

Editoriale

Care socie di Forum elle Care lettrici e cari lettori

questa è l'ultima edizione del Bulletin di cui sono responsabile. Pertanto vi ringrazio di cuore per la vostra fedeltà e colgo l'occasione per salutarvi.

Dopo aver ricoperto la carica di Presidente centrale di Forum elle per quattro anni, durante l'Assemblea dei Delegati del 10 maggio 2016 affiderò questa carica a qualcun altro. Sono molto lieta di comunicarvi che Beatrice Richard-Ruf si è detta disponibile a svolgere questo compito. Madre di due bambini, nell'autunno 2016 lascerà la carica di presidente del comune di Stans NW, e avrà il piacere – in caso verrà eletta – di assistervi come Presidente di Forum elle.

Vi chiedo di sostenere Beatrice Richard-Ruf come avete fatto con me: attraverso stimoli, critiche costruttive, lodi e rimproveri. In questo modo porteremo avanti Forum elle insieme.

Vi faccio i miei migliori auguri
La vostra Esther Girsberger



Esther Girsberger
Presidente centrale
esther.girsberger@forum-elle.ch
www.forum-elle.ch

Sommario

02 *Forum*
Dalle sezioni.
Indirizzi/Impressum

05 *Incontri*
David Bosshart del GDI
Gottlieb Duttweiler Institute
sul futuro della vecchiaia.

09 *Ritratto*
Cornelia Hürzeler di vitamin B,
ufficio di riferimento per le
associazioni.



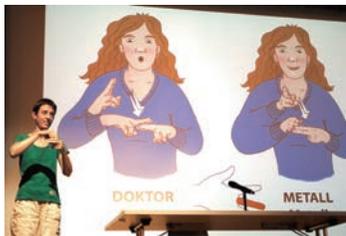
12 *Reportage*
Jass generazionale nella
scuola di Bronschhofen.

16 *Tema*
Seraina Rohrer, direttrice
delle Giornate di Soletta,
parla del piacere del cinema.

Sezione Basilea

I sordi sono persone visive

Dieci anni fa l'autrice sorda Marina Ribeaud ha fondato la sua casa editrice Fingershop ad Allschwil, per avvicinare anche gli udenti alla lingua dei segni attraverso conferenze. La sezione Basel l'ha invitata un pomeriggio a un incontro definito dal motto «La lingua dei segni come strada per uscire dal silenzio». Le partecipanti hanno avuto modo di assistere a una conferenza estremamente interessante. Nella sala immersa nel silenzio tutti cercavano di riprodurre con le proprie dita ciò che Marina Ribeaud spiegava. Era presente anche un interprete di lingua dei segni che traduceva. La conferenza non solo è stata entusiasmante, ma ha anche permesso una maggiore comprensione riguardo ai non udenti.



Tour de Suisse

Sezione Vaud

Un laboratorio nucleare, una distilleria e una bottega di zoccolai

A maggio la sezione Vaud ha offerto ai suoi membri tre esperienze insolite. Sullo sfondo delle discussioni sulle centrali nucleari è stata organizzata una visita al laboratorio sotterraneo del Mont Terri a Saint-Ursanne, per capire meglio l'energia nucleare e scoprire qualcosa di più sullo stoccaggio delle scorie radioattive. Dopo la visita le partecipanti hanno proposto di recarsi in un'altra centrale anche nel 2016. Il centro visitatori del Mont Terri è facile da trovare su Internet e vale la pena di essere visitato. Il programma alternativo ha visto le cittadine del Canton Vaud dividersi in due gruppi per visitare rispettivamente l'ultimo zoccolai della Svizzera nella località di Cornol e una distilleria, per scoprire e imparare cose nuove.

Sezione Schiaffusa

Dentro il film

A novembre circa 110 ospiti hanno accettato l'invito della sezione Schaffhausen a un pomeriggio all'insegna del cinema, durante il quale è stato proiettato il film «Drei Mann in einem Boot» («Tre uomini in una barca») con Heinz Erhardt, Hans-Joachim Kulenkampff e Walter Giller. Nel film i tre uomini fanno una vacanza sul Lago di Costanza e insieme comprano una barca per fuggire dalle mogli. Mentre vanno ad Amsterdam si vede Schiaffusa con il Munot e lo Schifflände, le Cascate del Reno e anche Stein am Rhein. Durante la pausa c'è stata una sorpresa: sono stati serviti popcorn fatti in casa e gelato in due gusti diversi portati su bancarelle ambulanti sostenute da donne in merletti.



Gelato di produzione propria.



L'incredibile lavoro nell'ultimo laboratorio di zoccoli della Svizzera.

