

# Il nuovo GIORNALINO VISAGNO

Edizione: marzo 2023

## I contenuti

In questa edizione ci saranno informazioni e giochi per tutti.

Non puoi annoiarti se hai tra le mani il nostro nuovo Giornalino Visagno.

Il paese di cui parleremo questo mese, in onore dell'importanza storica di questo periodo per le sue Alpi è Claro.

Castelli, bestiame, un Monastero e un imponente montagna...



## L'editoriale mensile cartaceo e online della Residenza Visagno

I contenuti vengono scelti, ricercati e creati dai residenti della nostra struttura in collaborazione con la Specialista d'Attivazione.



*Questo mese siamo stati aiutati da più persone.*

*In particolare, un nostro residente a conoscenza del fatto che questa edizione avrebbe avuto come protagonista Claro, ha fatto delle ricerche su territorio e ci ha portato delle informazioni su un edificio di pregio conosciuto come Casaforte dei Magoria, risalente ai secoli XIV-XV.*

**Team Giornalino**



## Gli Alpi di Claro – un importante pezzo di storia

Questo mese il Team Giornalino ha il piacere di presentarvi il paese di Claro, luogo in cui si trova la nostra Residenza Visagno.

Abbiamo scoperto che storicamente, gli Alpi di Claro hanno avuto un grande impatto sulla vita lavorativa dei suoi abitanti. La maggior parte infatti allevava bestiame e grazie a quest'ultimo si garantiva la presenza alle fiere con la vendita e la commercializzazione di prodotti animali.

Per questo abbiamo deciso, in questa prima pagina di trascrivere parola per parola tutte le informazioni su queste Alpi, riportate dal sito del patriziato di Claro.

“Gli Alpi di Claro sono le stazioni più alte sulle quali, durante l'estate, soggiornavano le famiglie originarie dell'antica Vicinanza (comunità) con il loro bestiame.

La Vicinanza di Claro era frazionata in quattro Degagne<sup>1</sup>: Scubiago e Duno a nord, Brogo e Cassero a sud. Il fondovalle non garantiva un'adeguata area da coltivare per sopperire al fabbisogno alimentare della popolazione per un intero anno. Veniva a mancare anche il foraggio per il bestiame. Di conseguenza, da tempi remotissimi, la popolazione locale fu costretta a sfruttare l'ampia fascia di montagna a ridosso del paese.

Gli Alpi rappresentavano una tappa importante durante la transumanza che vedeva gente e bestie spostarsi e cambiare residenza nel corso dell'anno. Situati alla quota più alta, in una zona di pascoli comuni, gli Alpi erano abitati per un paio di mesi all'anno.

**Il trasferimento iniziava a metà marzo** con un primo spostamento dal piano fin sui monti bassi (marzo-aprile) a circa 700 m/s.m., per salire poi sui monti alti (maggio-giugno) a circa 1200 m/s.m. La salita si concludeva con il terzo trasferimento con il quale si raggiungevano gli Alpi tra i 1500 e i 2000 m/s.m. sui quali si restava nel periodo estivo.

A fine agosto si riprendeva il cammino inverso, stazionando dapprima sui maggenghi più alti (settembre-ottobre), poi su quelli più bassi fino a fine novembre, talvolta, anche parte di dicembre, prima di riguadagnare il piano per circa tre-quattro mesi invernali. Gli Alpi sono situati in una parte di territorio comune, quindi non attribuito ai privati. L'occupazione degli Alpi dipendeva dalle esigenze pratiche legate al comportamento del bestiame.

Gli alpi di Claro sono i seguenti:

- Peurétt a 1745 m/s.m., con la mudède, il corte interme-dio, dei Mòrt e di Canèe da Crèe, sopra Peurétt, sulla sin-istra dell'omonimo riale;
- Garerésc a 1783 m/s.m. con Cadín a 1656 m/s.m.;
- Mótt a 1870 m/s.m. e Provéi, la “stazione” più bassa, a 1323 m/s.m.;
- Domás a 1666 m/s.m. con le fermate alla Vòlto d'Otín, Domassóu, Stall Nòv (dove c'erano pascoli al-berati);
- Forcaríd a 1713 m/s.m. e Gascèrn, l'alpe più alto, a 2000 m/s.m.

