

Tücc insema

Rivista degli ospiti del Centro sanitario Valposchiavo



Giugno 2018

Numero 2

Indice

1	Ospiti e animatrici CSVP Editoriale		
2	Natalie Varisto I preparativi al Santo Natale all'Ospedale San Sisto	24	Natalie Varisto e Laura Maffina Oggi parliamo di ... Il matrimonio ai nostri tempi
6	Gisa Lardi Auguri di Buon Anno in Casa Anziani	28	Gisa Lardi Tutto sta nella ragionevolezza
9	Gisa Lardi Il 6 gennaio arriva la Befana	30	Natalie Varisto e Romina Pool Oggi parliamo di ... come ho conosciuto mio marito
11	Gisa Lardi Tra storia e leggenda	33	Gisa Lardi Saggio musicale
12	Gisa Lardi Festa di Sant'Antonio abate	34	Natalie Varisto Uscita a teatro
14	Natalie Varisto Oggi parliamo di ... La bécaria	36	Natalie Varisto e Maria Crameri Oggi parliamo di ... L'inverno di tanti anni fa
18	Gisa Lardi Intervista a una collaboratrice: Emanuela Crameri	40	Romina Pool Il pranzo del sabato in compagnia
20	Natalie Varisto e Laura Maffina Oggi parliamo di ... La caccia "da sfros"	42	Natalie Varisto e Yvonne Russi Oggi parliamo di ... I nostri giochi "da budan"
		46	Luisa e Renzo Volpato Prima uscita di "tücc insema"
		50	Redazione Ci hanno lasciato

Ci sembra sia stato giusto ieri o l'altro ieri ma ... sono già trascorsi ben sei mesi dall'uscita del primo numero di „Tücc insema“, il giornalino del nuovo Centro sanitario Valposchiavo.

Ed eccoci di nuovo qui, a raccontarvi di noi, di quello che facciamo, di quello che ricordiamo e vi raccontiamo con piacere.

Nelle prime pagine di questo secondo numero vi descriviamo come abbiamo trascorso le ultime festività dello scorso anno; i preparativi al Santo Natale presso l'Ospedale San Sisto; gli auguri di Buon Anno Nuovo, l'arrivo della Befana e la Festa di Sant'Antonio in Casa Anziani.

Successivamente vi troverete immersi nei nostri ricordi, ricordi belli e ricordi brutti, ricordi tristi e ricordi divertenti. Abbiamo raccontato con vero piacere a queste animatrici curiose le cose dei nostri tempi e, più noi raccontavamo, più loro ascoltavano e chiedevano e scrivevano ... ma quanto scrivevano!

Non mancherà un interessante contributo come l'intervista a una collaboratrice del CSVP.

In primavera sono iniziate le prime uscite; vi raccontiamo quella del 7 aprile, quando ci siamo recati a teatro per vedere „Sal e péar“ presso le scuole di Santa Maria. E la prima visita „tücc insema“ alla Biblio.ludo.teca dove giocando abbiamo allenato la memoria ammirando le immagini del prezioso archivio fotografico.

E ora vi lasciamo alla lettura! Grazie a tutti coloro che ci aiutano e sostengono, ai familiari, agli operatori e in particolare ai preziosi volontari sempre presenti e disponibili a stare al nostro fianco.

*Ospiti del CSVP
e gruppo Animazione*

I preparativi al Santo Natale all'Ospedale San Sisto

di Natalie Varisto

Come tutti gli anni, i preparativi per il Natale ci impegnano molto; iniziamo a lavorare già dal mese di ottobre per arrivare pronti alla vigilia della festa più importante dell'anno.

Vogliamo mostrarvi con alcune fotografie quel che abbiamo creato con le nostre mani.

Iniziamo con la preparazione degli inviti da recapitare ai nostri parenti per il pranzo della festa di Natale.

Anche la decorazione del nostro reparto di lungodegenza era una cosa importante.

Abbiamo fatto anche un bellissimo albero per accogliere San Nicolao.









La signora Lea ha realizzato uno stupendo presepe fatto con il "crosco".

Ed ecco che d'improvviso sono venuti a trovarci anche San Nicolao e lo "Schmutzli".

Abbiamo addobbato "l'alberin" di Natale del nostro reparto.

Anche i biscotti di Natale sono stati un grande lavoro, specialmente quando si è trattato di assaggiare gli impasti e ripulire le ciotole!



Auguri di Buon Anno in Casa Anziani

di Gisa Lardi

Auguri per tutto l'anno

*Vorrei un gennaio col sole d'aprile,
un luglio fresco, un marzo gentile;
vorrei un giorno senza sera,
vorrei un mare senza bufera;
vorrei un pane sempre fresco,
sul cipresso il fiore di pesco;
che siano amici il gatto e il cane,
che diano latte le fontane.*

*Se voglio troppo, non darmi niente,
solo una faccia allegra e sorridente.*

(Autore sconosciuto)

La Festa degli Auguri in Casa Anziani è iniziata nel pomeriggio del 31 dicembre con questa poesia. Ormai da parecchio tempo abbiamo scoperto che per costruire un buon futuro, bisogna conoscere bene il passato e lasciarlo con serenità. Per questo motivo si è organizzata una piccola festicciola di fine anno, per dire addio al vecchio e benvenuto al nuovo!

L'appuntamento era alle ore 16 in caffetteria di Casa Anziani. Con la collaborazione del personale in-





fermieristico, ci troviamo in un bel numero di persone. L'atmosfera è di festa: un sorso di frizzante, un pezzetto di panettone, la migliore musica del folk italiano, canti al ritmo di chitarra, giochi, filastrocche, poesie.

È per noi motivo di gioia vedere tanta voglia da parte degli ospiti nel cantare, sorridere, partecipare ai giochi proposti. In tutti noi c'era voglia di salutare l'anno vecchio, ringraziandolo di quello che ci ha portato. Voglia di abbracciare





l'Anno Nuovo, chiedendogli pace nel mondo, salute, forza, serenità, condivisione, ascolto e tanta pace nei nostri cuori. C'è chi sostiene che queste feste sono sempre uguali, forse inutili, ma nel profondo dell'essere umano c'è una piccola voce che parla di speranza, di amore e di fede.

La festa è durata a lungo e negli occhi di noi tutti si è accesa una luce mentre con un abbraccio o una stretta di mano ci si augurava ogni bene per l'Anno Nuovo.

Fra la voce e la saggezza della nostra gente ho accolto queste parole: "Che l'Anno Nuovo ci porti gente che sappia fare il contadino, che sappia fare il pane, che ama gli alberi e riconosca il vento. Gente

che abbia attenzione a chi cade, al sole che nasce e che muore, ai ragazzi che crescono, alle famiglie, a chi è solo. Gente attenta a un muro scrostato, a un segnale piegato, a un vetro rotto, ad un buco in strada. Facilmente abbiamo bisogno di togliere più che aggiungere, di rallentare più che accelerare, dare maggiore valore all'ascolto, al silenzio, alla luce, alla fragilità, alla dolcezza."



Il 6 gennaio arriva la Befana

di Gisa Lardi

Da alcuni anni in Casa Anziani è proprio così, arriva sempre a trovarci. Lo so che in questi giorni per noi donne non è sempre facile sentirci chiamare “Befane”. Già perché la vecchietta con la scopa, oramai diventata sinonimo di donna brutta, acida, strega e zitella, potrebbe possedere qualità inaspettate, tanto da renderla degna di ammirazione e soprattutto di imitazione. La nostra Befana che ormai da parecchi anni non ci dimentica è generosa, visto che distribuisce doni a destra e manca. La sua particolarità è che non dimentica nessuno, ma veramente nessuno; ha un dono o un pensiero per tutti!