Sezione Alto Vallese

Viaggio alla montagna delle montagne

Nel 2015 nel Vallese è stato celebrato l'anniversario per i «150 anni dalla scalata al Cervino», e naturalmente anche la sezione Oberwallis era presente a Zermatt. Per i tre giorni 32 partecipanti hanno reso onore alla «Gran Becca», la montagna più famosa della Svizzera. Con la Matterhorn Gotthard Bahn (MGB) sono arrivati fino a Zermatt, per poi compiere una camminata tonificante lungo l'«AHV-Weg», tra larici e pini cembri, fino al Grandhotel Zermatterhof per il pranzo. Nel pomeriggio non poteva mancare la visita al Museo del Cervino e, infine, a conclusione dell'evento, alle 17.30 è stata fatta una «Visita per il paese per la prima scalata al Cervino nel 1865», alla scoperta di una Zermatt un po' diversa con interpreti dell'associazione teatrale in costume.



Sezione Friburgo

Un organo di fama mondiale

Durante un assolato giorno di novembre 62 membri della sezione Fribourg si sono recate nella Cattedrale di San Nicola a Friburgo, che ospita al suo interno il pregiato organo di Aloys Mooser. Lo strumento è stato realizzato nel 1834, diventando ben presto un'attrazione cittadina che ha attirato a Friburgo anche Bruckner e Liszt. La storia dell'organo è rinomata: essa narra che nel secondo decennio del 1800 un fulmine colpì il campanile, distruggendo il vecchio organo. Quindi Aloys Mooser, che abitava proprio dietro l'angolo, venne incaricato di costruire un nuovo strumento. Egli realizzò un organo con 60 registri sonanti, a quattro manuali e pedali, acquistando fama mondiale. Grazie proprio ai suoi registri l'organo all'epoca era lo strumento più grande della Svizzera. L'organo viene accordato tre o quattro volte all'anno, e ogni 20-30 anni le canne vengono ripulite dalla polvere. L'ultima grande pulizia è stata fatta nel 2010 per un costo di circa 150 000 franchi. Lo strumento appartiene alla città e la parrocchia deve occuparsi della manutenzione.

Sezione Zurigo

Nella gola di Twannbach: un mondo da fiaba

A settembre, accompagnati da Elisabeth Schönbächler, 18 membri della sezione Zürich hanno fatto una passeggiata lungo sentieri tranquilli: da Magglingen fino all'ingresso della gola di Twannbach. Prima di scendere sono entrati nel laboratorio di soffiatura del vetro Zünd, un piacere per gli occhi e il palato. Anche la gola di Twannbach non è un luogo qualunque: sembra un bosco fiabesco fatto di pietre e alberi coperti di muschio tra i quali si diramano passaggi stretti e alti.



Cattedrale di San Nicola a Friburgo.

Impressum

Editore: Forum elle, www.forum-elle.ch, organo della Migros non statutario, apolitico e aconfessionale.
Testo e redazione: Christine Loriol, www.christineloriol.ch. **Layout e stampa:** LD Media, Spreitenbach.



Una buona carne è una questione di fiducia



Una impresa della
MINDUSTRIE

Come invecchieremo

Diventiamo tutti più vecchi. Ma come vivranno le persone anziane di domani? Nello studio «Digital Ageing» il GDI Gottlieb Duttweiler Institute ha sviluppato quattro scenari, che rappresentano le possibili reazioni della società alle sfide del cambiamento demografico. Intervista a David Bosshart, direttore del GDI.

David Bosshart, Lei dice che i confini della vecchiaia spariranno. Che cosa intende?

Viviamo con un'idea fissa delle fasi della vita che si è sviluppata nell'arco di molte generazioni e che nel mondo industrializzato ha dato vita a dei pregiudizi. Prima si è giovani e in forma, poi si vive intensamente in età lavorativa, infine arriva il tramonto della vita, e, vecchi e fragili, si va in pensione. Il che spesso significa anche improduttivi e deboli, dipendenti e raggrinziti: un costo e un fardello per la società. Questi cliché non sono più veri da tempo ormai.

E perché i confini della vecchiaia spariscono?

Perché oggi una persona di 60, o anche di 70 anni ha davanti a sé ancora una vita piuttosto lunga, sana e salutare, perché impara ancora cose nuove e perché può ancora essere produttiva. L'età di 60 anni, è più una soglia mentale, ma una volta superata ci si comincia a porre domande esistenziali diverse rispetto a prima. Perché? Perché le convenzioni sociali sono molto meno rigide e le opportunità per le persone attive molto più grandi rispetto a 20 o 30 anni fa. I nuovi vecchi si ribellano, tornano a scuola, fanno di nuovo progetti e sono integrati nella società. – E a proposito: le persone anziane della Svizzera sono le più sane d'Europa.