---

<sup>1</sup> Degagne: corporazione di diritto pubblico caratteristica della suddivisione territoriale equiparabile al Patriziato.

## Marzo nei proverbi

Il nostro Cantone e i nostri avi, sono un vero vulcano di tradizioni, usi, costumi, rimedi della nonna, proverbi e modi di dire. Sappiamo che i nostri saggi antenati si affidavano agli insegnamenti del tempo e che grazie ad un passa parola di generazione in generazione ancora oggi siamo influenzati dai loro insegnamenti.

La signora Laura, insieme alla nostra ergoterapista, ha fatto una ricerca approfondita su questi insegnamenti concentrandosi sul mese di marzo. Insegnamenti che spesso vengono riconosciuti come proverbi.

### Ecco qui la sua ricerca e qualche chicca per tutti voi!

Marzo è uno di quei mesi che segna il passaggio da una stagione all'altra, con una grande differenza di temperatura.

A dicembre o a giugno per esempio, il cambio stagione non è così sentito. In questo mese invece spesso ci capita di vestirvi in un determinato modo al mattino, quando ancora le temperature sono fredde, e di doverci poi svestire man mano che le ore passano per i gradi che aumentano.

Proprio per descrivere questo cambio repentino, i nostri antenati erano soliti dire **“Marzo pazzo guarda il sole e prendi l'ombrello”**, proprio a consigliarci di stare attenti a qualsiasi evenienza ed imprevisto meteorologico.



Come già detto nella pagina precedente, marzo era il mese in cui il bestiame iniziava ad andare al pascolo per alimentarsi. Da qui nasce il detto **“Se marzo butta erba, aprile butta merda”** che, contro ogni nostra aspettativa, si riferisce al fatto che le mucche brucano nel mese di marzo, lasciando successivamente i loro residui sul prato, e dando il via ad una stagione prospera anche nei riguardi dell'agricoltura.

Proprio per la sua imprevedibilità può addirittura succedere che a marzo nevichi. Gli agricoltori e gli allevatori erano però contenti di questo arrivo, perché permetteva loro di dare acqua a terreno e bestiame. Si diceva infatti che **“la neve marzolina dura dalla sera alla mattina”** per indicarne la breve durata (a causa del caldo primaverile si scioglieva subito) e in questo modo non dava a contadini e allevatori nessun lavoro extra, ma solo beneficio gratuito.



## Il dialetto

Il dialetto è riconosciuto in tutto il mondo come lingua parlata. È delimitata a livello geografico e infatti ben sappiamo che ogni paese ha il suo, con i suoi accenti, particolarità, suoni e cadenze. Noi del Team Giornalino speriamo di trovare, mensilmente, delle parole per coinvolgervi in un piccolo gioco.

Il paese di cui parliamo questo mese è Claro. Alcuni dei residenti presenti all'interno della casa arrivano proprio da qui e per questo abbiamo pensato di proporvi un gioco che possa divertirvi, valutare le vostre conoscenze e magari riportare alla luce vecchi ricordi.

**Unisci le parole in dialetto che trovi sulla sinistra con le definizioni corrispondenti di destra.**

Crèe	Diroccato
Gárof	Grotto
Mórisc	Macerie
Cròtt	Monastero
Gárov	Claro
Ere	Cappella
Capèle	Ciottolo
Monostéi	Ammasso di detriti
Gárol	Stalla

### **Soluzioni dell'edizione precedente:**

Ranscett = tirchio, Ladìn = scorrevole, Drucch = Bottone a pressione, Fastidi grass = problemi inesistenzi, Zòtura= trottola, Drén = lampone, Ciod = chiodo, Boffit = vento

## Eventi importanti di questo mese

### 5 marzo, La Giornata del Malato

La Giornata del Malato nasce nel 1939, a Leysin, grazie alla Dr.ssa Martha Nicati (spec. in malattie polmonari), questa manifestazione viene riconosciuta in Svizzera solo nel 1943. Da quel momento viene celebrata annualmente con l'obiettivo di far incontrare persone sane e malate e contrastare la solitudine di entrambe. Nella Svizzera Italiana la <<Giornata del Malato>> viene organizzata dall'AGMSI (Associazione Giornata del Malato Svizzera Italiana).



