

Stimate socie, stimati soci,

ci apprestiamo a presentare l'attività proposta nel corso del 2024 con alcune considerazioni introduttive. Lo spirito che aveva animato i padri fondatori dell'Associazione Ticinese Terza Età il 25 ottobre 1980 è rimasto invariato: proporre alle persone adulte e non più giovani occasioni culturali e ricreative di aggregazione per ampliare i rapporti sociali, coltivare interessi, in collaborazione con istituzioni pubbliche e private, affidando gran parte del lavoro al contributo volontario delle socie e dei soci.

Questi lodevoli scopi sono stati condivisi da una cerchia interessata di persone operose, attive in diversi gruppi presenti in alcuni Comuni della Capriasca che proponevano delle attività a favore delle persone anziane, desiderose di costituire e rendere operativo un gruppo organizzato nella Pieve.

L'assemblea costitutiva del 16 aprile 1997 ha concretizzato l'iniziativa; il Gruppo ATTE Capriasca e Val Colla da 27 anni è una riconosciuta realtà.

Con la collaborazione del Comune di Capriasca, che mette a disposizione gratuitamente il Centro socioculturale, e con il sostegno attivo del Dicastero cultura, eventi, sport e turismo, il programma annuale del nostro Gruppo negli ultimi anni è prevalentemente orientato a promuovere il benessere, la salute e i momenti ricreativi della fascia di popolazione ultrasessantenne con iniziative concrete e attrattive durante tutto l'arco dell'anno. Abbiamo deciso di proporre delle attività anche nel corso dell'estate.

In ambito culturale il Comune di Capriasca e le diverse Associazioni propongono interessanti offerte; il Comitato, di riflesso, ha privilegiato le attività di movimento collettive alla portata di tutti.

Nel Comune di Capriasca nella fascia d'età 60-79 anni al 31 dicembre 2024 vivevano 1634 persone e ulteriori 459 nella fascia 80-100 anni per un totale di 2093, cifra che rappresenta il 30.94% della popolazione.

Sfatiamo un mito: non esiste un'età da "ATTE", chiunque è ben accetto e a qualsiasi età. Pagando la quota sociale annuale (fr. 35.00 soci singoli – fr. 50 soci coppia) possiamo usufruire di innumerevoli e interessanti attività proposte a livello cantonale, dalle sezioni e dai gruppi locali.

Volontariato

Nella nostra società si fa largo la considerazione, a torto, che gli anziani sono un fattore di costo sociale. Non viene considerato, anzi ignorato, il loro contributo durante la lunga fascia attiva e attraverso i molteplici contributi che continuano a dare alla società. Bisognerebbe quindi far leva sui punti di forza individuali e promuovere le loro risorse, creando possibilità di volontariato che mettano in evidenza il loro potenziale.

In questa occasione riproponiamo il discorso del volontariato portando alcune riflessioni scaturite il 5 dicembre scorso in occasione della Giornata internazionale del volontariato sancita dalle Nazioni Unite e ricordata anche nel nostro Cantone.

“Ascoltare. Aiutare. Agire. Tre parole semplici che racchiudono l'enorme lavoro svolto dai volontari in Ticino. Un aiuto immenso, silenzioso, spesso sottovalutato. E proprio per questo vale la pena ricordarlo, celebrando chi dedica tempo, impegno e cuore agli altri.

Il volontariato è una realtà fondamentale per il tessuto sociale del nostro cantone, ne sono la prova le numerose associazioni e i gruppi di volontari presenti sul territorio, ognuno con una missione diversa, ma tutti accomunati dalla volontà di fare qualcosa per gli altri. Nel 2020, si

stimava che quasi il 40% della popolazione facesse una qualche attività di volontariato; parliamo quindi, in Svizzera, di quasi tre milioni di persone.