Ma la cosa che più ci stupisce è il fatto che lei è orgogliosa, sicura e coraggiosa. Infatti si gode la vita tra un dolce e uno stravizio, non spende tanti soldini per la crema antirughe, non passa una gran parte della giornata in palestra per togliere le cicce in più, non corre a spendere un sacco di soldi per vestiti alla moda; no lei si accetta così com'è, si accontenta di quello che





ha, anzi quello in più lo dona a chi non ha. Ma la magia che lei regala a tutti è il suo dolce sorriso, il suo buon umore.

Cara Befana noi ti vogliamo dire di cuore “grazie” per le belle ore che



ci fai passare; spesso ci fai dimenticare i nostri acciacchi, ci porti via i nostri brutti pensieri, noi con te stiamo bene.

Arrivederci all'anno prossimo, noi, puntuali, ti aspetteremo.



Tra storia e leggenda

di Gisa Lardi

Dici Befana e pensi a una brutta vecchiaccia che svolazza con la scopa, che premia i buoni e punisce i cattivi e ci libera dai sensi di colpa. Sicuramente ci libera da tutte le feste natalizie (L'Epifania tutte le feste porta via). Il nome Befana è infatti una storpiatura di Epifania ed ha origini antiche.

La storia narra che in una freddissima notte d'inverno Baldassarre, Gasparre e Melchiorre nel loro viaggio per arrivare a Betlemme, non riuscendo a trovare la strada, chiesero informazioni a una vecchietta, che indicò loro il cammino. I tre re la invitarono a unirsi a loro, ma nonostante le insistenze la vecchina rifiutò. Tuttavia poco dopo si pentì di non averli seguiti; allora preparò un sacco pieno di dolci e si mise a cercarli, ma senza



successo. Per questo iniziò a bussare a ogni porta, regalando dolcetti a ogni bambino che incontrava nella speranza che uno di loro fosse Gesù Bambino.

La leggenda racconta che quando la Befana non lavora (cioè 364 giorni l'anno) abita a Urbania, piccolo paese delle Marche, dove in suo onore si celebra ogni anno una grande festa. Da notare che in Toscana, nella provincia di Grosseto, esistono i Befani, ossia uomini che il giorno dell'Epifania vanno assieme alla Befana per le vie dei paesi a eseguire canti tradizionali.

Festa di Sant'Antonio abate

17 gennaio

di Gisa Lardi

Il 17 gennaio ricorre la sagra di Sant'Antonio, il Santo protettore degli animali.

Nella nostra Valle la ricorrenza è particolarmente sentita nel villaggio a sud di Poschiavo, la cui chiesa è dedicata appunto a questo santo. È rimasta l'unica ricorrenza patronale che viene ancora festeggiata proprio nel giorno in cui cade; al mattino subito dopo la Messa vengono benedetti gli animali e alla sera nell'unico ristorante rimasto vien servito, oltre a varie altre proposte, il tipico piatto del giorno: la trippa!

La leggenda racconta che Antonio era figlio di una famiglia benestante e, dopo aver diviso l'eredità con la sorella, decise di entrare in convento diventando monaco. Donò tutti i suoi averi ai poveri della città.

I monaci avevano pochi terreni da coltivare e così Antonio si mise a preparare olii e pomate con erbe medicinali trovate nei boschi vicini.

In poco tempo si sparse la voce nei paesi confinanti, che le cure di frate Antonio erano miracolose. Tanta gente correva da lui portando bambini con problemi di salute e ammalati vari. Infatti il frate li guariva e dava consigli alla gente come curarsi e mantenersi in buona salute. Purtroppo la popolazione a quei tempi era molto povera e spesso non poteva pagare le cure e i consigli. Fu così deciso che i maiali dei monaci potevano gironzolare sui terreni privati in modo da potersi nutrire e diventare grandi e grossi.

Se passate sulla strada cantonale, osservate il quadro sulla facciata est della chiesa di Sant'Antonio: vedrete il Santo con un bel porcellino accanto.

Abbiamo incontrato due arzille Ospiti di Casa Anziani, Vilma Codiferro e Adriana Bordoni, entrambe originarie proprio di Sant'Antonio, per farci raccontare e ricordare come veniva festeggiata la ricorrenza quando erano giovanette.

«Questa festa una volta era molto più sentita ed animata» ci confida Vilma. «Ai nostri tempi in quel giorno la scuola di Annunziata chiudeva e tutti facevano grande festa. Già il giorno prima i ristoranti si preparavano per la festività».

Vilma, che faceva la cuoca al ristorante Scalino ci racconta come il lavoro in quei giorni era immenso. Nel giorno della sagra veniva celebrata la messa alle ore 10, accompagnata dal coro, che aiutava a dare quel tocco in più alla ricorrenza. Nel pomeriggio alle ore 16 c'era la funzione religiosa con bacio alla reliquia. Tutti i parroci della Valle vi facevano parte. Dopo la messa veniva impartita la benedizione degli animali. Accorrevano contadini da tutta la valle. Ricorda ancora di contadini con cavalli, muli e asini che arrivavano fin da Angeli Custodi!

La sera la festa era assicurata, con musica e ballo.

«Ti ricordi Vilma» interviene Adriana con un sorriso sulle labbra, *«quella volta che due giovanotti di oltre confine ci avevano fatto ballare tutta la*

sera e ci avevano poi fatto la proposta di accompagnarci a casa? Noi un po' impaurite e già mezze promesse a due giovani del posto, eravamo scappate dalla porta del fienile, dicendo loro che dovevamo andare in bagno. Comunque erano due grandi ballerini»!

E ridendo Vilma prosegue, *«e tu ricordi quell'anno che avevamo fatto tardi e i nostri genitori ci avevano chiuso fuori casa, ma noi con ingegno eravamo salite ed entrate dalla finestra. Certo che erano bei tempi, cantando e ballando si dimenticavano i problemi e ogni pensiero cupo»!*

E per concludere l'incontro Vilma e Adriana mi ricordano un vecchio proverbio in uso una volta:

«Sant'Antonio abate, senza moglie come fate? Con le mogli degli amici, passo i giorni più felici!»