### 8 marzo, Giornata Internazionale della Donna

Questo giorno è riconosciuto ufficialmente come Giornata Internazionale della Donna; il nome definisce e sottolinea le conquiste economiche, politiche delle donne e gli aspetti sociali annessi.

La prima Giornata Internazionale della donna fu celebrata nel 1909 negli Stati Uniti dopo uno sciopero delle donne che rivendicavano con forza delle migliori condizioni di lavoro. Solo l'anno seguente questo giorno venne introdotto anche in Europa.

### 19 marzo, San Giuseppe

San Giuseppe è lo sposo di Maria e il padre putativo (dal latino puto – cioè colui che era creduto suo padre) di Gesù; insieme formano quella che oggi conosciamo come la Sacra Famiglia.

Una tradizione antica afferma che Giuseppe è morto un 19 marzo e per questo in questa data venne proclamato il Santo del silenzio. Essendo lui il padre di Gesù si è deciso che questo giorno dovesse omaggiare tutti i padri del mondo. Nella Bibbia sono moltissime le parabole e le storie riguardo Giuseppe, una di queste ci dice che il fiore che lo rappresenta è il giglio.



### 20 marzo, finalmente è primavera

Quando riceverete il giornalino la primavera sarà già arrivata! Quest'anno toccherà al 20 marzo prendersi la responsabilità di portare finalmente il caldo e i colori della primavera nelle nostre giornate. Qui da noi, più precisamente a Claro, l'equinozio di primavera sarà lunedì 20 marzo alle 22:42. In questo preciso giorno la durata del giorno e della notte è approssimativamente uguale.

### L'ora legale

Anche quest'anno l'ultima domenica di marzo (26.03.2022) dovremo ricordarci di spostare l'orologio in avanti di un'ora. Molti non sanno che lo scopo dell'ora legale è quello di consentire un risparmio energetico grazie al minor utilizzo dell'energia elettrica. Grazie a questo spostamento delle lancette possiamo sfruttare al meglio le ore di luce che altrimenti verrebbero "sprecate" a causa di ciò che si fa in quelle ore (dormire).

# Claro



## Geografia

Claro è una frazione di 3'141 abitanti del comune Ticinese di Bellinzona.

Fino ad aprile 2017 é stato un comune autonomo e apparteneva al distretto di Riviera.

Il 2 aprile 2017, insieme ad altri comuni, è stato aggregato al comune di Bellinzona.

## Il Pizzo di Claro

Al confine tra il distretto Riviera e la Val Calanca c'è il Pizzo di Claro, conosciuto anche con il nome di Visagno.

È la cima più alta del bacino idrografico della capitale Ticinese.

Oltre ad essere una magnifica vetta panoramica è un'amatissima e famosissima meta escursionistica.

Molti sportivi la usano semplicemente per allenarsi perché il dislivello tra il fondovalle e la croce di vetta misura 2.500 metri.



## Il Monastero

Importantissimo riferimento di Claro è il Monastero, conosciuto in tutto il Ticino per la particolarità di ospitare le Suore di Clausura. Fondato nel 1490, il Monastero benedettino di S. Maria Assunta è il più antico Monastero del Ticino.

Visitando il Monastero, oltre a poter ammirare dipinti e sculture di rara bellezza e conoscere più da vicino la vita delle monache, è possibile godere di un panorama meraviglioso sulla Valle Riviera e tutto il Bellinzonese.