Ma cosa significa essere volontari? In un mondo che corre sempre più veloce, c'è un bisogno urgente di fermarsi, di rallentare e di riscoprire l'importanza di ascoltare. Il volontariato ci offre questa possibilità: un'opportunità unica per riscoprire il valore di essere presenti, di donare tempo e attenzione a chi ci circonda.

Questo "star bene nel fare del bene", che nulla ha a che vedere con il perbenismo, è ciò che rende così potente il volontariato: un gesto che, nel suo silenzioso altruismo, torna a noi amplificato, insegnandoci la bellezza della connessione umana e del donarsi senza aspettative.

I volontari ricevono molto più di quello che danno, perché si arricchisce lo spirito e si allarga il cuore a cambiare la qualità della vita di tante persone.

Per questo non sarà mai superfluo ringraziare tutti i volontari, chiunque dedichi il suo tempo e le sue energie per la comunità."

Anche nel nostro Gruppo ATTE molte persone si mettono a disposizione come volontari in ambiti diversi.

Il Comitato intende promuovere il volontariato informale e flessibile, che tenga conto delle attitudini, degli orientamenti e della disponibilità di ognuno, per dare aiuto alle persone che necessitano di essere sostenute.

Menzioniamo alcuni esempi di volontariato: visite e accompagnamenti individuali alle persone sole che desiderano camminare, nonne e nonni baby-sitting, animare o collaborare a momenti sociali, ricreativi e culturali.

Per il momento non esiste ancora un coordinamento a livello comunale, il "passa parola", pur con i suoi limiti, riesce a coinvolgere nuovi volontari. Invitiamo le socie e i soci a considerare questa opportunità e trasmettere questo messaggio nell'ambito delle loro conoscenze .

Attività

L'Assemblea ordinaria annuale costituisce un momento privilegiato per dialogare, esporre proposte, suggerimenti e critiche costruttive su quanto proposto dal Comitato durante l'anno.

Riassumiamo in breve le attività principali.

Camminare in compagnia, salutare camminata inclusiva settimanale alla portata di tutti, con appuntamento fisso al giovedì mattina, da gennaio a dicembre.

Ginnastica dolce, proposta da settembre a giugno presso il Centro socioculturale, con sedute al lunedì pomeriggio.

Ginnastica dolce estiva, proposta nei mesi di luglio e agosto presso il Centro ricreativo balneare di Tesserete.

Escursioni in montagna, da febbraio a dicembre. Abbiamo effettuato dieci escursioni accompagnate.

Pranzi condivisi in compagnia e allegria, proposti a scadenza mensile, da settembre a giugno, presso l'accogliente Centro socioculturale. Durante i mesi di luglio e agosto sono stati organizzati due pranzi presso- il ristorante Baraonda del Centro ricreativo e balneare.

Conferenza "La tragedia della valanga di Airolo del 1951, gli interventi di premunizione realizzati, importanza della prevenzione" a cura del membro di Comitato Giuliano Frigeri, ex

docente ricercatore alla SUPSI e di Roland David Capo sezione della Sezione forestale cantonale. Sono stati coinvolti gli allievi della prima classe della Scuola Media di Tesserete.

Passeggiata tra i meli in fiore lungo il sentiero “A spasso con una mela” accompagnati da Muriel Hendrichs, responsabile Alberoteca Capriasca.

Visita “Petit Atelier” laboratorio artigianale di ceramica a Bigorio di Lidia Regoli.

Pranzo di inizio estate, presso il ristorante “Le Betulle” a Origgio

Gita annuale a Cevio con visita guidata del Museo Vallemaggia e visita del “Quartiere californiano” a Someo. [Lettera di ringraziamento del Comune di Cevio.](#)



Incontri informali dalle 14.00 alle 17.00 presso la buvette del FC Stella Capriasca, Arena Sportiva di Tesserete. Durante i periodi da metà marzo a metà giugno e da inizio settembre a metà novembre è stata offerta la possibilità di due chiacchiere in compagnia.