Oggi parliamo di ... **La bécaria**

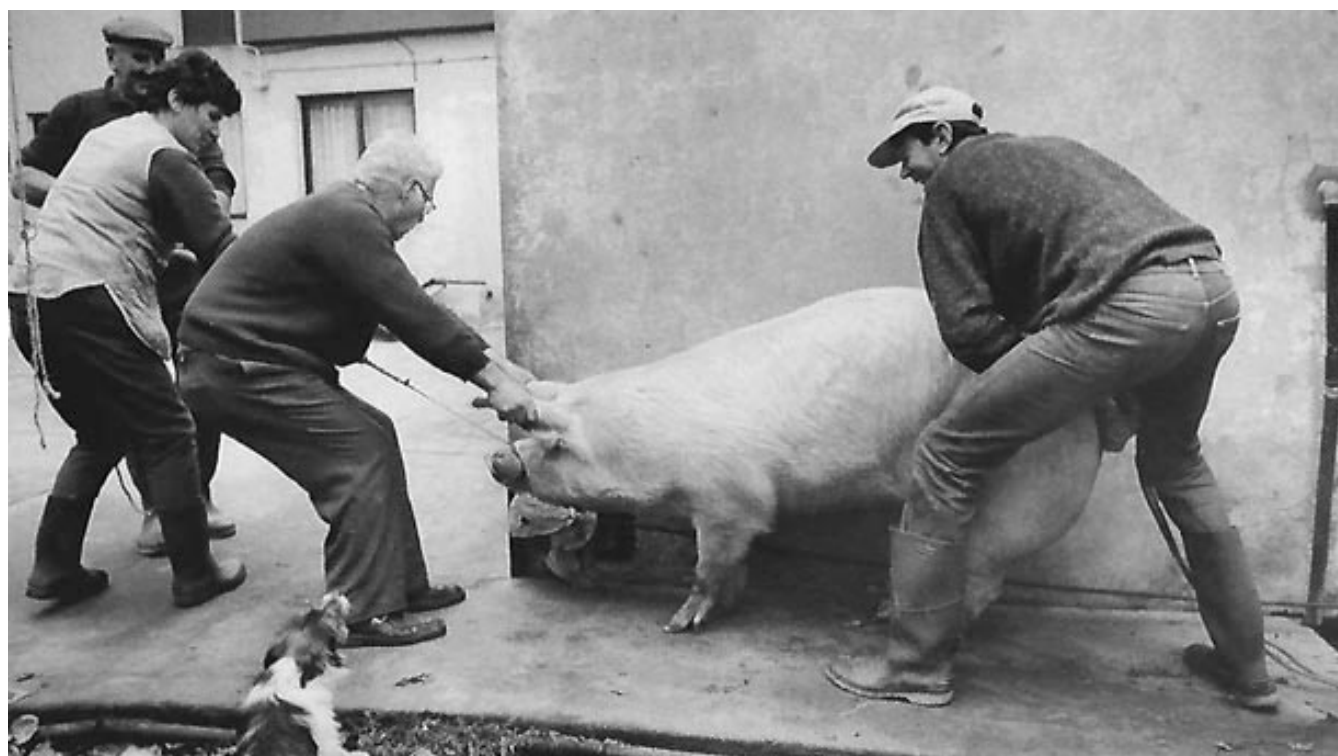
di Natalie Varisto

con la collaborazione di Lea Cortesi, Anna Albasini, Giuseppe Rossi, Palmo Plozza, Felice Tuena e Damiano Rossi

Dopo aver posizionato sul tavolo tante fotografie raffiguranti diverse tipologie di oggetti, ogni partecipante è invitato a scegliere la foto che più ha destato il suo interesse. In questo freddo pomeriggio di gennaio il signor Damiano sceglie la foto del maiale e alla domanda "perché ha scelto proprio il maiale?" risponde: "perché mi ricorda quando avevamo i maiali e di quando si faceva bécaria ...", da questa scelta nasce una bella discussione nella quale

tutti intervengono e ognuno racconta le proprie esperienze.

Inizia proprio **Damiano**: "la bécaria veniva fatta in inverno, più o meno verso inizio o metà dicembre. Noi avevamo in casa anche la scrofa e gli facevamo fare i piccoli; di solito ne faceva 7 o 8 ma è capitato un anno che ne ha fatti ben 20!!! Se la mamma non aveva abbastanza latte per allattarli tutti, bisognava aiutarla dando loro il "siron" (quel che resta del latte quan-



www.sanmauropascoline.it - La favola antica del maiale



do si fa il formaggio) oppure latte di mucca. La stalla era sempre attaccata alla casa di abitazione e il maiale non si faceva mai uscire, restava tutta la vita dentro la stalla”.

E qui interviene **Felice**: “l’è miga vera! C’erano alcuni contadini che d’estate li portavano in montagna e li trattavano alla pari come le mucche, li lasciavano uscire e pascolare nei prati”.

Alla domanda “ma cosa mangiavano i maiali?” in gruppo ci rispondono: “principalmente davamo loro patate cotte comprese di pelle e il “tersol” (il terzo fieno) che veniva tritato col “trida” (una branca di farina o di crusca). Con questo tipo di alimentazione veniva una carne buonissima!

I maiali venivano nutriti due volte al giorno, tre volte solo se avevano i cuccioli. Si facevano crescere finché erano adulti, alle volte raggiungevano addirittura i 150 kg e a dicembre si faceva bécaria. Non si uccidevano i cuccioli per fare la porchetta come invece si usa fare adesso.”

Ma come si ingravidavano le scrofe? Ognuno aveva anche il maschio? Domandiamo noi curiose ...

Interviene **Giuseppe**: “Ma noooo!!! Il maiale maschio, che si chiama vero, ce l’aveva solo il consorzio ed era lui che fecondava tutte le scrofe della valle! Ognuno portava la sua scrofa al consorzio e la lasciava lì per 3 o 4 giorni, si pagava una tassa fissa che era circa 20 franchi mi sembra.”

E cosa mangiavate del maiale?

Qui prende parola **Lea**: *“dal cion sa mangea tüüt! L’unica cosa che non si mangiava erano le unghie; con le zampe veniva fatta una minestra da dumega che era qualcosa di fantastico! Le orecchie invece venivano macinate per fare cotechini o salsicce ma alle volte si mangiavano anche così, semplicemente bollite nella minestra da dumega. La loro pelle diventava cotta buttandola nell’acqua bollente”.*

Ma con le persone come si comportavano i maiali?

Anna e Damaino: *“Quando eravamo piccoli spesso andavamo a giocare dentro il “tres” e accarezzavamo e facevamo i grattini sulla schiena ai maiali; gradivano molto, erano contenti di farsi coccolare. Dovevamo solo stare attenti alle scrofe quando avevano i*

cuccioli perché potevano diventare aggressive per proteggere i loro piccoli. Il tres era la stalla dei maiali e veniva sempre tenuto molto ben pulito.”

E ora vogliamo sapere del momento più brutto, come avveniva l’uccisione del maiale?

Felice e Giuseppe: *“quando noi eravamo piccoli si usava ucciderli con un bastone, in seguito sono stati inventati dei collari elettrici che erogavano una scossa mortale il che era doloroso ed è stato presto vietato. Poi, in tempi più recenti, è arrivato un arnese che sparava un chiodo nella testa del maiale e la morte era immediata. Si appendeva il maiale a testa in giù e si raccoglieva tutto il sangue in un catino. Quest’ultimo, unito a “li grituli” (resti di grasso e carne) e ai porri, veniva utilizzato per fare le salsicce di sangue”.*



In coro: *“madoi sa li eran buni!”*
Come si conservava il tutto?

Lea e Anna: *“Quelle di sangue e le altre fresche (salam da testa, cotechini, misolti ecc.) un po’ si mangiavano subito e un po’ si facevano seccare in cantina a cavallo di un palun. Si usava anche tantissimo fare lo scambio della bécaria, ogni famiglia faceva assaggiare alle altre i loro prodotti e ognuno poi ricambiava. Si faceva anche la torta da sanc (con le mele) il furmagin da ciun con la carne più fina e le mortadelle nelle quali andava anche il fegato. Queste cose venivano fatte quasi tutte in casa; qualcuno andava presso le macellerie della valle dove potevano fare la propria mazziglia. A quei tempi c’erano diverse macellerie: I Codiferro, gli Zanetti, i Lardi, lo Scalino (arrivato solo verso gli anni ’70), l’Iseppi dai*

cavai a La Rasiga. A Viano c’era la macelleria del paese dove tanti andavano a fare la propria mazziglia”.

Conclusione: da quello che vedete o sentite in televisione come vi sembra la mazziglia dei vostri tempi rispetto a quella odierna?

Tutti: *“oggi giorno ci sono allevamenti terribili, atti esclusivamente all’ingrasso degli animali per sfruttarli il più possibile, tutto gira intorno ai soldi e non c’è più alcun rispetto per nessuno. Abbiamo visto documentari dove i maiali crescono in un’armatura di ferro e lì stanno dalla nascita alla morte, gli animali impazziscono e si feriscono a sangue tra di loro. Per non parlare degli allevamenti di polli, sono immagini inguardabili. Stavamo molto meglio ai nostri tempi, sia noi che gli animali.”*



Intervista a una collaboratrice **Emanuela Cramerì**

di Gisa Lardi

Sono ben 16 anni che Emanuela lavora alle dipendenze della Casa Anziani. Fu infatti nell'anno 2002 – allorquando i suoi quattro figli erano ormai indipendenti e il ristorante e il negozio di famiglia a San Carlo vennero dati in gestione – che ha avuto la possibilità di essere assunta quale aiuto infermiera nella struttura allora gestita dalle Suore.