GDI

Il GDI Gottlieb Duttweiler Institute è un Think-Tank europeo indipendente per il commercio, l'economia e la società, fondato nel 1962 da Gottlieb Duttweiler. Il GDI studia i megatrend e i contro-trend e sviluppa scenari sul futuro. I risultati vengono pubblicati e discussi.

Il Dr. David Bosshart è il CEO del GDI dal 1999. È autore di diversi scritti e un rinomato relatore plurilingue. Lo studio del GDI «Digital Ageing» è disponibile sul sito gdi.ch.

Che influenza hanno le nuove tecnologie?

Un'influenza sempre maggiore. Utilizzata nel modo giusto la tecnologia aiuta enormemente a invecchiare conservando la propria autonomia. Ci troviamo solo all'inizio di un processo di apprendimento. Possiamo eseguire ogni giorno dei controlli della salute basati su dati, pianificare la giornata in modo migliore, controllare meglio le spese, semplificare la comunicazione con amici e familiari – tutto questo migliora la qualità della vita e fa desiderare dei cambiamenti.

Dove ci porterà tutto ciò?

Questo non lo sappiamo. Perciò è così importante pensare per tempo al proprio futuro. Purtroppo però molti continuano a rimandare la questione. E non mi riferisco solo ai giovani, anche chi ha raggiunto i 55 anni non pensa molto a come intende trascorrere il proprio futuro. Naturalmente siamo molto viziati e dimentichiamo che lo stato non può assumersi sempre più costi e soddisfare le esigenze più bizzarre. Per essere felici è fondamentale che le persone diventino più indipendenti, imparino a prendere delle decisioni e ad assumersene la responsabilità. Più invecchiamo più ne siamo consapevoli.

Il GDI ha sviluppato quattro scenari con le possibili reazioni della società alle sfide del cambiamento demografico. Quali sono?

Abbiamo definito due assi: crescita e disposizione al cambiamento nella vecchiaia e atteggiamento verso le nuove tecnologie. Da un lato più si invecchia, più sono le cose che si desidera conservare. Ciò che si è fatto volentieri in passato dovrebbe continuare a essere possi-

bile. La maggior parte degli intervistati tuttavia durante la vecchiaia intende anche percorrere nuove strade e crescere. Mentre le persone conservatrici si ritirano dalla vita lavorativa, godendosi la pensione e occupandosi dei nipoti, coloro che non si lasciano condizionare dall'età biologica tornano a scuola, lavorano

«Tutte le persone si sentono più giovani rispetto alla loro età biologica. Tendenza che si rafforza con l'avanzare dell'età.»

a tempo parziale e conquistano «pianeti sconosciuti». Dall'altro la tecnologia può essere anche utilizzata in modo proattivo o difensivo. Abbiamo descritto così gli stili di vita dei quattro tipi di vecchiaia: Conservative Ager (poca tecnologia, tendenza a conservare invece di crescere), Predictive Ager (molta tecnologia a favore della propria salute, ma usata in modo conservativo), Rebel Ager (tecnologia per migliorare lo stile di vita, nuovo inizio con la vecchiaia) e Ageless Ager (molta tecnologia e molta crescita – riscoprendosi sempre in modo nuovo).

Cosa comporta il fatto che le fasi della vita sono meno separate tra loro e che non viviamo più secondo l'età?

In pratica che sarà più difficile distinguere tra madre, figlia e nonna nella società. Una società produttiva però può rinascere imparando ad abbandonare i vecchi cliché.

**Ultimamente una rivista ha pubblicato la frase «75 è il nuovo 65». Lei è d'accordo?**

C'è una versione ancora più estrema, e cioè: 100 è il nuovo 60. Dai nostri studi è emerso che dopo i 40 anni si verifica una cesura: tutte le persone si sentono più giovani rispetto alla loro età biologica. Tendenza che addirittura si rafforza con l'avanzare dell'età. Perciò chi ha 60-70 anni in Svizzera si sente 12 anni più giovane, chi ha 70-80 anni 16 anni più giovane, e nel caso degli uomini anche 18,5 anni più giovane. Nessuna delle persone tra i 70 e gli 80 anni intervistate si sentiva più vecchia rispetto alla propria età biologica.

Cambierà anche il nostro atteggiamento verso la morte?

Sì, senza dubbio. La morte resta ciò che ci rende tutti uguali. Ma il desiderio e le possibilità di rimandare la morte aumentano costante-

mente grazie a tecnologie sempre più precise e intelligenti.

Come reagisce l'economia alle vostre scoperte?

Per ora si è dimostrata fin troppo dubbiosa. Sappiamo che quasi tutto cambierà, ma manca il coraggio di sviluppare nuovi programmi e idee.

E come dovrebbero reagire l'economia e la società?