Per cinque secoli, ininterrottamente, le suore hanno continuato a scandire la loro vita spirituale e laboriosa nel Monastero secondo la Regola di San Benedetto.



## Il castello dei Magoria

Dal 2017 la Grande Bellinzona ha un castello in più. Il cosiddetto Castello dei Magoria è stato fatto costruire a Scubiago dai Capitanei di Locarno tra il XIV e il XV secolo.



Sembrerebbe che questo Castello fu inizialmente una stazione preistorica all'imbocco delle vallate alpine, e fu un centro strategico di interesse nel Medioevo. Successivamente i Magoria (famiglia del locarnese) lo comprò per trasformarlo in un centro militare e amministrativo per l'Arcivescovo di Milano. Infine, anche se per poco tempo, fu una dimora abitativa.

Oggi questo importante pezzo di storia sarà tutelato quale bene culturale d'interesse cantonale. Infatti il comune di Bellinzona ha costituito un Gruppo di lavoro al fine di sistemazione e la valorizzazione dell'edificio.



## Quiz

**In onore della festa della donna qui di seguito vi proponiamo un gioco!  
Attraverso una descrizione dovrai collegare il nome e la foto del personaggio pubblico corretto.**

Nel 1997, a soli 16 anni, questa donna ha vinto l'Open d'Australia, diventando per la prima volta la tennista più giovane di tutti i tempi a vincere un torneo del Grande Slam.

Nella sua carriera ha accumulato 22 titoli in Grande Slam e qui viene considerata una vera eroina!

Martina Hingis



Bellissima, da sempre! Nata in Ticino, più precisamente a Sorengo. Ha vissuto nella Svizzera tedesca fino all'età di sedici anni per poi trasferirsi in Italia. La si conosce per programmi TV quali Paperissima, e Striscia la notizia.

Carla del Ponte



Nata in Ticino nel 1947. La si conosce principalmente per l'impegno nella lotta contro la mafia al fianco di Giovanni Falcone.

Nel 1994 è stata nominata procuratrice generale della Confederazione. 5 anni dopo accetta la carica di procuratrice capo del tribunale penale internazionale dell'Aja per lavorare sui crimini di guerra nell'ex Jugoslavia e sul genocidio in Ruanda.

Michelle Hunziker



## Foto di Claro



## Una tazzina di caffè

Un racconto breve di

*Bianca Rita Cataldi*

Sai, di tutte le cose che ho dimenticato mi è rimasta una sensazione, come di vuoto. E non so se a te capita ma, quando entro in quella casa, la sensazione mi prende e le pareti si avvicinano al mio corpo però non vorrei che tu pensassi ad un senso di soffocamento. Come la chiamano? Claustrofobia. No, non è quella. Forse dovrei dire che le pareti si adagiano su di me. Mi rivestono. Poi mi guardo allo specchio e ci sono io trent'anni fa, con un vestito a fiori come la carta da parati. Io che mi metto il bigodino singolo alla ciocca d'avanti e mi sento bellissima, un po' Greta Garbo un po' Audrey Hepburn, ma ti sto parlando di trent'anni fa...