"Inizialmente la difficoltà maggiore che ho avuto – ci ha confidato Manu

– era il dover curare anziani che un tempo, quando erano ancora in salute, erano clienti del negozio".

Soprattutto il dover riconoscere il loro cambiamento, sia fisico che di salute e le conseguenti difficoltà subentrare in loro nel corso degli anni, è stato per Emanuela particolarmente problematico.

«Devo essere grata in modo particolare a Suor Fortunata se oggi, dopo tanti anni di lavoro, mi sento gratificata nell'operare in questo contesto e mi sento particolarmente felice».

Emanuela ha così potuto frequentare il corso base di aiuto-infermiera organizzato dalla Croce Rossa e svolgere la formazione quale "Operatrice Validation". Queste basi nozionistiche le hanno permesso di acquisire la sicurezza necessaria, per poter operare in reparto con serenità e maggiore professionalità.

Da circa due anni, con la ristrutturazione





turazione dei reparti intervenuta in seguito al trapasso della gestione della Casa Anziani e alla costituzione del Centro sanitario Valposchiavo, Emanuela ha avuto l'opportunità di operare anche e soprattutto nel reparto animazione.

"In questo ambiente mi sono trovata fin da subito benissimo. Lavorando ai piani pensavo fosse un lavoro diverso. L'attività da svolgere è complessa e molto variata; devi saperti adattare

e assecondare le esigenze del singolo ospite a seconda delle sue capacità e difficoltà. Inoltre devi saper lavorare sia in gruppo che con il singolo. Devi essere cosciente che ogni ospite ha patologie diverse e che ognuno ha un proprio vissuto".

Oggi parliamo di ... **La caccia "da sfros"**

di Natalie Varisto e Laura Maffina

con la collaborazione di Felice Tuena, Damiano Rossi, Renato Costa e Guido Crameri

In seguito ad una storia raccontata da Felice, di quando da ragazzo prese al primo colpo una gallinella usando una fionda, si è aperta una bella discussione sull'argomento della caccia, in particolare sulla *"cascia da sfros"*.

Inizia a raccontare un espertissimo cacciatore, Guido: ne avrei da raccontare per ore ed ore di storie sulla *"cascia da sfros"*; avrò avuto sì e no 10 anni quando cominciai a sparare ai passerelli dalla fine-

stra di casa con il *"flubert"* ... Le prime esperienze le ho fatte quando andavo in montagna a pascolare le mucche: con i miei amici ci nascondevamo dietro ai sassi ad aspettare le marmotte, erano molto furbe, spesso aspettavamo per ore inutilmente. Avevamo una vecchia pistola a 6 colpi che era stata *"trovata"* non mi ricordo dove (sogghigna). Bisognava essere molto precisi, la marmotta andava colpita in testa per preservare il resto del corpo intatto per



Un cacciatore con le sue prede in zona Sassalbo, ca. 1960 - Archivio fotografico Valposchiavo - istoria.ch

poterlo mangiare. Una volta presa la si nascondeva sotto la giacca e via! Se incontravamo il guardiacaccia avevamo un po' paura ma sapevamo che principalmente era in cerca di bracconieri e noi pastorelli ci lasciava andare.

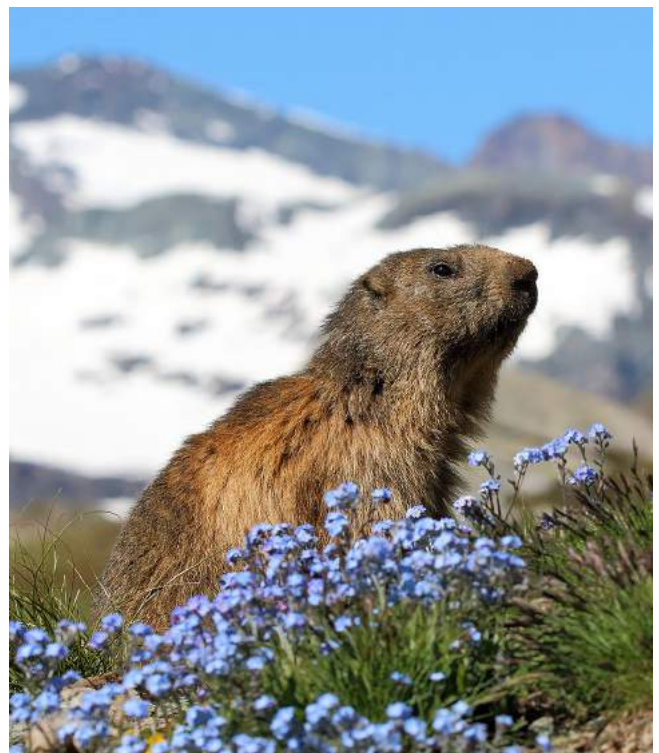
Per comprare le munizioni ne avevamo inventata una bella, raccoglievamo le stelle alpine sulla montagna e poi ci appostavamo nelle zone di passaggio dei turisti. Quando ci vedevano si avvicinavano estasiati: *"Oooh was für schöne Edelweiss!!!! Was wollt ihr dafür?"* E così, centesimo dopo centesimo, raccoglievamo i soldi per acquistare le munizioni, ai nostri tempi queste venivano vendute tranquillamente anche ai ragazzini, l'importante era avere i soldi per pagarle!

Quando ero senza munizioni mi arrangiavo con i metodi più fantasiosi, ad esempio prendevo una *"cambra"* e riempivo di acqua la buca della marmotta, e giù acqua e giù acqua ma la marmotta non aveva intenzione di uscire, mi aveva fregato era uscita da un'altra buca!

Un'altra volta avevo fatto una scommessa con un amico, avevamo programmato una cena a Sas-

sal Mason e, colui che non aveva cacciato nulla quella giornata doveva pagare la bottiglia di vino. Io mi aggiravo dalle parti del Pozzo del drago, dopo Alp Grüm con la mia doppietta in spalla quando all'improvviso mi trovai sul sentiero una lepre. Non potevo perdere l'occasione e pam! Anche se era vietato (era il periodo di caccia alta) sparai un colpo e la lepre *"l'è ida cun li bali in sü"*! Fu così che quella sera il mio amico, che non aveva preso nulla, pagò la bottiglia di vino e il giorno dopo mia sorella mi cucinò la lepre.

Io non sono mai stato controllato ma devo anche dire che sapevo esattamente quali sentieri potevo prendere e quali no, in ogni caso la cosa essenziale per un caccia-



www.juzaphoto.com/galleria, Andy 66

tore era parlare il meno possibile con tutti. I cacciatori sono gelosi e invidiosi e non esitano nell'avere comportamenti scorretti se altri prendono più prede di loro.

Mi è rimasto impresso nella memoria un episodio avvenuto a Pontresina tanti anni fa. Ero entrato in un bar e mi trovai davanti 4 guardiacaccia; uno di loro esclamò: *l'è scià Guido al bracconiere!*"

Stizzito da quella frase estrassi dalla tasca la mia patente di caccia e gliela sbattei davanti al naso! Non mancai di stringergli la mano, giusto per ricordargli che prima di diventare guardiacaccia era stato un bracconiere ...