Sarebbe bello se si occupassero anche del futuro, invece di impan-tanarsi solo nella politica del giorno. Imparare attraverso gli esperimenti, dare dei modelli, in modo da rendere più semplice per le persone cambiare se stessi.

E noi persone comuni dobbiamo ripensare la vecchiaia?

Esistono forse individui diversi dalle persone comuni e da coloro che affermano e basta di essere qualcos'altro?

Le marche Migros, al cuore dei gusti svizzeri.

MGB - www.migros.ch - jms@amzn.it


Michael Erismann,
responsabile progetti Frey



Cioccolato Frey Tourist.
Uno dei circa 10'000 articoli
che produciamo per i gusti
della Svizzera. Ciò che ci
sta più a cuore lo facciamo
noi stessi.

MIGROS

M per Momenti unici.

**NOI FIRMIAMO.
NOI GARANTIAMO.**



www.noifirmiamo-noigarantiamo.ch

Il grande amore per l'associazione

Da 15 anni vitamin B si impegna a favore delle associazioni in Svizzera. Cornelia Hürzeler ha per così dire inventato vitamin B, senza mai perdere il suo entusiasmo. Un incontro.

Cornelia Hürzeler è sempre stata interessata a capire come funziona il mondo e le persone: «Voglio sapere cosa cambia e in che modo, come avvengono i processi sociali e come reagiscono le persone, e quali potenzialità ci sono in proposito.» Cornelia Hürzeler lavora da 19 anni presso il Percento culturale Migros, ottenendo risultati incredibili. Inizialmente era insegnante in una scuola primaria, poi ha studiato sociologia e storia economica e sociale. Nell'organizzazione del proprio lavoro gode di un ampio margine di manovra. La combinazione di stato, mercato e società si concretizza in modo magnifico nei suoi compiti – anche nel lavoro quotidiano: «Quando mi siedo con gli altri rappresentanti e i partecipanti a un tavolo per un progetto, noi del Percento culturale Migros possiamo dare contributi preziosi, perché siamo indipendenti.»



vitamin B

vitamin B assiste le associazioni con consulenze, informazioni e corsi di perfezionamento. Dal 2000 le offerte vengono sviluppate e realizzate dal Percento culturale Migros. Da 13 anni è presente un ufficio di riferimento. Le offerte sono rivolte a tutte le associazioni e le organizzazioni di utilità sociale che si impegnano per uno sviluppo democratico e solidale della nostra società.

www.vitaminb.ch

Cornelia Hürzeler

Cornelia Hürzeler (54) è responsabile dei progetti nella Direzione affari culturali e sociali presso il Percento culturale Migros. La sociologa è sposata, ha due bambini e vive a Zurigo con la propria famiglia. Ha fondato e sviluppato vitamin B.

In veste di responsabile dei progetti per affari sociali presso il Percento culturale Migros 15 anni fa ha fondato nell'ambito dei propri compiti vitamin B, oggi ufficio di riferimento per le associazioni. «Le associazioni sono formidabili!» Questa è la sua frase più importante, di cui è convinta ed entusiasta da sempre. vitamin B è la storia di un successo. In 15 anni sono state tenute circa 5000 consulenze, 250 corsi di perfezionamento e seminari che hanno visto la partecipazione di circa 5000 persone.

Cornelia Hürzeler ama l'argomento come in passato: «Il lavoro delle associazioni e dei volontari rappresenta il cuore della Svizzera. Innumerevoli persone si impegnano per tantissime ore nel proprio tempo libero: per la cultura, lo sport e i temi sociali.» E l'associazione è assolutamente adeguata ai tempi: «Rappresenta una forma di organizzazione semplice per tutti coloro che desiderano realizzare qualcosa. Non potrebbe esserci niente di più pratico.» Il volontariato, afferma Cornelia Hürzeler, è imprescindibile per lo sviluppo sociale della Svizzera. Il panorama delle associazioni è diversificato tanto quanto le persone. «Siamo contenti che esistano le associazioni.»

Contare pinguini in Antartide

L'entusiasmo per le persone che insieme e in modo volontario si impegnano per qualcosa si accorda con il carattere di Cornelia Hürzeler. Lei vive con la famiglia in una casa con giardino a Zurigo, dove ama fotografare e osservare gli animali con la sua fotocamera per fauna selvatica. «È incredibilmente stupendo controllare la fotocamera mentre faccio colazione, per vedere se è riuscita a beccare un tasso. O

una famiglia di ricci!» Naturalmente davanti al suo ufficio privato ha installato una «pista di atterraggio per uccelli», cioè una mangiatoia. Cornelia Hürzeler è registrata presso l'associazione Stadtwildtiere di Zurigo come osservatrice ufficiale; talvolta osserva gipeti nell'Engadina, e nei momenti di tranquillità siede al

«L'associazione è una forma di organizzazione semplice per chi vuole realizzare qualcosa. E non potrebbe esserci niente di più pratico.»

computer e conta i pinguini in Antartide: «Si tratta della citizen science, scienza che vede la partecipazione di cittadini e cittadine. Molti progetti scientifici non verrebbero realizzati altrimenti.» Il conteggio dei pinguini funziona così: su un sito vengono caricate delle foto dell'Antartide. Gli osservatori registrati le scaricano e contano i pinguini con un clic. Ogni foto viene mostrata a tre osservatori, per ricevere un valore più sicuro.