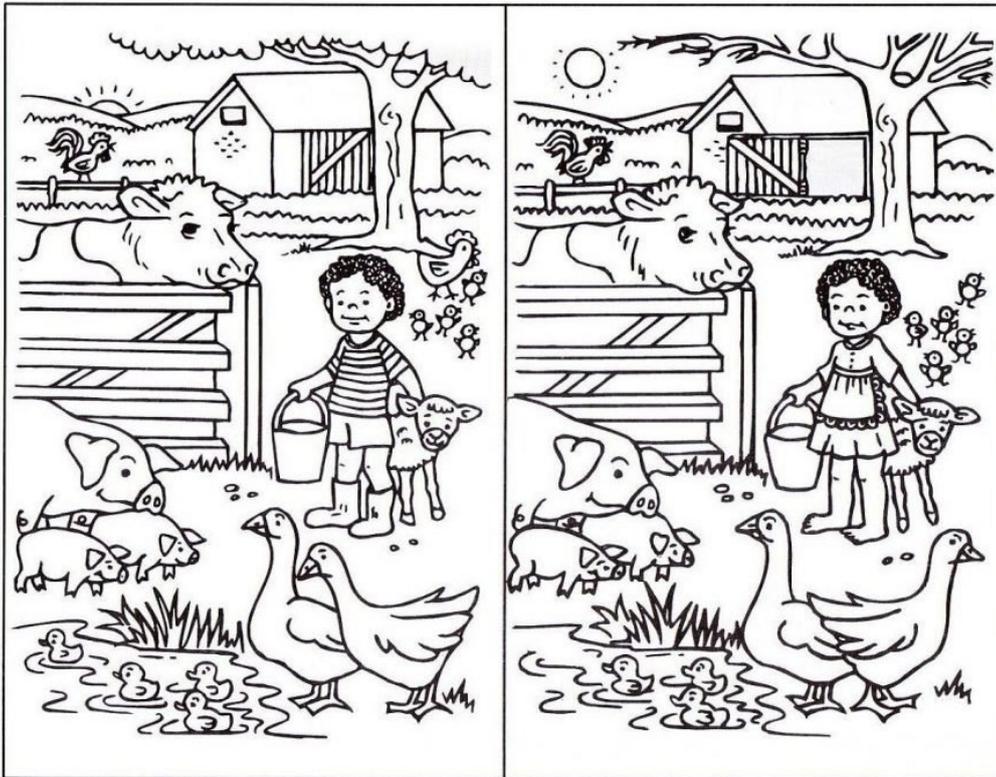
Di quella casa ricordo molte cose, come il formaggio con la pera. La nonna me lo faceva sempre, come dessert, ed era una roba rivoltante, credimi. Il peggio era quando le prendeva l'estro creativo, capisci? Tipo La prova del cuoco, e mi serviva fragole con formaggio, ananas con formaggio e altra roba strana che ho volutamente dimenticato. E poi ricordo Luigi Tenco, quello che si è suicidato. A mezzogiorno la nonna accendeva la radio e, chissà come, beccava sempre Tenco o forse era Tenco che beccava lei, che se ne stava accucciato nella radio, zitto zitto, per poi esplodere lentamente nel soggiorno quando la nonna premeva.

Di quella casa ricordo l'odore del brodo di pesce il venerdì, le parole incrociate del nonno e il tiggì della sera con un giornalista dall'accento strano ma soprattutto, ricordo il borbottio della caffettiera. Sai, ho sempre pensato che le caffettiere fossero un po' come delle vecchie zitelle: matrone con il culo grosso che se ne stanno lì, in piedi, con un pugno puntato contro il fianco e il gomito a manico, a borbottare senza sosta fino a quando non spegni il fuoco ai loro piedi e non le fai liberare di tutto l'amaro che hanno dentro. La nonna diceva sempre che c'è poesia, dentro il caffè. E, guarda, sai cosa vorrei non aver dimenticato? La tazzina di nonna, quella del caffè delle sette di mattina. Di quella tazzina ricordo una mancanza: il manico. Non ricordo nient'altro, nemmeno il suo colore. Amava gli iris, la nonna, te l'ha mai detto?

È terribile dimenticare qualcosa che ha fatto parte della vita quotidiana di chi amavamo. Pensaci: di quella tazzina mi è rimasto il nome, che però resta uguale per tutte le tazzine che ho visto e che vedrò nella mia vita. Eppure, nessuna di quelle è la sua. Nessuna di quelle tazzine significa il suono della sveglia e lo sbuffare della nonna quando al quarto tentativo riusciva finalmente a mettersi in piedi. Può sembrarti stupido, eppure è una ricchezza che ho perduto, qualcosa che avevo e che il tempo mi ha portato via, una sfumatura all'anno fino a questo momento, in cui di un oggetto amato ricordo solo l'assenza.