Un'altra volta, in compagnia di un amico di avventure, mi ritrovai due capre sul cammino ed entrambi, senza farci troppe remore su che tipo di animali fossero, iniziammo a sparare. Dopo pochi minuti esce dallo "sgabbiotto" il guardiacaccia che viene dritto verso di noi per chiederci a cosa stavamo sparando. *"Alla volpe!"* rispondiamo noi pronti e, fortuna volle che proprio in quel momento passa tranquilla e indisturbata una volpe che nulla c'entrava col nostro sparare. *"Ecco, sparavamo a quella ma non l'abbiamo presa!"* Ci siamo salvati con un gran colpo di fortuna perché alle

volpi era permesso sparare ma alle capre assolutamente no!

Felice: ai nostri tempi era molto più semplice rispetto ad oggi fare la patente di caccia, ci facevano delle domande che per noi erano scontate perché ci avevano insegnato tutto i nostri padri. Ora invece devono studiare molto per imparare tutte le regole della caccia.

Importantissimo è conoscere i confini della *"bandita federale"*, la zona dove è severamente vietato cacciare e che passa da Robbia, Cavagliasco, Puntalta, Piano di Cavaglia, Val da Pila, Laghet da Pila, la linea della ferrovia fino al passo, Palù Granda (sopra la Motta), Braita, la Rösä e poi giù lungo il corso del Poschiavino fino ad Angeli Custodi e la centrale di Robbia.

Ovviamente *"da sfros"* ci si andava ... in gran segreto e *"senza sunà tanti campani"*. Si dice il peccato ma non il peccatore!

Io personalmente *"in bandida"* non sono mai andato, avevo i miei posti vicino al mio monte a Sassiglione, forse qualche volta *"per sbaglio..."* sconfinavo in territorio italiano. Una volta ho incontrato uno che veniva dalla parte opposta, avevo paura che fosse un guardiacaccia o

magari *“un finanzzin”* e sapevo che, nel secondo caso quello mi portava dritto a Sondrio in prigione. Entrambi timorosi dell'altro abbiamo iniziato a scambiarci qualche parola e, dopo un bottiglione di vino, siamo diventati amici e ci siamo scordati di fucili e marmotte!

Un'altra storia che ricorderò per sempre è quella di quando girava per il paese voce di un camoscio bellissimo che si aggirava in zona Sassalbo e che nessuno riusciva a prendere. In diversi ci avevano provato ma nessuno era riuscito a raggiungere il suo scopo. In tanti mi incitavano a provare anche io e allora, una mattina quando ancora era buio, sono partito alla ricerca del camoscio imprendibile. All'ar-

rivo dei primi raggi di sole ho preso due marmotte e ad un certo punto ho sentito un rumore di sassi che cadevano; ho preso subito il binocolo per vedere se era lui, ma erano due camosci più piccoli, non quello che stavo cercando. Cerca e cerca ad un certo punto l'ho visto, maestoso e immobile; gli ho sparato ma pensavo di averlo mancato perché è scappato e l'ho perso di vista. Ho poi visto in terra delle gocce di sangue e, seguendole, l'ho trovato sdraiato a terra. Gli ho sparato una seconda volta e, con in spalla marmotte e camoscio, tornai a valle orgoglioso e trionfante.



Oggi parliamo di ...

Il matrimonio ai nostri tempi

di Natalie Varisto e Laura Maffina

con la collaborazione di Marili Paganini, Rina Iseppi, Alma Fanconi, Rosa Zanetti, Naree Vecellio, Emma Raselli e Guido Cramer.

Oggi un altro piccolo gruppo si è riunito per fare un po' di "badoz" attorno al nostro tavolo del locale animazione. Qualcuno è rimasto tutto il tempo, qualcuno dopo aver detto la sua è andato a fare altro e qualcuno incuriosito si è aggiunto in un secondo tempo ed ha arricchito ulteriormente di testimonianze l'argomento del giorno:
il matrimonio ai vostri tempi.

Iniziamo parlando degli abiti per la cerimonia:

Rina: *il mio vestito era nero, come per quasi tutte le spose a quei tempi. Era usanza portarlo di quel colore e a nessuno veniva minimamente in mente di indossare un abito bianco, in ogni caso non ci sarebbe stata nemmeno la possibilità economica per acquistarlo.*

Ci si sposava sempre in chiesa, oggi invece tanti si sposano solo in comune. Era una bella festa alla quale partecipava tutto il paese, si partiva dalla casa della sposa e, tutti in processione, si arrivava fino alla chiesa.

Rosa: *Anche il mio vestito era nero, lo ricordo bene, era un completo con la giacca e la gonna fino a sotto il ginocchio.*

Marili: *mi sembra di ricordare che il mio abito fosse marrone, probabilmente era una gonna e una giacca ma non ne sono sicurissima ... di sicuro non sono andata in chiesa nuda (ride), in testa avevo ... i miei capelli!*



Coppia di La Rasiga, 1913 - Archivio fotografico Valposchiavo - istoria.ch

Alma: Era nero anche il mio vestito, si usava così in quegli anni, avevo la gonna fino al ginocchio e mi sembra di aver avuto anche un velo sulla testa.

Guido: io avevo un vestito elegante nero, camicia bianca, cravatta e cappello in testa. Mia moglie un vestito nero bellissimo. Glielo aveva confezionato sua madre che era una sarta diplomata, maestra in sartoria per donna. Che non ho ancora digerito nonostante siano passati tanti anni è che le abbiamo dovuto pagare la stoffa ... Un'usanza che ricordo con piacere in riguardo ai matrimoni dei miei tempi sono gli spari con le carabine (con proiettili a salve). Si faceva o la sera prima del matrimonio oppure all'uscita degli sposi dalla chiesa.

Emma: anche il mio vestito era nero, lungo fino ai piedi, bellissimo. Era severamente vietato che l'uomo vedesse la sposa prima che fosse pronta, mi ricordo che mi hanno vestita nel corridoio di sopra per fare in modo che l'Erminio non mi vedesse! Hanno decorato la porta di casa con una ghirlanda meravigliosa fatta di fiori e piccoli regalini, hanno addirittura fatto un "tröcc" di ghirlande attraverso il quale noi dovevamo passare e i ragazzini ci sbarravano la strada con barriere di ghirlande, non lasciandoci passare se non dopo il pagamento del pedaggio! Mi viene da ridere al pen-

siero che quando mi sono sposata mi hanno fatto un "tröcc" di ghirlande e quando ho compiuto i 100 anni mi hanno fatto un "tröcc" fatto di bottigliette di Martini!



Mi ricordo che il mattino alle 7 del giorno delle nozze siamo andati a messa per poter fare la comunione (andava fatta rigorosamente a digiuno), noi due insieme ai padulöc e li padulögi. È stata una festa meravigliosa anche se l'Erminio sarebbe stato disposto a pagare ben 100 franchi se qualcuno avesse preso il suo posto per quel giorno! C'era il Bruno Crameri che ci ha fatto le fotografie e diceva: "ed ora fate un bel sorrisino ...". Quando sono arrivate a casa le foto dopo una settimana una bella sorpresa! Io il bel sorrisino l'avevo fatto ma l'Erminio aveva

la faccia ingrugnita peggio che a un funerale. Mi ha poi detto che stava pensando a quanta fatica aveva dovuto fare per riuscire a conquistarmi!!!

Era usanza inviare per posta gli inviti per le nozze?

Alma e Marili: *gli inviti solitamente venivano fatti di persona, si andava ad annunciare il matrimonio facendo visita alle persone che si desiderava invitare con una bomboniera piena di "binis", gli inviti di cartoncino li facevano fare solo chi ne aveva la possibilità economica, anche quelli avrebbero rappresentato un costo in più. In quell'occasione si presentava ai parenti il futuro marito o la futura moglie, si beveva un caffè insieme e si donavano i confetti agli invitati. Questi ultimi erano principalmente i parenti,*



non c'erano matrimoni in pompa magna con 100 o 200 invitati come fanno oggi ...