In Svizzera ci sono circa 100 000 associazioni. E anche se alcune si sciolgono, ogni anno ne nascono di nuove. Cornelia Hürzeler: «Le associazioni non stanno morendo. Il panorama delle associazioni è vivace e in movimento.» vitamin B assiste anche molte persone giovani e molti ragazzi: «Più che ad appartenere a un'associazione, loro sono interessati a un tema che li entusiasma. Molti



giovani si impegnano. Organizzano eventi o concerti e non sanno che in questo modo stanno facendo del volontariato.» Fondano l'associazione quando si accorgono che così facendo è più semplice perseguire il loro obiettivo. La forma giuridica dell'associazione facilita molte cose, per esempio per quanto riguarda la responsabilità. Lavorare nell'amministrazione significa anche corsi di perfezionamento. Cornelia Hürzeler: «Permettono di sviluppare competenze e dare prova di sé.»

Ed è proprio questo l'obiettivo originario di vitamin B: fornire a co-

loro che si impegnano volontariamente conoscenze specialistiche, consulenze e corsi di perfezionamento. Oggi vitamin B offre non solo workshop e seminari, bensì anche strumenti per la fondazione di un'associazione e dossier tematici in Internet.

15 anni fa questo tipo di assistenza era una novità, e ancora oggi continua a essere unico. I comitati delle associazioni vengono rafforzati con offerte che soddisfano elevati standard specialistici. I temi vanno dalla direzione dell'assemblea generale, alla redazione della relazione annuale fino alla risoluzione dei conflitti o la raccolta di mezzi.

La vita di Cornelia Hürzeler comprende anche cose che lei non fa per gli altri o con gli altri? «Mi piace sedermi e leggere voracemente dei gialli. Tanto per fare un nome: Fred Vargas e il suo commissario Adamsberg di Parigi! Le storie sono semplicemente fantastiche e sempre un po' bizzarre.»



Tornei di jass con più generazioni.

Giocare a jass può rendere felici

Quando giovani e anziani siedono in quattro intorno a un tavolo e si divertono giocando a jass, è molto probabile che i partecipanti siano della Svizzera orientale e che giochino allo jass generazionale. Le partite hanno luogo durante tornei e anche a scuola. Una visita nella classe secondaria 1sa della scuola media di Bronschhofen presso Wil.

Nella scuola media di Bronschhofen presso Wil SG il nuovo anno inizia alla grande: il sole mattutino splende invitante, il portiere offre gentilmente il proprio aiuto, nella stanza vuota viene offerto del caffè e ci si dà del tu. Ursula, Heinz e Otto si siedono su un divano. Andrea offre cornetti, Natalie è contenta. Dopo la pausa vanno insieme in classe 1sa, dove le scolare e gli scolari siedono ai banchi in gruppi di quattro. Ogni bambino ha scritto il proprio nome su una targhetta bianca. E si comincia. L'insegnante, Andrea Heuberger, chiede agli ospiti di presentarsi: «Io sono Otto Wieland di Frauenfeld e probabilmente sono il più vecchio qui. Ho già 67 anni di pratica nello jass alle spalle, gioco ancora a jass

una volta a settimana, anche con i miei quattro nipoti.» Anche Ursula Wanner è una pensionata: «Per me è importante trasmettervi il piacere dello jass.» Heinz Dätwyler, un tempo insegnante, ha sette figliocci e dice: «È bello avere uno scopo anche da vecchi.» È evidente per tutti che non vede l'ora di trascorrere le prossime ore con la 1sa.

Tutti e tre sono partner di gioco e assistenti richiesti. Lo jass generazionale è un'idea di Natalie Brägger, responsabile progetti comunicazione/Percento culturale Cooperativa Migros Svizzera orientale, che aveva il compito di sviluppare progetti generazionali. «Quando ero piccola i miei nonni mi hanno insegnato a giocare a jass», lei racconta.



oekom Rating 2015:

La Migros: il commerciante al dettaglio più sostenibile del mondo.

Promettiamo a Giosua di aumentare del 30% il nostro assortimento per allergici.

Entro la fine del 2016 introdurremo gradualmente nuovi prodotti senza lattosio, glutine e altri allergeni.

