

Sezione del Mendrisiotto

A Praga – la città delle Cento Torri

Dal 25 al 27 settembre un gruppetto di associati ha potuto partecipare alla trasferta a Praga, organizzata dalla sezione. Partiti di buon mattino dal Mendrisiotto -già congelato dalle colonne- abbiamo raggiunto prima di mezzogiorno la «Roma del Nord», accolti in aeroporto dalla «Moldava» di Smetana.

Praga è considerata una delle più belle città d'arte, di impronta barocca, ricca però di monumenti di altre epoche.

Dal pomeriggio la nostra guida Maria, con capacità e grande entusiasmo, ci ha introdotti alla storia, alla cultura, all'architettura e alle arti cittadine, sia con visita dei luoghi più classici quali la bella Piazza della Città Vecchia con la chiesa di Santa Maria di Tyn, la torre dell'Orologio Astronomico e il rituale dei rintocchi, il quartiere di Mala Stràna, il Ponte Carlo con le sue statue, Piazza San Venceslao (e le vicende più recenti), il Bambino di Praga... Un patrimonio enorme che evidentemente non poteva esserci tutto

svelato.

Tuttavia Maria non ha voluto tralasciare qualche altra particolarità: alcune vie con piccole opere d'arte che contrassegnavano le case prima dell'uso dei numeri civici, il Vicolo d'Oro, con le casupole degli alchimisti di Rodolfo (cercavano l'elisir di lunga vita) e gli orafi intenti a trasformare i metalli. Oggi sono negozietti artigianali.

Qui Franz Kafka soggiornò per alcuni mesi componendo qualcuna delle sue opere.

E ancora la cittadella di Vysehrad, l'altura sulla Moldava, con la chiesa dei santi Pietro e Paolo (decorazioni di art-déco) e il cimitero che accoglie numerosi artisti, musicisti (tombe di Smetana e Dworàk), cantanti...

curiosamente visitato dai giovani.

In collina ci siamo lasciati incantare dal barocco della biblioteca del monastero-museo di Strahov (spoglie di San Norberto) che conserva manoscritti medievali. Nel santuario barocco di Loreto, si è pure visitata la collezione di oggetti di arte sacra.

La guida ci ha intrattenuti con vicende storiche di principi, re e imperatori,



legati allo splendido Castello imperiale (ora residenza del Presidente), alla guerra dei Trent'anni (defenestrazione di Praga 1618) e in quelle di successione al trono d'Austria, senza dimenticare alcune delle leggende ad esse correlate.

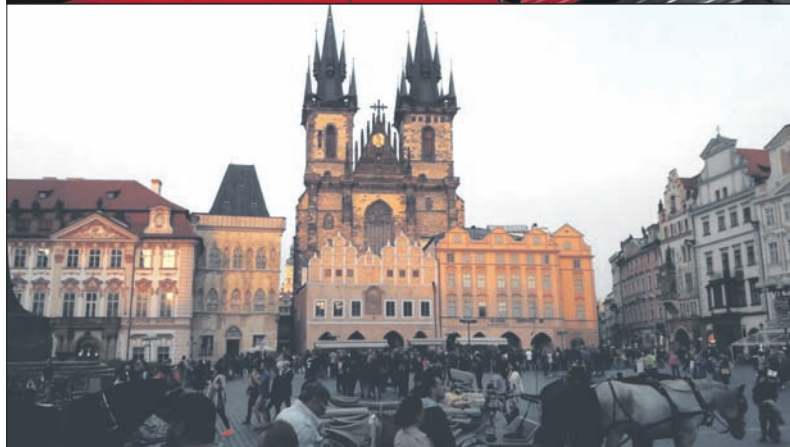
Nella Cattedrale di San Vito -culmine del gotico boemo- che presenta una miscela di stili, abbiamo ammirato le belle vetrate a mosaico degli artigiani veneziani e le artistiche statue, mentre nella basilica

di San Giorgio (stile romanico) in una cappella laterale, finemente affrescata, abbiamo scoperto Santa Ludmilla, la nonna di San Venceslao, il patrono.

Nel quartiere ebraico la visita alla sinagoga e all'antico cimitero ci ha permesso di conoscere uno spaccato storico della comunità ebraica, che visse fasi di splendore e decadenza. Curioso il municipio con i due orologi: uno normale e uno con cifre ebraiche e lancette che girano al contrario.

Oltre alla parte culturale non è venuta meno quella conviviale che, attraverso le scelte di ottimi ristoranti e di simpatiche birrerie (grazie a Eliana che ha organizzato il tutto), ci ha permesso di assaporare la cucina ceca e boema, senza tralasciare qualche acquisto dei più noti tra i prodotti locali. ■

M. Moalli-Pozzorini



Soggiorni e gite 2017

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

In occasione della Festa del torrione, 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 naturalmen-

te mancare una degustazione di torrione. 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 torrione. **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.