Naree: *io mi sono sposata a Le Prese, sia io che mio marito Renato, eravamo vestiti di bianco. Anche in Thailandia gli sposi sono sempre vestiti con abiti chiari.*

Si usava portare dei regali agli sposi?

Rosa, Alma, Marili, Guido ed Emma: *venivano regalate cose utili come pentole e stoviglie per la cucina oppure denaro, così ognuno poteva comprarsi quello di cui aveva bisogno.*

Facevate il viaggio di nozze?

Rosa: *la maggior parte delle persone a quei tempi nemmeno lo sapeva cosa era un viaggio di nozze ... finito il giorno di festa si ricominciava il lavoro come sempre. Magari chi poteva permettersi di non ricominciare subito a lavorare andava a fare visita ai parenti della Svizzera interna ma viaggi alle Maldive o chissà dove come si fanno al giorno d'oggi erano impensabili.*

Guido: *la mia Ester ed io ci siamo sposati a Locarno, noi due con due testimoni, un bravo prete ticinese e nessun altro. Veloce ed economico. Dopo*

la cerimonia i testimoni se ne sono tornati a casa loro e noi due abbiamo fatto un bel viaggetto in treno attraverso diverse città della Svizzera.

Emma: *il mio Erminio ed io avevamo progettato un bel viaggio a Roma dove avevamo dei parenti che ci avrebbero ospitato ma, purtroppo o per fortuna qualcosa non è andato secondo i nostri piani. Dopo pochi giorni dal matrimonio non mi sentivo molto bene e ben presto scoprii di essere già in dolce attesa, viaggio di nozze saltato!*

Ed ora, come ultimo argomento, passiamo ad una questione un po' più delicata: ai vostri tempi c'erano i tradimenti nelle coppie sposate? C'erano dei divorzi?

Emma e Guido: *altroché se c'erano i*

tradimenti ai nostri tempi! Se venivano scoperti nel giro di poco lo sapeva tutta la valle ed era una gran vergogna per tutta la famiglia. Divorzi no, ce n'erano pochissimi, certo capitava per tanti di non andare più d'accordo ma, per evitare scandali in paese e per i figli, si andava avanti lo stesso, tenendo duro e soffrendo in silenzio. Succedeva addirittura che, quando la moglie non voleva più avere rapporti intimi con il proprio marito, dava a quest'ultimo il benestare per frequentare il letto di un'altra donna ...

E dopo questa bella chiacchierata ognuno di noi torna alle proprie faccende, i nostri interlocutori felici di averci raccontato parte di loro e dei loro tempi e noi, animatrici curiosone, arricchite di saggezza e nuovi, o vecchi, punti di vista ...



Matrimonio a La Rasiga, 1913 - Archivio fotografico Valposchiavo - istoria.ch

Tutto sta nella ragionevolezza

di Gisa Lardi

Sono numerose le postazioni o i momenti per un incontro personale durante una giornata trascorsa in Casa Anziani, dove vi sia la possibilità di chiedere, informare, ascoltare, discutere e confidarsi con un ospite.

Il posto preferito di Mariuccia Mengotti è in camera sua. Una camera ben arredata, dove trovo sempre un fiore fresco, portato dai figli o da un qualche conoscente durante le visite, fiori che posso arrivare dai monti o dalle alte cime delle nostre montagne. Io penso sempre che questi fiori sono fortunati, perché vengono interrogati, viziati e coccolati.

Sul tavolino della sua camera ci sono sempre anche parecchi giornali e riviste, che contengono svariati temi di attualità. Il giorno che son passata a salutare Maria (così è il suo vero nome), le pagine aperte del giornale parlavano dei problemi di seduzione e molestie sulle donne. Mariuccia, per paura che magari me ne andassi via subito,

mi ha invitato a sedersi e ha iniziato un discorso interessante, ma che al momento non mi ero sentita di discuterne per la paura di non essere abbastanza informata al riguardo. I miei timori però piano piano li ho messi da parte, perché Mariuccia ha il potere di farti sentire subito a tuo agio. Vedo in lei una donna decisa, con la convinzione di dover parlare di questo tema.

Mariuccia mi racconta della non facile vita degli anni '40 del secolo scorso, dove un lavoro era difficile da trovare, in modo particolare per le giovani donne. Dopo aver terminato la scuola dell'obbligo voleva lasciare San Carlo per imparare la lingua tedesca e intraprendere una scuola o un apprendistato, ma la situazione familiare non glielo permetteva. Doveva accontentarsi di un lavoro che poteva trovare in Valle. Le varianti erano poche: o aiutare nelle faccende di casa e in campagna, oppure lavorare in un ristorante o albergo quale cameriera. Ogni posto di lavoro la-

scia una propria impronta, un insegnamento, anche se magari non era quello desiderato.

«Quando facevo la cameriera – mi confida Mariuccia – si aveva a che fare con persone diverse; si ricevevano dei complimenti, ma anche degli apprezzamenti che, se fatti in modo esagerato, potevano diventare molestie. Infatti il confine fra corteggiamento, apprezzamento e molestia è sottile. Certo che ci vuole parecchia autostima e sicurezza per imparare a dire di no. Queste particolarità si apprendono fin dall'infanzia con un'educazione giusta. Bisogna sempre far crescere i propri figli con il senso di rispetto verso gli altri. Il saper rispettare è un processo che si forma molto lentamente, con una educazione costante. Certamente le storie e i film che spesso vediamo alla televisione ci propongono un modello di vita non realistico.

È importante bloccare queste storpiature già all'inizio, sul nascere. L'ideale sarebbe avere una morale che aiuti i giovani a gestire i sentimenti. Ai miei tempi ci venivano imposti dei paletti,



delle regole ben definite, dove a prima vista sembravano dure, ma che in realtà erano una difesa, una protezione, una sicurezza. È importante e necessario far crescere i nostri giovani con una sana morale sessuale, riuscire a incanalarla e accompagnarla con sentimento. Tutto sta in una giusta ragionevolezza».

Conversare con Mariuccia è sempre interessante e appagante. Si può discutere liberamente, facendoci delle domande su ogni tema e problema di questo mondo. Alle volte provoca e ad ogni costo vuole trovare una risposta. Grazie Mariuccia per la tua saggezza!

Oggi parliamo di ... **Come ho conosciuto mio marito**

di Natalie Varisto e Romina Pool

Oggi incontriamo la signora Emma Raselli, abile interlocutrice e depositaria di tante e tante storie che non basterebbe un libro per raccontarle tutte. Ci racconta questa volta di come ha conosciuto suo marito Erminio.

Vi dico subito che io non avevo alcuna intenzione di sposarmi nella mia vita, il mio desiderio era quello di diventare una suora libera come lo fu mia sorella.

E fu invece che andò tutto diversamente da quel che la ragazzina di Campiglioni aveva progettato per il suo futuro ...

Avevo 22 anni quando, dopo essere diventata sarta da uomo, sono stata mandata a Zurigo a lavorare in un ristorante, per imparare il tedesco e conoscere il mondo al di fuori della nostra valle. Ricordo che la padrona del ristorante si chiamava Clara Herzog e ci teneva tantissimo a farmi imparare il tedesco, visto che a scuola non mi ero distinta in modo particolare

per il grande studio di questa lingua. Ero lontana da casa per la prima volta in vita mia e soffrivo di una malinconia devastante. Piangevo ogni momento, una volta addirittura mi sono messa a piangere come una fontana mentre pulivo i gabinetti degli uomini, la mia collega Clorinda venne a consolarmi chiedendomi il motivo di tanta disperazione, risposi che mi era venuta nostalgia di casa nel vedere i pissoir del gabinetto ... (ride).