Di più su generazione-m.ch

GENERAZIONE M

MIGROS
M per il Meglio.

I nostri prodotti per chi soffre di allergie e intolleranze sono in vendita in filiali Migros selezionate e presso LeShop.ch.

Jass generazionale

Lo jass generazionale è un progetto della Cooperativa Migros Svizzera orientale con il Percento culturale Migros. Riunisce persone anziane e giovani tramite il gioco. Le informazioni più importanti sono disponibili sul sito. Natalie Brägger sarà lieta di fornire suggerimenti a giocatrici e giocatori di jass di altre regioni o sezioni che vogliono farsi contagiare dalla Svizzera orientale. I prossimi tornei si terranno nell'autunno 2016. I progetti scolastici continueranno per tutto l'anno.

www.generationen-jass.ch

«Conservo ancora oggi bellissimi ricordi delle ore trascorse con loro.»

Con il progetto jass generazionale il Percento culturale Migros mette giocatrici e giocatori di jass esperti a disposizione degli insegnanti interessati. Questi sono presenti alle lezioni come sostegno e aiutano a far conoscere a bambini e ragazzi la variante Schieber dello jass. Natalie Brägger: «Ci vogliono persone con una buona conoscenza dello jass, soprattutto nella variante Schieber, a cui piaccia stare insieme e lavorare con i bambini, con la pazienza per spiegare le regole e naturalmente il tempo e la voglia di impegnarsi in modo volontario.»

«Imparare può anche essere un piacere. Per me è importante che lo sia.»

Andrea Heuberger, insegnante della classe 1sa Bronschhofen

Esercizi di «Mao Mao»

Ursula Wanner, Otto Wieland e Heinz Dätwyler, che si trovano ora davanti alla classe 1sa di Bronschhofen, fanno parte di questa cerchia di persone. La classe di Andrea Heuberger si è preparata per questa mattinata: i ragazzi hanno studiato le carte e le regole, hanno letto di nuovo i documenti sull'argomento e il giorno prima hanno fatto un po' di esperienza con il gioco di carte «Mao Mao». Sei ragazzi della 1sa fanno già giocare a jass e a loro viene affidato un tavolo con tre compagni. Heinz Dätwyler si siede insieme ad altri tre ragazzi. Otto Wieland e Ursula Wanner vanno in giro come coach. L'insegnante Andrea Heuber-

ger e la responsabile dei progetti Natalie Brägger supervisionano l'evento, pronte a intervenire in caso ci sia bisogno di aiuto.

Persino la giornalista si lascia catturare dall'atmosfera e resta al tavolo di Etienne, Larissa, Pascal e Yeshe. Durante questo giro Etienne è lo jasser. La prima volta si gioca a carte scoperte. Etienne spiega, Larissa se la cava bene, Pascal fa fatica a ordinare e tenere le carte in mano, Yeshe non parla molto, ma osserva concentrato. Gli altri compagni diventano invisibili ai loro occhi.

A gennaio vengono fatte sei lezioni di jass, in ciascuna delle tre classi della scuola media di Bronschhofen. L'obiettivo è il campo invernale a fine gennaio, quando i ragazzi dovranno giocare a jass tra loro, partecipando a un piccolo torneo.

Preziose ore scolastiche

Dopo quattro giri bisogna fare una pausa, arieggiare l'aula e muoversi un po'. L'insegnante ne approfitta per scambiare qualche parola. Anche Andrea Heuberger è un'appassionata giocatrice di jass, e da bambina giocava a jass tutte le sere un quarto d'ora con il padre. L'idea dello jass generazionale l'ha subito conquistata e la collaborazione con i giocatori di jass generazionale per lei è prezioso: «Giocando allo jass a lezione i ragazzi esercitano diverse capacità: concentrazione, riflessione, comunicazione, ma anche integrazione, capacità di calcolo, movimento e motivazione.» Il tempo della lezione è tutt'altro che sprecato o passato in chiacchiere. «Imparare può anche essere un piacere. Per me è importante che lo sia e in queste lezioni si impara molto. Pertanto concedo volentieri ogni tanto una lezione di lingua, che verrà poi recuperata nel corso del semestre.»

Il festival cinematografico come evento per tutti

Il 18 marzo a Zurigo verranno assegnati i Premi del cinema svizzero. Motivo più che sufficiente per parlare di cinema, film e festival cinematografici – con Seraina Rohrer, direttrice delle Giornate di Soletta.