La tombola settimanale è stata organizzata settimanalmente dall'Associazione Pom Rossin al giovedì pomeriggio presso il Centro socioculturale da settembre a giugno.

Dedichiamo attenzione all'informazione tramite il sito web e pubblicando regolarmente i programmi d'attività nella rivista periodica “terzaetà”.

Segnaliamo l'ampia e interessante offerta di attività proposte dall'ATTE cantonale dalla Sezione regionale ATTE Luganese in diversi ambiti.

Solidarietà con il Moesano e l'Alta Valle Maggia

Le alluvioni che hanno colpito il Moesano e l'Alta Valle Maggia hanno causato perdite umane e ingenti danni materiali. Le impressionanti immagini delle alluvioni e la cronaca di quelle terribili ore sono ancora vive e presenti nella mente di ognuno di noi.

Il Comitato ha deciso di versare un contributo di solidarietà di 1'000 fr. al fondo a favore del Moesano e un analogo contributo per quello dell'Alta Valle Maggia. In occasione della gita a Cevio l'assegno è stato consegnato di persona alla Sindaca Wanda Dadò.

A seguito del crollo del ponte Visletto per diverse settimane è stato interrotto il collegamento stradale con l'agglomerato di Cevio, la Valle Bavona, Valle Rovana e la Valle Lavizzara.

La scelta di organizzare la gita annuale a Cevio è stata data dalla volontà di sostenere le Comunità di Valle con una presenza nei loro territori.

Abbiamo altresì deciso di fermarci per il pranzo presso il Ristorante Castello a Cevio; che a seguito dell'alluvione era rimasto chiuso per due mesi, un gesto molto apprezzato dalla Sindaca e dai ristoratori.

Situazione finanziaria

Alla trattande 5 la contabile-cassiera presenterà nel dettaglio i conti relativi all'esercizio 2024. Nell'insieme i costi rispettano quanto previsto nel preventivo e risultano inferiori a quanto approvato in sede di preventivo.

Ricordiamo che la sezione ATTE luganese mette annualmente a disposizione del Gruppo regionale l'importo di fr. 2.00 per ogni membro a sostegno dei costi per organizzare le diverse attività, complessivamente ha versato per il 2024 l'importo di fr. 744.

L'ATTE cantonale ha riconosciuto al nostro gruppo un contributo di fr. 2'200 per il costante impegno nel promuovere attività a beneficio della salute e del benessere fisico. 200 fr. a sostegno della nostra attività sono stati versati anche da Comune di Origlio.

Conclusione

La costante e numerosa partecipazione alle diverse attività, l'apprezzamento espresso dalle socie e dai soci che le hanno animate, lo spirito di famiglia che le ha contraddistinte sono motivi di soddisfazione per il Comitato.

Desideriamo dare continuità e ampliare le proposte, grazie ai suggerimenti e alla vostra collaborazione, valorizzando così le potenzialità di "noi anziani".

Il Gruppo ATTE Capriasca e Val Colla è una delle molteplici presenze attive a livello locale e regionale che opera a favore della comunità.

Rivolgiamo un grande grazie alle colleghe e colleghi di Comitato, ai Revisori, alle volontarie e ai volontari, che hanno organizzato o gestito le attività.

Esprimiamo un grazie particolare a Franca Devecchi, Giuliana Fumasoli, Giusy Lurati che hanno assicurato il servizio dei pranzi condivisi, a Simona Eberli responsabile dell'attività "Camminare in compagnia", a Luca Bega monitore della ginnastica dolce, allo staff di cucina della Casa Capriasca diretta da Simone Galli, al Comune di Capriasca per la messa a disposizione gratuita della sede, al Dicastero attività culturali, eventi, sport e turismo per la collaborazione e il sostegno finanziario, ai diversi servizi amministrativi comunali per l'appoggio e l'accompagnamento riservato alle nostre iniziative e al Comune di Origlio per il contributo finanziario.

Per il COMITATO:

20 gennaio 2025

Elio Fumasoli Presidente