Ora dovete sapere che Clorinda, mia collega ma anche mia vicina di casa, si era messa in mente di farmi sposare suo fratello perché era convinta che io fossi la donna perfetta per lui, poi si vede che ci ha riflettuto e ha cambiato idea, ha pensato che ancor più idonea per suo fratello fosse la Luisina che abitava lì vicino. Conoscevo bene la Luisina perché avevamo partecipato insieme ad un corso di cucina anni prima. Quindi, secondo Clorinda, ora per me sareb-

be andato meglio l'Erminio, suo cugino e da quel dì ha cominciato ad architettare un piano per farci incontrare con la complicità della signora Herzog!

Guarda caso un bel giorno la signora Herzog mi chiese se mi avrebbe fatto piacere passare qualche giorno di vacanze (pagate addirittura!) a Poschiavo per fare visita al mio papà ... e che domande, saltavo di gioia dalla felicità (non sapevo nulla di quel che avevano confabulato quelle due ...!

E fu così che, insieme a Clorinda, venni a Poschiavo guarda caso proprio nei giorni durante i quali si celebrava il matrimonio del Fau-

sto e della Luisina e al quale era invitato anche il famoso Erminio.

Come se non bastasse, le due avevano anche disposto i posti a sedere in modo che io mi ritrovassi magicamente proprio vicino a lui! Io lo conoscevo già di vista ma non avevo il benché minimo interesse nei suoi confronti, già in altre occasioni aveva provato ad invitarmi a bere qualcosa o si era offerto di accompagnarmi ma la mia risposta è sempre stata:
ma töt fo da li bali ca mi la mia strada la si!!!

Torniamo alla cena del matrimonio. Finito di mangiare ha voluto per forza accompagnarmi a casa e



abbiamo percorso la stradina che passa da Pagnoncini, ricordo ancora che c'era una trebbiatrice e poco distante una "banchèla" di legno. Lui mi invitò a sedermi sulla banchèla e si fece serio, anzi serissimo, e mi disse:

Emma, io sto cercando una brava ragazza da sposare, vorresti essere tu?

No, no, no mi sem puarissima e voli miga ta maridà! Fu la mia risposta.

Fu allora che, intelligente come era, mi riformulò la domanda in un altro modo:

Emma, io sto cercando una ragazza povera ma tanto povera da sposare, penso io ad acquistare tutto l'occorrente per mettere su la nostra famiglia, tu non ti devi preoccupare di niente, voglio proprio una ragazza poverissima!

E fu a quel punto che caddi ai suoi piedi come una pera cotta ed accettai la sua proposta di matrimonio.

Era il 4 del 4 del 1944 che ci siamo uniti in matrimonio, abbiamo avuto 5 figli e un matrimonio felice. Dopo il terzo figlio avevamo pensato di chiudere bottega con la procreazione, ma sono ancora arrivati il quarto e poi anche il quinto. Un giorno mi disse l'Erminio:

Ma Emma, sa mi meti anca numma li braghi sùl te lecc ... ti t'es già incinta!

È stato un bellissimo matrimonio, lui un bravissimo marito e non ho mai rimpianto nemmeno una volta di avergli detto di sì quella lontana sera sulla banchèla vicino alla trebbiatrice.



Saggio musicale

di Gisa Lardi

Il saggio musicale degli Allievi della Scuola di musica di Poschiavo è divenuto con gli anni uno degli appuntamenti più attesi e sentiti dagli ospiti di Casa Anziani.

Come è stato sottolineato durante il saluto di presentazione, questo interscambio generazionale suscita ogni volta in loro un senso di serena gioia. Erano infatti ben pochi coloro che non sono scesi nella hall nel pomeriggio di domenica 11 marzo per assistere alle esibizioni dei piccoli musicisti, accompagnati per l'occasione dai loro docenti musicali.

I circa trenta allievi, alcuni dei quali ancora giovanissimi, si sono esibiti senza alcuna emozione ed hanno saputo strappare convinti applausi, sia dagli ospiti che dai numerosi genitori e nonni presen-



ti. Diversi i generi e gli strumenti musicali che si sono potuti ascoltare: dal flauto dei più piccoli, si è passati ad esibizioni al pianoforte, alla chitarra classica e moderna, al clarinetto, al flauto traverso. Il concerto si è concluso con una esibizione d'assieme di un gruppo di allievi più grandicelli con chitarre classiche e moderne accompagnati dalle splendide voci di tre allieve della scuola di canto.

Un bel pomeriggio insomma, terminato con uno spuntino in compagnia offerto a tutti i piccoli musicisti e ai loro insegnanti quale ringraziamento da parte del Centro sanitario Valposchiavo.



Uscita a teatro

di Natalie Varisto



Sabato 7 aprile abbiamo compiuto la nostra prima uscita dell'anno. Grazie al regalo di una bella giornata di sole, in mezzo ad una primavera molto piovosa, abbiamo potuto raggiungere a piedi e in carrozzina le scuole di Santa Maria dove era in programma lo spettacolo teatrale che tutti gli anni ci dona grandi sorrisi ed emozioni: quello del gruppo teatrale dei "Pusc'ciavin da Coira".

Il teatro era gremito di pubblico, tanti eravamo noi del Centro sanitario accompagnati dalle nostre animatrici e dai volontari e tanti erano anche i valligiani accorsi a questo spettacolo da non perdere.

Ci sono stati tanti graditi incontri tra gli ospiti dell'ospedale, gli ospiti della casa anziani e gli altri spettatori della valle, come la rimpatriata doppiamente ultracentenaria: Emma Raselli e Clelia Cramerì.



Quest'anno è successa una cosa che ci ha reso molto orgogliosi di quel che abbiamo creato durante



le ore di animazione: ci hanno richiesto alcuni dei nostri quadri da usare per l'allestimento della scenografia!

È stato uno spettacolo bellissimo, tante risate nel vedere le disavven-



ture dei fratelli Toni e Noldi Penel che ne hanno combinate di tutti i colori! Geniale l'utilizzo del dialetto poschiavino, in particolar modo di alcuni vecchi termini che al giorno d'oggi non si sentono più e stanno andando nel dimenticatoio ...

Oggi parliamo di ... L'inverno di tanti anni fa

di Natalie Varisto e Maria Crameri

con la collaborazione di Rita Superti, Lea Cortesi, Damiano Rossi e Giuseppe Rossi

Ieri è stato l'ultimo giorno di questo lungo e freddo inverno; approfittiamo quindi del nostro incontro per parlare un po' di come era l'inverno ai tempi dei nostri ospiti.

Inizia **Damiano** che ci racconta di come erano i suoi sci: *"andavamo anche noi con gli sci quando era possibile, certo non erano come quelli di adesso ... i miei erano ricavati da "li suleti da una sclenzula", gli scarponi altro non erano che un paio di "scarpon" vecchi che legavamo agli sci con un "scintin", inutile dire che ogni momento si staccava tutto ed eravamo per terra. I miei primi sci me li aveva dati proprio Giuseppe, lo ricordo come fosse oggi!*

Anche **Rita** sapeva sciare, i suoi sci erano dello stesso modello di Damiano, li ricorda pesantissimi e molto precari nella tenuta.

