

Gruppo ATTE Capriasca, Origgio, Ponte Capriasca e Val Colla

Relazione del Comitato attività 2023

Stimate signore e stimati signori,

le attività durante l'anno 2023 sono state proposte seguendo i principi e la filosofia dell'ATTE: creare uno spirito di famiglia, prevenire l'isolamento sociale, contribuire a mantenere le risorse personali e l'autonomia della persona anziana, creare momenti di condivisione.

Occorre evidenziare, quale premessa, che l'ATTE nel suo insieme a livello cantonale, sezionale e dei gruppi, dopo il covid, gode di ottima salute; con le sue attività variegata soddisfa le aspettative dei soci e il nostro Gruppo regionale è riuscito a programmarle nell'arco dei 12 mesi. Durante il periodo estivo, è stata offerta la possibilità di mantenersi in forma con la settimanale ginnastica dolce "over 65" presso il Centro ricreativo e balneare e abbiamo eseguito l'escursione della Greina nell'alta Valle di Blenio.

Nell'insieme un accento particolare è stato dedicato alle attività settimanali di gruppo orientate a promuovere il benessere e la salute mediante il movimento.

Questo impegno è stato riconosciuto e apprezzato dall'ATTE cantonale la quale ha trasmesso all'Ufficio anziani del Cantone le iniziative che abbiamo eseguito nell'ambito del programma "prevenzione della salute". L'Ufficio cantonale ha valutato positivamente quanto proposto e ha versato al nostro Gruppo l'importo di fr. 1'900.00. Vedremo se la situazione finanziaria del Cantone permetterà di versare il contributo anche per il corrente anno.

Le proposte culturali sono state indirizzate a far conoscere le testimonianze storiche della Capriasca che meritano di essere valorizzate.

Due pomeriggi sono stati dedicati a famigliarizzare con i medial digitali tramite la telefonia cellulare.

Sito Web, "www.attecapriascavalcolla.ch"

Quest'anno abbiamo portato in dono ai nostri soci il "sito web", uno strumento efficace per informare sulla storia e sugli scopi della nostra associazione e del nostro Gruppo, una vetrina in tempo reale delle attività proposte e di quelle realizzate. Ideato e implementato dallo Studio grafico GargaDesign con la collaborazione attiva del nostro membro di comitato Giuliano Frigeri che ringraziamo per il lavoro svolto e per la presa a carico del suo costante aggiornamento.

In questo contesto evidenziamo che oltre il 50% dei soci sono dotati dei supporti informatici, segnatamente la posta elettronica e possono accedere con facilità al sito.

Presentiamo il "sito web" quale parte integrante del presente rapporto.

Le attività

Camminare in compagnia

La salutare camminata settimanale inclusiva è diventata un apprezzato appuntamento fisso rivolto a tutte le persone che desiderano eseguire attività di movimento. Aperta a tutte le persone anziane residenti nel Comune di Capriasca, si è svolta da settembre a giugno (fatta eccezione durante le vacanze scolastiche). Buona la partecipazione, in media 25/30 persone suddivise in 5 gruppi in base al grado di mobilità individuale. La partecipazione è libera, senza iscrizione.

Ginnastica dolce

Da settembre a giugno si è svolto il corso di ginnastica dolce presso il Centro socio culturale con il sostegno del Dicastero cultura, eventi, sport e turismo del Comune di Capriasca. I quindici iscritti hanno partecipato assiduamente alle sedute condotte dal fisioterapista Luca Bega dello studio di fisioterapia Nadia Soprani-Mancuso di Tesserete.

Il costo d'iscrizione per l'attività annuale è stato fissato a fr. 75.00 per partecipante.

Ginnastica dolce over 65

Durante il periodo estivo, in collaborazione con il Dicastero cultura, eventi, sport e turismo del Comune di Capriasca è stata offerta la possibilità di mantenersi in forma con la settimanale ginnastica dolce “over 65” presso il Centro ricreativo balneare.

Abbiamo nuovamente sostenuto la ginnastica facendoci carico del 50% del costo del prezzo d’entrata. Per le socie e i soci Gruppo ATTE, Gruppo regionale, il biglietto d’ingresso, valido per tutto il giorno, è costato fr. 2.50.

Escursioni in montagna

Al gruppo escursionismo si sono annunciate 34 appassionate e appassionati della montagna. In piacevole compagnia sono state eseguite quattro escursioni in primavera e una in estate:

- uscita con le racchette al passo del San Bernardino;
- Breno, Alpe Mageno, Zottone, Monte Lema, Breno nel Malcantone;
- Cragno, Dosso dell’Ora, Balduana, Pianspessa, Muggiasca, Balduana, Cragno nella Valle di Muggio,
- Escursione “Giro degli alpeggi della Capriasca” con partenza e arrivo all’Alpe di Davrosio;
- Giro della Greina nella Valle di Blenio.

Tre quelle proposte nel corso dell’autunno:

- Arla, Cioascio, Capanna Paiolo, Arla;
- Alla scoperta del “Sentiero delle espressioni” nell’Intelvese - Sasso Gordona – Rifugio Prabello;
- Certara-Capanna San Lucio, Certara escursione di chiusura annuale.

Buona le frequenze con punta di 29 partecipanti all’escursione di fine stagione alla Capanna San Lucio diventata un appuntamento fisso.

Pranzi condivisi in compagnia e allegria

L’iniziativa di ritrovarsi per un pranzo a scadenze regolari è stata apprezzata e ben frequentata con una presenza di circa 25 persone. Presso l’accogliente Ristorante Storni di Tesserete sono stati serviti piatti tipici, accompagnati da un dessert al prezzo di fr. 20.00. Ai partecipanti è stato offerto l’aperitivo e il caffè.

