotato di ampie sale, molto richieste per matrimoni e congressi è stato insignito della Stella Michelin.

È stata una giornata intensa arricchita dalla visita guidata dell'azienda agricola da tutti molto apprezzata. Ma, come sempre, anche le cose belle hanno una fine; alla simpatica comitiva non è rimasto altro che intraprendere la strada del ritorno. Il tragitto Locarno-Mantello, via Porlezza, ha permesso di godere di un percorso panoramico e suggestivo, costeggiando parte del lago di Lugano e di quello di Como. ■ **mal**



### In cammino per la pace Sabato 7 Ottobre

5.a Edizione del grande evento transfrontaliero di solidarietà con la partecipazione di vari ospiti

9.00 Raduno partecipanti, stazione FLP Agno;  
9.30 Partenza direzione Magliaso;  
10.00 Arrivo a Magliaso, breve sosta con buvette e animazione;  
11.00 Arrivo in Piazza Lago, breve sosta con buvette e animazione;  
12.00 Arrivo a Ponte Tresa e unione dei popoli sul ponte doganale. Dalle ore 12.30 «Maccheronata della Solidarietà» sala comunale di Ponte Tresa, con tanta musica, intrattenimento, ospiti e molte sorprese! Iscrizioni & Info: Associazione Culture Ticino Network Lugano. Tel. +41 (0)91 922 95 18  
info@culture-ti.net www.generazioninelcuoredellapace.ch



## Soggiorni e gite 2017

### ➔ Cremona, città del torrone e dei violini, giovedì 23 novembre.

In occasione della Festa del torrone, proponiamo una gita di un giorno a Cremona, antica città fondata dai Romani nel 218 a.C., come baluardo di difesa dai Galli. Visita guidata della città iniziando con una passeggiata lungo la strada principale, per giungere alla Piazza del Comune, dove si concentrano i palazzi storici più importanti: il Municipio (XIII sec.), la Loggia dei Militi (XIV sec.), la Cattedrale e il Battistero (XII sec.) e il Torrazzo (XIV sec.). Segue visita all'interno della Cattedrale decorata da preziosi affreschi rinascimentali. Possibilità di visitare anche alcune sale del Palazzo Municipale, con antichi portali e arredi appartenuti a dimore nobili. Una breve passeggiata nelle piazze Stradivari e Marconi, permetterà di avvicinarsi alla produzione liutaia. Cremona infatti custodisce una tradizione liutaria che non ha pari. Ancora oggi ospita centinaia di liutai che ogni giorno contribuiscono ad affermarla come capitale del violino. Se resterà tempo sufficiente visita a una delle tante



botteghe per scoprire come viene costruito un violino. Non potrà naturalmente mancare

una degustazione di torrone. Partenza: ore 06.30 Cornaredo (fermata bus lungo il Cassarate). Ore 06.45 Posteggio ex Pestalozzi (dietro stazione FFS, lato Besso). **Costo:** fr. 100.- (minimo 25 persone) compreso viaggio in confortevole torpedone ARL, pranzo (bevande incluse), visita guidata città e degustazione torrone. **ISCRIZIONI:** C. Righetti, tel. 079 327 93 24 / 091 941 00 12, da subito.

### ➔ Mercatini di Natale

**Colmar-Basilea, venerdì 1 e sabato 2 dicembre. Costo a persona:** fr. 260.- camera doppia; fr. 290.- camera singola. Prezzo per persona comprendente trasferta e pernottamento con colazione.



### Bremgarten, giovedì 7 dicembre.

**Costo a persona:** fr. 60.-  
**INFO E ISCRIZIONI:** Claudia Righetti, tel. 079 327 93 24, o Segretariato GenerazionePiù, tel. 091 910 20 21, da subito.

### ➔ Soggiorno termale ad Abano, da domenica 12 a domenica 19 novembre.

**Costo:** camera doppia fr. 930.-; camera singola fr. 990.- (per persona) Minimo 25, massimo 40 partecipanti. Il prezzo comprende: trasporto, 7 notti hotel Salus\*\*\* Superior, pensione completa (bibite escluse), utilizzo piscine termali, idromassaggio, cascate cervicali, sauna finlandese, bagno turco e docce emozionali, accappatoio e asciugamano, serata di gala con aperitivo, serata danzante, due uscite organizzate di cui una offerta. Le cure, che si possono riservare in loco, non sono comprese nella quota e sono da pagare direttamente alla reception prima della partenza.