Partenza ore 07.00 Posteggio Cornaredo (lato fiume) e 07.15 Piazzale Besso/Via Basilea (lato nord stazione FFS).

Costo a persona: fr. 60.- comprendente viaggio in comodo torpedone ARL (importo da consegnare direttamente sul pullman). Posteggi gratuiti (limitati) a Cornaredo su richiesta al momento dell'iscrizione. **INFO E ISCRIZIONI:** Claudia Righetti, tel. 079 327 93 24, o Segretariato GenerazionePiù, tel. 091 910 20 21, da subito.



Speciale serata dedicata alla Pace e alle Filippine

Sabato 18 novembre, dalle 17.00
Villa Sassa Hotel Residence & Spa Lugano

L'Associazione Culture Ticino Network di Lugano e l'Ambasciata delle Filippine di Berna sono lieti di invitarvi presso la splendida cornice della Villa Sassa Hotel Residence a Lugano per la speciale serata dedicata alla Pace e alle Filippine. Avremo con noi, in occasione del 60° anniversario delle relazioni diplomatiche tra Svizzera e Filippine, rinomati ospiti ticinesi ed internazionali, tra cui l'Ambasciatore delle Filippine Joselito Alegado Jimeno, la Console M.T. Lazaro, il sindaco di Lugano Marco Borradori e il Comandante delle guardie di confine Mauro Antonini.

Verranno presentati i progetti dell'Associazione Culture Ticino Network con due importanti ospiti filippini: Maria Lota Gonzales Presidente e fondatrice dell'Associazione COPPA (Children of Paombong Philippines Association) e il Vice Sindaco di Paombong Cristina Gonzales. Allisterà la prima parte della serata la mezza soprano Julia Gertseva con il coro dei bambini «La Musica». Verrà inaugurata la mostra d'arte collettiva delle tre artiste filippine Marissa Gonzalez, Pamela Gotangco e Tina B. Heiter.

Seguirà la **Cena di Gala** di solidarietà «I Sapori del Cuore», ricca di sorprese e allietata dalle splendide voci della soprano filippina Armela Fortuna-Widmer e dal tenore italiano Mirko Provini, accompagnati dal maestro Beppe Sanzari. L'intrattenimento musicale è del gruppo Acoustic dreams. Presenta Maristella Polli, volto noto del panorama ticinese.

I fondi raccolti saranno devoluti a supporto dei progetti dell'Associazione Culture Ticino Network: **la costruzione di un centro multifunzionale a Paombong nelle Filippine, e il progetto culturale insubrico «Petali di Pace»** per le scuole elementari.



I posti per la Cena di Gala di solidarietà sono limitati. Iscrivetevi subito comunicando quante persone parteciperanno, tel. **+41 (0)91 922 95 18** (dalle 9:30 alle 18:00), o inviando una email a: **info@culture-ti.net** entro il 25 ottobre.

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

Costo: camera doppia fr. 950.-; camera singola fr. 1.010.- (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.



ACCOMPAGNATRICE: CORINA FRANCHI.

ANCORA POSTI DISPONIBILI

ISCRIZIONI: Segretariato Cantonale-Lugano. Tel. 091 910 20 21 info@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 segretario 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. ■



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. ■



Corso lingua inglese

Corso base (principianti)

ogni lunedì, dalle 10.00 alle 10.45

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

Corso avanzati

ogni giovedì, dalle 14.00 alle 14.45

Perfezionare quanto appreso nel corso base.

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 per singolo corso: franchi 5.- per lezione.

Interessati: Centro diurno GenerazionePiù, Lugano, tel. 091 910 20 21. ■

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: Rosmarie Porta-Maricelli. Info: Centro diurno, Lugano.

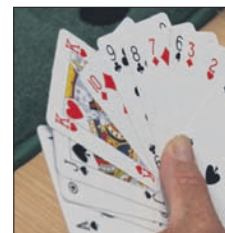


Pomeriggio dedicato al gioco delle carte e altro...

Tutti i giorni ma in particolare ogni **mercoledì e venerdì pomeriggio a partire dalle ore 14.00** l'attività **giochiamo insieme**

Vi aspettiamo numerosi!!!

Il Centro diurno accoglie tutte le persone che desiderano passare del tempo insieme sfidandosi a carte, dama, scacchi, memory e altro ancora; mettiamo a disposizione tutto il materiale e tanta allegria e voi... la fortuna.
Centro diurno, Lugano.



Spazio creativo

Ci incontriamo regolarmente per realizzare ciò che ci piace. Proposte attuali: ► realizzazione di ogettistica autunnale e natalizia e tanto altro. Non sono necessarie conoscenze particolari. Potete anche portare il vostro progetto di lavoro a maglia o uncinetto e realizzarlo «in compagnia». Info: Centro diurno tel. 091 910 20 21.