Pranzo inizio estate

Il 20 giugno presso l’ospitale ristorante “Le Betulle” a Origlio abbiamo salutato in allegria l’inizio dell’estate. Gustato ottimo pranzo con momento ricreativo a soddisfazione dei partecipanti.

Incontro settimanale del mercoledì: giovani e diversamente giovani

Nel corso della primavera e in autunno presso la buvette del FC Stella Capriasca all’Arena Sportiva di Tesserete, è stata proposta la possibilità di un incontro informale, multigenerazionale, dalle ore 14.00 alle 17.00. Protagonisti i bambini, età 7/8 anni, che partecipano all’attività “Calciodivertimento” accompagnati da genitori e nonni che si incontrano in un ambiente allegro e disteso improntato al divertimento.

Corso base Media digitali e app. Mobile FFS

Nel corso della primavera abbiamo organizzato un corso con formatrice Swisscom Academy, a pagamento, per l’utilizzo di smartphone e tablet e uno gratuito dedicato a familiarizzare con l’uso del cellulare per ordinare i biglietti delle corse delle Ferrovie Federali Svizzere FFS a domicilio e per consultare gli orari delle corse.

Visita accompagnata al Convento Santa Maria del Bigorio

Il 24 aprile lo storico dell’arte prof. Ivano Proserpi ci ha accompagnati alla scoperta della quadreria e del piccolo museo annesso alla chiesa. Ha ripercorso la storia del convento presentando diverse opere

su tela, ad affresco e scultoree. Il convento del Bigorio fondato nel 1535, nel frattempo eretto a Santuario, è il primo convento dei Cappuccini eretto in Svizzera.

Visita guidata alla scoperta del patrimonio regionale inizio '900

Sara Capra, storica dell'arte, nel mese di settembre ha fatto conoscere ai partecipanti le creazioni dell'architetto Ernesto Quadri. Dopo una breve presentazione storica della vita e dell'operato dell'architetto, vissuto dal 1868 al 1922, sono state visitate alcune opere tuttora esistenti: la Cappella cimiteriale di Tesserete, l'Hotel Tesserete, Villa Carmen e Villa Mari.

Gita annuale a Locarno

Quest'anno abbiamo proposto una gita particolare lungo le due sponde del Lago Maggiore eseguita il 20 ottobre. Durante la mattinata abbiamo visitato la Città Vecchia di Locarno, accompagnati da una guida, scoprendo degli angoli ricchi di storia che meritavano di essere conosciuti.

A fine mattinata con il battello abbiamo raggiunto Magadino dove abbiamo gustato il pranzo in un accogliente ristorante in prossimità del Lago. Ha fatto seguito una breve visita delle Bolle di Magadino prima di rientrare a Tesserete. La gita è stata apprezzata.



Ricordiamo inoltre la Tombola al giovedì, dalle ore 14.30 alle 16.30, presso il Centro socio culturale a Tesserete gestita dall'Associazione Pom Rossin, che ringraziamo. Momento molto apprezzato e ben frequentato dalle persone anziane.

Situazione finanziaria

Alla trattande 5 la contabile-cassiera presenterà nel dettaglio i conti relativi l'esercizio 2023. I mezzi finanziari a disposizione, grazie al generoso lascito, permettono di far fronte ai costi per sostenere le nostre attività; resta imperativo il principio di utilizzarli in modo oculato.

Ricordiamo che la sezione ATTE luganese mette a disposizione del Gruppo regionale l'importo di fr. 2.00 per ogni membro a sostegno dei costi per organizzare le diverse attività.

Volontariato, abbiamo bisogno di voi

Riprendiamo quanto esposto in occasione dell'assemblea dello scorso anno: abbiamo la necessità di poter contare sull'apporto di volontarie e di volontari per svolgere e sviluppare ulteriormente l'attività del Gruppo ATTE per intraprendere nuove iniziative e attività a beneficio delle socie e dei soci, con uno sguardo attento alle persone che hanno la necessità di essere sostenute, per esempio momenti di compagnia o di condivisione.

A dipendenza degli interessi delle singole volontarie e dei volontari potremmo prevedere nuove attività.

Conclusione

Il Comitato esprime soddisfazione per lo spirito di famiglia e partecipativo che hanno caratterizzato le diverse attività. L'assidua partecipazione e l'apprezzamento per quanto proposto hanno costituito un incoraggiamento.

Siamo consapevoli dell'impegnativo compito che ci avete conferito: contribuire a valorizzare le potenzialità di noi anziani. Abbiamo ancora molto da dare e da trasmettere alla società civile; il Gruppo ATTE, Gruppo regionale, è uno dei molteplici percorsi per sentirsi partecipi.

Rivolgiamo un grande grazie alle colleghe e colleghi di Comitato, ai Revisori, alle volontarie e ai volontari che hanno organizzato o gestito le attività, al Comune di Capriasca per la messa a disposizione gratuita della sede, ai collaboratori del Dicastero attività culturali, eventi, sport e turismo e ai diversi servizi amministrativi per il sostegno e l'accompagnamento riservato alle nostre iniziative.

In conclusione, ci piace mettere in evidenza che l'Assemblea ordinaria annuale costituisce un momento privilegiato per dialogare, esporre proposte, suggerimenti e critiche costruttive per far crescere il Gruppo ATTE Capriasca, Origlio, Ponte Capriasca e Val Colla (ex Comuni della Val Colla). Ringraziamo per l'attenzione.

GRUPPO ATTE CAPRIASCA, ORIGLIO, PONTE CAPRIASCA E VAL COLLA (ex Comuni della Val Colla)

Per il COMITATO:

Il presidente: Elio Fumasoli