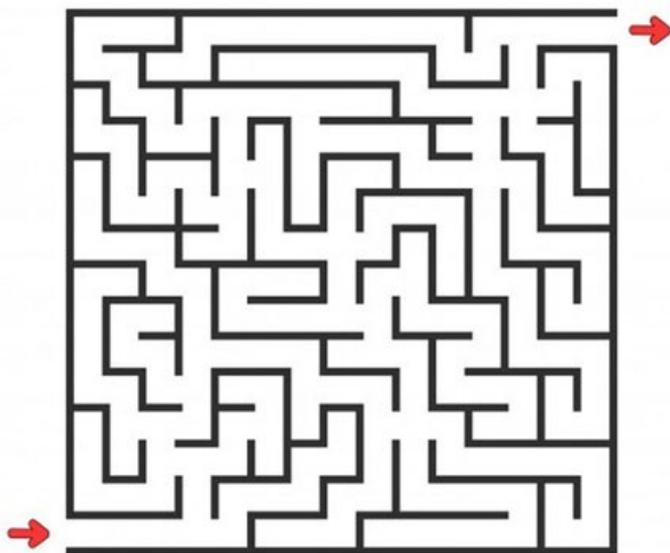
Dai, su, versami altro caffè e non pensiamoci più e poi andiamocene, ché si sta facendo tardi e non è bello entrare nelle case vuote col buio. Ti ricordi il braciere, quello che la nonna odiava perché ci era caduta dentro, è ancora lì: l'ho trovato nello sgabuzzino, dove sospetto che la nonna l'avesse nascosto per non inciamparci una seconda volta. Lo vuoi? Magari ti può servire...anzi no, tu hai i bambini, possono farsi male: metti che l'imbranataggine è genetica? A parte il braciere non c'è più niente. Solo muri, carta da parati e, con un po' di fortuna, noi due, come trent'anni fa, un po' come in una foto che non abbiamo scattato mai.

# Enigmistica Visagno

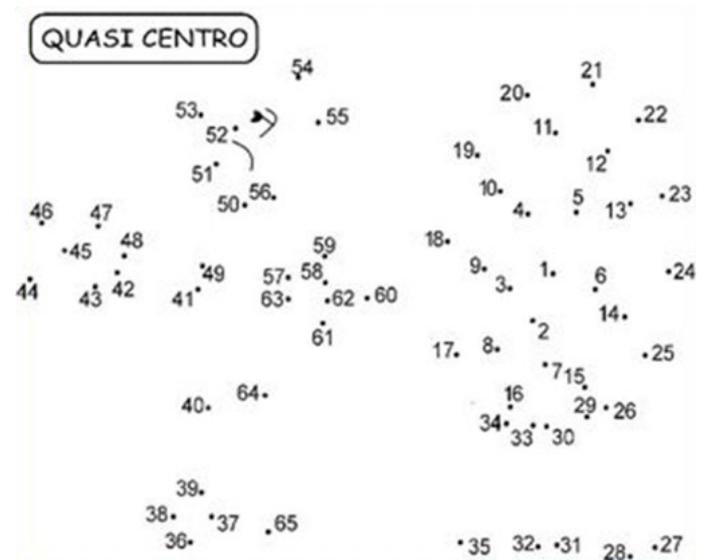


**Trova le differenze:** le due immagini sottostanti si differenziano per qualche piccolo particolare. Noi del Team Giornalino siamo riusciti ad individuarne 8. Mettiti alla prova pensando ad un tempo delimitato in cui trovarle.