Soletta, Zurigo, Baden, Winterthur, Berna. Nyon, Neuchâtel, Friburgo, Ginevra, Losanna, Bellinzona, Locarno, e non finisce qui. I festival cinematografici sono molto apprezzati in Svizzera. E questo non riguarda solo gli eventi tradizionali, importanti o internazionali come le Giornate di Soletta, il Festival del film di Locarno, o il ZFF, il Film Festival di Zurigo, nato di recente ma già di grande rilievo. Sono moltissimi i festival del cinema che si tengono nelle città più disparate, dedicati a vari generi: lungometraggi, film svizzeri, documentari, cortometraggi, film di animazione, film per ragazzi – la lista potrebbe continuare all'infinito. Per ciascuno di questi ci sono eventi cinematografici grandi e piccoli, estivi e in open air, sul lago, di quartiere, in montagna, nei centri storici, che non mancano mai di deliziare il pubblico.

I festival cinematografici svizzeri d'altro canto offrono a molti film possibilità in più. Questi eventi rappresentano delle opportunità vantag-

giose per chi ama fare scoperte. La ricetta è semplicissima: basta controllare su Internet il programma, scegliere un giorno – se il festival è in una località vicina – oppure organizzare una piccola gita con pernottamento, andare sul posto, provare quello che capita e poi tornare a casa arricchiti e soddisfatti dell'esperienza. Le Giornate di Soletta si tengono sempre a fine gennaio, il festival sui documentari «Visions du Réel» di Nyon a fine aprile e Locarno si organizza per agosto, per fare solo tre esempi.

Incontro e confronto

Seraina Rohrer, direttrice del festival Giornate di Soletta, che quest'anno festeggia il 51° anniversario: «Durante l'evento, oltre ovviamente al programma, in primo piano ci sono l'incontro con altre persone e con chi realizza i film. La possibilità di confrontarsi riveste un ruolo centrale. Che sia nella sala dopo la proiezione, durante discussioni pubbliche o in un bar o un'osteria.» Non c'è bisogno di essere

esperti di film per divertirsi durante un festival. «Massimo un terzo dei nostri biglietti vengono acquistati durante la prevendita. Tutte le altre offerte sono pensate in modo tale che una persona possa trascorrere la giornata del festival a proprio piacimento.» Quindi perché non guardare due o tre film invece di uno solo, nel corso di una singola giornata? Oppure, invece di andare al cinema solo la sera, perché non vedere un film anche già alle 10 di mattina? O a mezzanotte? Chi lo prova si accorge subito che non appena nel cinema le luci si spengono e lo schermo si illumina, si spalancano le porte di un nuovo mondo. In qualunque periodo dell'anno.

Chi va al cinema e chi no

Seraina Rohrer afferma che i film o i festival cinematografici attirano soprattutto spettatori più maturi e fa riferimento ai sondaggi tra il pubblico delle Giornate di Soletta: «I giovani vanno spesso e volentieri al cinema, come anche le persone sopra i 50 anni. Notiamo invece una lacuna soprattutto nella fascia tra i 30 e i 40 anni. Suppongo che ciò sia dovuto anche al fatto che le persone in questa fase della loro vita hanno spesso dei figli piccoli. Questo gruppo non ha tempo, e spesso neanche energie a sufficienza per recarsi al cinema o ai festival.» Lo stesso vale per gli spettatori del cinema, dice la direttrice. «A Soletta la fascia di età over 50 è rappresentata in modo molto marcato. E inoltre presenta una maggioranza di donne.»

Tuttavia attraverso la digitalizzazione c'è stata una modifica dei programmi. Seraina Rohrer: «Le copie digitali costano molto meno delle copie analogiche di prima. Questo significa che prima per ogni



film bisognava pianificare le proiezioni in modo molto rigido. All'inizio un film andava nelle grandi città, poi le copie venivano distribuite all'interno delle regioni, dove venivano proiettate per un numero di settimane fisso.» Oggi i cinema decidono in modo più autonomo per quanto tempo proiettare un film. «Se un film svizzero non raggiunge abbastanza incassi già il primo fine settimana, viene eliminato dal programma molto velocemente.» Naturalmente ci sono anche cinema che si preoccupano di avere un'offerta diversificata, ma anche questi hanno bisogno di fare sufficienti incassi. «Per cui spesso un film con James Bond vince contro un film svizzero, anche se questo è altrettanto bello.» Ciò, digitalizzazione a parte, è dovuto anche al budget destinato al marketing, in certi casi molto più limitato rispetto alle grandi produzioni hollywoodiane. I cinema con molte sale più piccole in questo senso sono un vantaggio perché possono proiettare contemporaneamente e per più tempo un maggior numero di film, come i cinema Riffraff e Houdini a Zurigo. «Questo va a favore dei film.»

La «Settimana dei nominati»

Dal 14 al 20 marzo, prima dell'assegnazione dei Premi del cinema svizzero, a Zurigo (Filmpodium) e Ginevra (Grütli) verranno proiettati i film dei nominati. L'ingresso costa 5 franchi. Nel fine settimana del 19/20 marzo i film vincitori potranno essere visti gratuitamente. Il programma è a disposizione presso l'amministrazione comunale di Zurigo e di Ginevra, nonché su Internet.