Corsi per anziani «Essere e rimanere mobili e sicuri»

L'ultimo dei corsi gratuiti organizzati da «Essere mobili» in collaborazione con l'ATA, le FFS, le aziende di trasporto, le polizie locali e le associazioni della terza età si terrà **mercoledì 25 ottobre dalle ore 13.30 alle 17.00 a Mendrisio** Albergo Milano, di fronte alla stazione FFS. Iscrizioni: ATTE (Co-organizzatrice) Tel. 091 850 05 50 atte@atte.ch

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 3 novembre.** 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 Iscrizioni: entro le ore 12.00 del giorno precedente. Per il lunedì l'iscrizione va fatta entro il sabato precedente, ore 12.00.

➔ **Proiezione film, Rita la figlia americana, martedì 7 novembre, ore 14.15.** Un film di Piero Vivarelli con Umberto D'Orsi, Totò, Fabrizio Capucci, Lina Volonghi, Rita Pavone...

Musicale, 1965, 96 minuti. Serafino, arricchitosi grazie a un'eredità, corona il suo sogno di amante della musica classica «noleggiando» un'orchestra da dirigere. Serafino ha una figlia adottiva cilena che non ha mai visto e che ora è in arrivo in Italia. Poiché detesta le canzonette, vuol fare di lei una concertista, ma per lui cominciano i guai quando la ragazza manifesta una forte propensione per la musica moderna. *Recensione a cura di filmscoop.it* Se-gue merenda con torta offerta.

➔ **Castagnata... in musica, martedì 14 novembre, a partire dalle ore 14.00.** Centro diurno o albergo Ceresio, Lugano. *Marco Riva* con la fisarmonica e *Gino Castrignano* con la chitarra ci allieteranno con canzoni popolari e altro. *Silvano Corti* ci farà gustare le sue deliziose caldarroste. Vi aspettiamo numerosi.



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

Differenza o Diversità?

Venerdì 10 novembre
dalle 15.00 alle 16.30
Centro diurno Lugano



immagine: stateofmind.it e valconcanews.info

Con Paolo Cicale

Centro diurno tel. 091 910 20 21

➔ **Martedì 28 novembre, ore 14.15, Conferenza religiosa. Tempo d'Avvento, tempo di vigile attesa, di gioia speranza e di preghiera, per preparare il cuore ad accogliere Gesù, il Figlio di Dio, che dona la salvezza!** Relatore Don René Roux, Rettore della Facoltà di Teologia di Lugano. Conferenza aperta a tutti. Al termine merenda offerta.

Agenda

Bellinzona

➔ Venerdì 20 ottobre e 24 novembre, ore 14.00, **Prove del Coro**, Centro Vita Serena, Giubiasco.

➔ Mercoledì 25 ottobre, ore 14.30, **Animazione Coro**, casa di riposo Aranda, Giubiasco.

➔ Venerdì 3 novembre, ore 14.00, **Tombola e castagnata**, oratorio Sant'Antonino.

➔ Venerdì 10 novembre, ore 15.00, **Animazione Coro**, Casa di riposo Paganini Rè, Bellinzona.

Locarno

➔ Martedì 7 novembre, 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 14 novembre, ore 9.00, **S. Messa per i Soci defunti**, Chiesa Nuova, Locarno.

Lugano

➔ Giovedì 26 ottobre, ore 14.30 **Visita alla Cattedrale di San Lorenzo, Lugano**, «riconsegnata dopo i restauri in tutto il suo splendore». 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, tel. 091 910 20 21.

➔ vedere anche Agenda Centro diurno

Mendrisio

➔ Giovedì 23 novembre, **Conferenza** con Claudio Premoli, Arciprete di Mendrisio e professore di storia dell'arte. *Il tema, sviluppato nell'approssimarsi del tempo d'Avvento, sarà legato alla storia dell'arte.* Segue merenda offerta. Oratorio Santa Maria, Mendrisio. Annunciarsi allo 091 640 51 11 entro il 17 novembre.

Tre Valli

➔ Lunedì 6 novembre, ore 14.00, **Conferenza: «Viaggi in Argentina e in Terra Santa»** a cura di Alvise Nenzi, socio e membro di comitato. Centro giovani, Bodio. Al termine, ore 16.00, rinfresco.

Pomeriggio di sensibilizzazione
Giovedì 30 novembre, ore 14.00
Centro diurno o albergo Ceresio

Essere automobilisti e pedoni dopo i 60 anni

Con l'età le capacità fisiche diminuiscono progressivamente con possibili conseguenze sulla guida. Tuttavia esistono degli accorgimenti per continuare a spostarsi in tutta serenità.

In questo pomeriggio di promozione della sicurezza stradale due agenti della Polizia cantonale forniranno raccomandazioni utili su come comportarsi nel traffico stradale, sia come pedoni che come ciclisti (anche con biciclette elettriche) o automobilisti.



Verranno riprese anche alcune importanti normative in materia di circolazione stradale al fine di migliorare la sicurezza di tutti gli utenti della strada.

In collaborazione con **PRO SENECTUTE**