**ISCRIZIONI:** Segretariato Cantonale-Lugano. Tel. 091 910 20 21 info@generazionepiu.ch



## Sezione del Luganese- Giovedì 26 ottobre

### Visita alla Cattedrale di San Lorenzo

**A**roccata sopra il centro storico, la Cattedrale di Lugano è attestata fin dall'Alto Medioevo (818). Già chiesa plebana e collegiata, è sede del Vescovo incaricato della cura delle terre ticinesi dal 1888. Caratterizzata da una pregiata facciata rinascimentale (uno dei capolavori del Rinascimento lombardo), ha un impianto romanico ed è abbellita da una serie di affreschi del 13° secolo. A inizio Novecento fu promosso un importante restauro globale che diede unità all'edificio (1906-1910). Ma alla fine del secolo, la salvaguardia della struttura dal crescente stato di degrado, e le nuove esigenze liturgiche, imposero un nuovo importante intervento. Vista l'ampiezza dell'opera, si decise di procedere in due tappe. La prima venne eseguita fra il 2000 e il 2004 e coinvolse i tetti, il campanile, la facciata e la cap-

pella votiva della Madonna delle Grazie (voluta dai Luganesi nel 1473, come ringraziamento per la fine della peste).



Nel 2011 iniziò la seconda tappa, quella dei restauri interni, con il rifacimento dell'arredo liturgico, un'approfondita pulizia dei decori e la creazione del museo diocesano. Terminati i restauri, la Cattedrale viene ora «riconsegnata ai Luganesi in tutto il suo splendore».

#### Programma:

**Giovedì 26 ottobre** ore 14.30 Ritrovo sul sagrato della chiesa; ore 14.45 S. Messa; ore 15.15 Visita guidata alla Cattedrale.

Al termine Merenda offerta all'Oratorio di Lugano.

**Iscrizioni entro il 20 ottobre a:** Centro diurno, tel. 091 910 20 21. ■

## GenerazionePiù - Anziani OCST

### Segretariato Cantonale Sezione Lugano e Centro diurno

Via Lambertenghi 1 - 6901 Lugano  
Tel. +41 91 910 20 21  
www.generazionepiu.ch  
info@generazionepiu.ch  
lugano@generazionepiu.ch  
centrodiurno.lugano@generazionepiu.ch

### Sezione Tre Valli

Contrada C. Pellanda 2-6710 Biasca  
Tel. +41 91 873 01 20  
trevalli@generazionepiu.ch

### Sezione Bellinzona

Piazza Giuseppe Buffi 4-6500 Bellinzona  
Tel. +41 91 821 41 51  
bellinzona@generazionepiu.ch

### Sezione Locarno

Via Lavizzari 2 - 6600 Locarno  
Tel. +41 91 751 30 52  
locarno@generazionepiu.ch

### Sezione Mendrisio

Via Giuseppe Lanz 25 - 6850 Mendrisio  
Tel. +41 91 640 51 11  
mendrisio@generazionepiu.ch

## Corsi tablet

Organizzati da **PRO SENECTUTE** in collaborazione con la nostra associazione

### Utilizzo tablet - Corso base

Imparare cosa sono i tablet. Distinguere i modelli presenti sul mercato (e le loro differenze), le loro principali funzioni e applicazioni per un utilizzo sicuro con la rete internet.

### Utilizzate al meglio il tablet Corso per avanzati – Livello 2

Avete già qualche nozione su come utilizzare i tablet e desiderate migliorarne l'impiego? Allora iscrivetevi a un corso di livello 2. Ricordatevi di portare il vostro tablet.

**Le lezioni si tengono dalle 09.00 alle 11.30. Costi: 3 lezioni a 2.5 ore,**

**fr. 75.- + fr. 5.- materiale, solo corso base** (minimo 8 partecipanti).

Interessati annunciarsi al Centro diurno (091 910 20 21) o al segretariato Pro Senectute (091 912 17 17).

**Possibilità di frequentare i corsi anche a Giubiasco e a Muralto**

### Altri corsi informatici

- iPhone/Smartphone (Muralto)
- Photoshop base e avanzati per chi ha già conoscenze informatiche (Bellinzona).

I corsi iniziano quando si raggiunge il numero minimo di partecipanti. ■

*Muoversi, divertirsi  
e restare in forma!*

## Ginnastica dolce

in collaborazione con Pro Senectute  
Per tutti gli «over 60» con esercizi di equilibrio, rinforzo muscolare, allenamento della memoria, ecc. (in prevalenza da seduti).

ogni **mercoledì**  
**dalle 9.45 alle 10.45.**



una lezione a settimana  
durante il periodo scolastico  
presso Centro diurno Lugano

Costo: fr. 100.- per l'attività regolare; gratis per i beneficiari della PC all'AVS (presentare i documenti richiesti).

Monitrice: **Rosa Minotti** (iscrizioni sul posto).