**Labirinto:** partendo dalla freccia rossa in basso a sinistra dovrai trovare la strada per arrivare all'uscita della freccia rossa in alto a destra



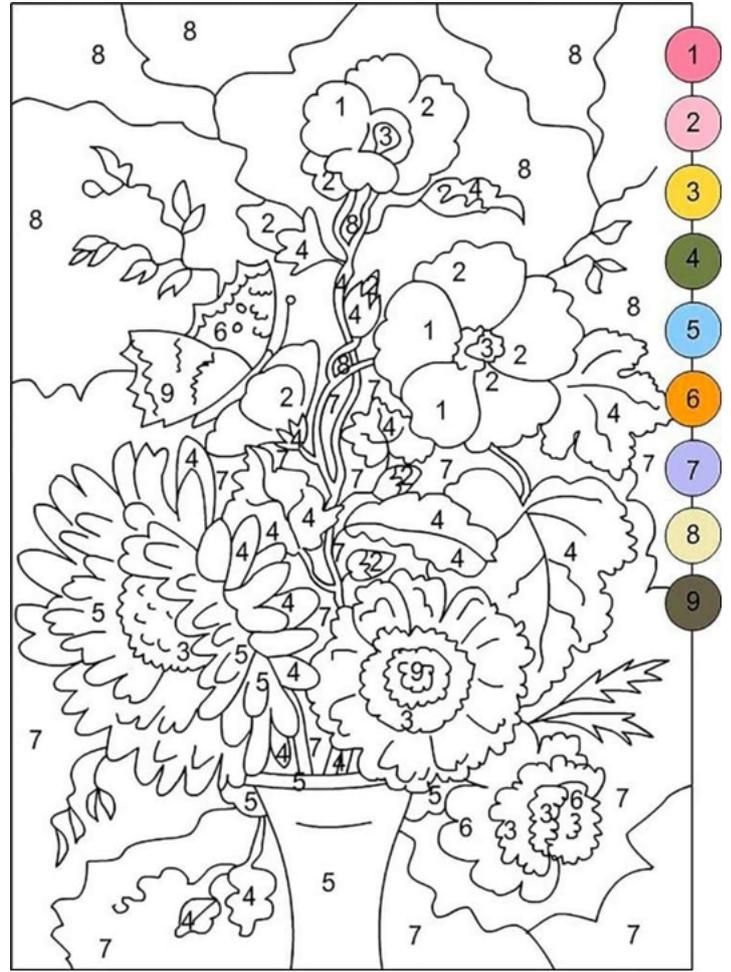
**Unisci i punti:** traccia una linea continua partendo dal numero 1 e continuando in maniera cronologica fino al numero 65.



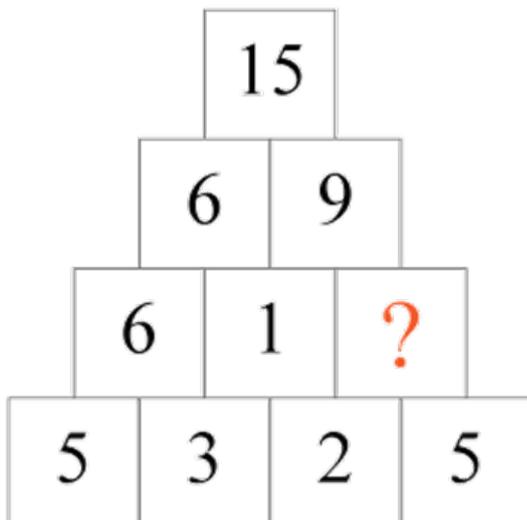
**Aguzza la vista:** tutti gli oggetti numerati sono stati nascosti. Due di loro si trovano in entrambe le immagini. Riuscite a trovarli?



**Relax e passatempo:** colorare fa bene all'umore. Inoltre è un buon allenamento per le nostre dita e le nostre mani.



**Logica:** guarda i numeri all'interno della piramide e cerca di capire. Usando la logica e il ragionamento, quale numero è stato sostituito dal punto di domanda.



**Sudoku:** l'obiettivo è riempire una griglia  $9 \times 9$  di cifre in modo che ogni colonna, ogni riga e ciascuna delle nove sottogriglie  $3 \times 3$ , che compongono la griglia, contengano tutte le cifre da 1 a 9.

5	3			7				
6			1	9	5			
	9	8					6	
8				6				3
4			8		3			1
7				2				6
	6					2	8	
			4	1	9			5
				8			7	9