I nominati stessi saranno presenti alla maggior parte delle proiezioni.

www.schweizer-filmpreis.ch/it/sotto-Manifestazioni



Sensazioni ed emozioni a tutto tondo

IL GRUPPO MIBELLE SVILUPPA PRODOTTI PER LA CURA DEL VISO E DEL CORPO CHE RISPONDONO ESATTAMENTE ALLE NECESSITÀ DEI MERCATI. BASANDOSI SEMPRE SULLE SCOPERTE SCIENTIFICHE PIÙ RECENTI. TENENDO SEMPRE PRESENTI I CAMBIAMENTI DEGLI IDEALI DI BELLEZZA, LE TENDENZE SOCIALI E GLI SVILUPPI DEL COMPORTAMENTO DEI CONSUMATORI.

I capelli fini hanno meno sostanza di quelli più spessi. E per questo motivo risultano meno voluminosi e compatti, sono meno pettinabili e più difficili da mantenere in piega. L'efficace formula dei prodotti I am **Professional Full & Strong**, arricchita dal sistema PRO Boost, penetra rapidamente e garantisce immediatamente capelli più pieni e pettinabili. Prodotti disponibili:

Shampoo Thickening con fitocheratina: dona vitalità, morbidezza e sensibilmente più volume e sostanza.

Balsamo Strong Thickening: dona morbidezza e forza ai capelli, dalla radice alle punte.

Siero Thickening: da applicare come finish sui capelli umidi o asciutti. Distribuito in modo omogeneo su tutta la lunghezza dei capelli, ne ispessisce il diametro donando più volume dalla radice alle punte.

Questi e ulteriori prodotti I am sono in vendita alla Migros.

www.mibellegroup.com



Buono a sapersi

Residenza per artisti sul Giura

Arc Romainmôtier



L'anno scorso la residenza per artisti Arc di Romainmôtier ha celebrato una nuova riapertura in seguito a ristrutturazione. L'edificio Arc appartiene dal 1981 al Percento culturale Migros. Sia la località pittoresca presso il Massiccio del Giura che la Arc valgono la pena di essere visitate. Quest'ultima in particolare offre una serie di eventi per il pubblico interessato: concerti, discussioni, presentazioni di artiste e artisti, una giornata delle porte aperte, nonché pranzi e aperitivi.

www.arc-artistresidency.ch

Studio sulla cura e l'assistenza

Sotto pressione

Cosa significa vivere bene durante la vecchiaia? La «GrossmütterRevolution» («Rivoluzione delle nonne») ha pubblicato lo studio «Care-Arbeit unter Druck» («L'assistenza sotto pressione»). La popolazione di anziani aumenta, si parla della quarta età. Le autrici Elisabeth Ryter e Marie-Louise Barben nel loro studio

non si limitano a mostrare le sfide dell'età avanzata, ma forniscono anche dei consigli su come affrontarle. Lo studio e il relativo riassunto sono disponibili sul sito di «GrossmütterRevolution» o in forma stampata presso info@grossmuetter.ch.

Nuovo ponte tibetano nel Ticino

Carasc

Il Ticino ha una nuova attrazione: il ponte tibetano nella Val Sementina costruito dalla fondazione Curzùtt-S. Barnàrd. Lungo 270 m e con un peso di circa 50 tonnellate, il Carasc è sospeso attraverso l'impervia valle tra Monte Carasso e Sementina. Permette escursioni in una zona ricca dal punto di vista storico, paesaggistico e gastronomico. Il ponte è fissato a un'altezza di 696 m e il suo punto centrale si trova a 130 m di altezza dal suolo. La passerella del ponte è larga a mala pena un metro ed è in legno di larice. Attraversare il ponte è un'esperienza unica.

www.curzutt.ch o ticino.ch.



Numero

25

«Se le donne vogliono, tutto si ferma»: questo il motto di quel 14 giugno 1991, quando ci fu lo sciopero delle donne. Circa mezzo milione di donne quel giorno misero da parte il proprio lavoro. All'epoca l'articolo della costituzione «Uomo e donna hanno uguali diritti» esisteva già da dieci anni. Tuttavia molte donne non erano soddisfatte del modo incerto in cui veniva applicato e diedero voce alla loro indignazione, in parte in modo decisamente fantasioso e creativo.



Abbasso le diete. Con i Mi-Fonds risparmi in piena forma.

Fate felice il vostro salvadanaio – con il piano risparmio già da 50 franchi.
Convincetevi voi stessi su bancamigros.ch/mifonds

BANCAMIGROS
Perché diversa.