Info: Segretariato di Pro Senectute, tel. 091 912 17 17. ■

## Conversazione e grammatica italiana

Desiderate conversare con maggior dimestichezza? Volete approfondire la grammatica?

**ogni lunedì dalle 15.00 alle 16.30**

Gli incontri si rivolgono a persone che dispongono di una discreta base di conoscenza della lingua. Gli argomenti per la conversazione e le discussioni verranno scelti liberamente prendendo spunti da riviste e quotidiani e concordati fra docente e partecipanti. Partecipazione costi: fr. 5.- per lezione. Docente: Rosemarie Porta-Maricelli. Info: Centro diurno, Lugano.



## Corso lingua inglese

### Corso base (principianti)

**ogni giovedì, dalle 14.00 alle 14.45**

Obiettivo è apprendere le basi della lingua con particolare attenzione alle espressioni di uso quotidiano e nelle situazioni (viaggi, ecc.)

Partecipazione ai costi: franchi 5.- per lezione.

### Gruppo conversazione,

**ogni giovedì, dalle 15.00 alle 15.45**

Gli incontri si rivolgono a persone che dispongono di una buona base di conoscenza della lingua. Le lezioni si svolgono in inglese.

Partecipazione ai costi: franchi 5.- per lezione.

Interessati: contattare Centro diurno GenerazionePiù, Via B. Lambertenghi 1, Lugano, tel. 091 910 20 21. ■

**PRO  
SENECTUTE**  
PIÙ FORTI INSIEME

## Volontari per il servizio pasti

GenerazionePiù-anziani OCST, per il suo Centro diurno a Lugano, cerca **volontari per il servizio pasti** (dal lunedì al venerdì dalle 11.00 alle 13.30 ca.). Maggiori informazioni e contatto: Marco Treichler, GenerazionePiù, via B. Lambertenghi 1, Lugano, tel. 091 910 20 21  
info@generazionepiu.ch

## Corsi per anziani «Essere e rimanere mobili e sicuri»

**Ripensare per tempo le proprie abitudini** Grazie al sostegno dei partner i corsi sono gratuiti

**R**iprendono i corsi gratuiti per anziani organizzati da «Essere mobili» in collaborazione con l'ATA, le FFS, le aziende di trasporto, le polizie locali e le associazioni della terza età. Iscrizioni: ATTE (Co-organizzatrice) Tel. 091 850 05 50  
atte@atte.ch

Località	Data, orario	Luogo del corso
Bellinzona	mercoledì 27 settembre ore 13.30 – 17.00	Stazione FFS, ritrovo ore 13.25, nell'arcata lato piazzale, davanti la sala d'attesa / Europcar
Lugano	mercoledì 11 ottobre ore 13.30 – 17.00	Stazione FFS, ritrovo ore 13.25 davanti a Lugano Turismo (tra ristorante e sportelli FFS)
Mendrisio	mercoledì 25 ottobre ore 13.30 – 17.00	Albergo Milano, di fronte alla stazione FFS

## Agenda Centro diurno Lugano

➔ **Atelier cucina e aperitivo:** speciale dolci... e non solo. Siete abili in cucina e disponibili a condividere le vostre preziose ricette? Vi aspettiamo ogni primo venerdì del mese **dalle 09.00 alle 11.00** al Centro diurno per preparare deliziosi cake, torte, biscotti e leccornie salate. E sempre ogni primo venerdì del mese aperitivo dalle 11.00 alle 12.00. **Prossimo appuntamento venerdì 6 ottobre.** Per iscrizione all'atelier cucina contattare Vitina, Donatella o Marco.

➔ **Pranziamo insieme,** Desiderate pranzare in compagnia? Nel nostro Centro diurno, potete farlo a soli 12.- franchi più bibite. I pasti, preparati dall'Albergo Ceresio, comprendono un primo, un secondo e un dessert. Il menu è pubblicato al nostro albo e sul sito Internet [www.generazionepiu.ch](http://www.generazionepiu.ch) Iscrizioni: entro le ore 12.00 del giorno precedente. Per la giornata di lunedì l'iscrizione va fatta entro il sabato precedente, ore 12.00.

➔ **Proiezione film, La mia vita da**

**zucchina, martedì 3 ottobre, ore 14.15.** *Un film di Claude Barras 2016, 66 minuti.* Zucchina, soprannominato così dalla mamma alcolizzata, resta



senza genitori: viene dunque condotto in un istituto dove i bambini come lui, orfani per le più disparate ragioni, trovano degli educatori che fanno loro anche da tutori nella speranza, sempre

più flebile con il passare degli anni, di trovare una famiglia disposta ad adottarli. Qui Zucchina vive tutte le fasi di una maturazione che, nella solitudine di una casa non propriamente felice come la sua, aveva in precedenza saltato. C'è il percorso dell'istruzione, dell'educazione ai sentimenti di amicizia e rispetto, si impara il concetto di solidarietà e infine può essere che si sentano anche i primi palpiti amorosi. *Recensione a cura di ondacinema.it* Segue merenda con torta offerta.

**GenerazionePiù**  
in collaborazione con  
**il CFP-OCST** propone,  
all'interno del **Gruppo Dialogo**  
un momento d'incontro sul tema

## Il destino...?

**Venerdì 22 settembre**  
dalle 15.00 alle 16.30



Centro diurno  
Lugano  
Con Paolo Cicale

Centro diurno Lugano  
tel. 091 910 20 21

➔ **Festa d'autunno, martedì 10 ottobre, ore 11.30,** Centro diurno. **Menu a fr. 12.-** *Insalata mista - Lasagne zucca e ricotta - Dessert - Acqua - vino - Caffè. Musica - Lotteria.* È possibile raggiungerci anche dopo il pranzo. Iscrizioni per il pranzo: **entro il 2 ottobre.**

## Agenda

### Bellinzona

➔ **Venerdì 29 settembre, prove Coro,** ore 14.00, Vita Serena Giubiasco.

➔ **Venerdì 13 ottobre, ore 14.30, Evento culturale** a Vita Serena sul tema: *Come essere responsabili del nostro invecchiare bene? Come riuscire a mantenere una qualità di vita? Come dare un senso al tempo della nostra quotidianità.*

**Ne parlerà con i presenti Maria Luisa Delcò, presidente del Consiglio Anziani del Canton Ticino. L'argomento riguarda sia l'anziano attivo, sia l'anziano fragile nella terza e quarta età, inserito in una società complessa e a volte carica di incertezze. L'incontro è aperto non solo ai soci di GenerazionePiù ma a tutti gli interessati, anche non over 65, in un'ottica intergenerazionale.** Segue merenda offerta.

### Locarno

➔ **Martedì 3 ottobre, ore 11.45, Pranzo mensile,** ristorante pizzeria ROBINIA, v. Balestra 40 (fermata bus 2-Sacra Famiglia). Costo: fr. 15.- (esclusi bibite e caffè). Benvenute le persone dai 60 anni in su, non solo soci. Iscrizioni: Rita Pedrotti, tel. 091 743 43 50 (almeno 3 giorni di anticipo). In casi eccezionali è possibile rivolgersi al ristorante.

➔ **Martedì 17 ottobre, ore 15.00, Castagnata,** Centro Sant'Antonio, Locarno.

### Lugano

➔ vedere Agenda Centro diurno

### Mendrisio

➔ **Mercoledì 4 ottobre, Coro** Casa Anziani Torriani, Mendrisio, ore 15.00.

➔ **Giovedì 12 ottobre, Pranzo autunnale,** Oratorio Santa Maria, Mendrisio. Accoglienza dalle 11.00. **Pranzo: antipasto GenerazionePiù; polenta e brasato; gorgonzola; dessert; vino-acqua minerale; caffè.** **Parte informativa,** con la partecipazione di una responsabile di **Pro Senectute** che darà utili indicazioni per gli anziani. **Parte ricreativa** (torneo dei legnetti e due giri di tombola). Costo: fr.

35.- a persona. Iscrizioni: tel. 091 640 51 11 entro il 2 ottobre. Ritrovo direttamente all'Oratorio.

### Tre Valli

➔ **Martedì 17 ottobre, Castagnata,** ristorante-pizzeria alla Birreria a Faido, ore 14.30. Trasferimento a Faido (torpedone o mezzi propri). Ore 14.30 presentazione programma manifestazioni 2018; ore 15.00 circa inizio parte ricreativa (tombola-danze); ore 16.30 castagnata con lardo. Allieterà il pomeriggio la «nostra» bandella Briosia. Costo a persona: fr. 10.- (non soci e simpatizzanti fr. 20.-). Iscrizioni: tel. 091 8730120, entro il 13 ottobre.

Momento informativo organizzato da

**PRO**  
**SENECTUTE**

in collaborazione  
con la nostra  
associazione

## Scopriamo il mondo dei tablet e degli ipad

Non avete ancora un tablet, ma vorreste acquistarne uno? Allora questa conferenza fa proprio al caso vostro!

**Giovedì 28 settembre dalle 09.00 alle 11.00**

Centro diurno GenerazionePiù - via B. Lambertenghi 1 - Lugano. Relatore: Daniele Raffa, insegnante corsi di tablet  
Per informazioni: Centro diurno (091 910 20 21) o Pro Senectute (091 912 17 17).