Lea: *io con gli sci non ho mai potuto imparato ad andare, avevo anche pochissimo tempo, dovendo sempre aiutare nel lavoro in osteria. Però mi*

ricordo che quando ero in collegio mi avevano regalato gli "sliciù", i pattini da ghiaccio, fatti con due pezzi di ferro e che venivano attaccati alle scarpe mediante l'utilizzo di una chiavetta. I pattini si sganciavano sempre dalle scarpe ed eravamo sempre col sedere "gio bas"! Mio marito Mondo invece aveva li "racheti", erano fatte di legno, di forma ovale con delle corde intrecciate all'interno, si applicavano alle scarpe e servivano per non sprofondare nella neve, le antenate delle moderne ciaspole.



Bambini con sci e slittino, 1934 - Archivio fotografico Valposchiavo - istoria.ch

Damiano: *non esistevano funivie o scilift, si risaliva o a "scaleta" o con le pelli di foca, queste ultime però si usuravano molto velocemente e dopo poco tempo non avevano più tenuta. Era il 1957 quando venne aperta la stazione sciistica della Diavolezza.*

E dall'argomento sci passiamo ora ai lavori che si facevano durante le giornate invernali:

Damiano e Giuseppe: *Noi uomini in inverno ci occupavamo di andare a tagliare gli alberi nei boschi per conto del comune. Ci univamo in gruppetti di 4 o 5 e, con i nostri attrezzi in spalla, al rasigon, la rampèla, al sügürel, i cogn e al zapin, raggiungevamo la zona assegnata e cominciavamo a tagliare. Era un lavoro a cottimo, venivamo pagati in base alla lunghezza e*



Uomini intenti a tagliare una pianta con una grande sega a due impugnature, ca. 1960 - Archivio fotografico Luigi Gisep, SSVP - istoria.ch

al diametro dei tronchi. Gli attrezzi li lasciavamo sul posto per il giorno dopo, era impensabile che qualcuno potesse venire a rubarceli.

Rita: *se si facesse al giorno d'oggi ne lasci lì uno e il giorno dopo ne trovi due ...*

Giuseppe: *Oltre al lavoro nei boschi bisognava naturalmente anche occuparsi della stalla, lo facevamo al mattino presto (ci alzavamo alle 5) e la sera quando scendevamo dal bosco, durante la giornata se ne occupavano anche le mogli.*

Una cosa parecchio difficoltosa in inverno e che riguardava principalmente le donne era il lavare i panni.

Lea e Rita: *A lavare i panni, d'estate come d'inverno, si andava al "puntunal". L'acqua era ghiacciata e ci portavamo appresso un secchiello di acqua calda per poterci riscaldare le mani quando il gelo diventava insopportabile. Appena stesi i vestiti e le lenzuola si congelavano all'istante, poi col sole pian piano si asciugavano, dopo qualche giorno li portavamo dentro in stüa per farli asciugare del tutto. Nelle case con tanti bambini c'erano sempre quintali di pannolini da lavare, non si finiva mai, altro che Pampers!*

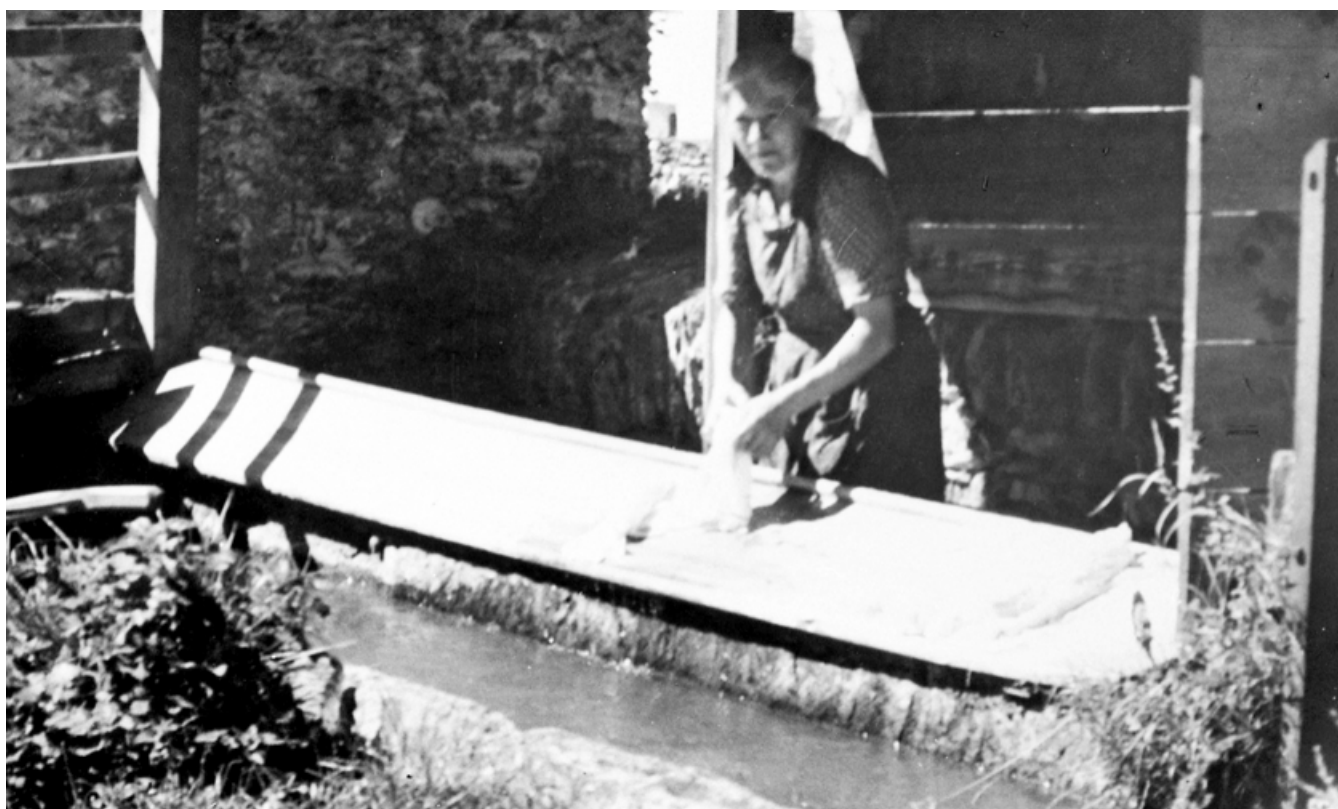
Il gran freddo portava anche il problema del riscaldamento nelle case.

Rita: *le case venivano riscaldate esclusivamente a legna, si usava riscaldare la cucina e la stüa mentre le camere da letto restavano al gelo. Per avere una temperatura accettabile nei nostri letti ci mettevamo un sass da serpentín precedentemente scaldato nella stufa e poi avvolto in una foderina di lana. Alcuni avevano una buiota di rame che veniva riempita di acqua calda e poi sempre avvolta in una foderina per non scottarci le gambe.*

E il gabinetto? Era riscaldato?

Giuseppe, Damiano, Lea e Rita:
Il gabinetto? Quando noi eravamo

piccoli quasi nessuno aveva un gabinetto, inteso come quelli di oggi con le belle piastrelle di ceramica, lavandino, docce e le vasche da bagno. Noi avevamo "al cacatonfo", uno sgabbiotto di legno attaccato alla casa che scaricava direttamente "sura al monton da la grasa", ed erano fortunati quelli che l'avevano attaccato alla casa. C'era anche chi doveva uscire e raggiungere al monton per poi entrare in un baitel posizionato sopra e fare quel che doveva fare. E di certo non si stava dentro ore a leggere il giornale, col freddo che faceva in inverno si faceva svelt svelt! Durante la notte, per non uscire fuori al freddo, si usavano gli "urinari", venivano tenuti dentro "al cifton" e la mattina venivano svuotati o sul "monton da la grasa" o direttamente nell'orto per concimarlo. Erano fatti



Una lavandaia sciacqua i panni alla gora ("puntunal") nei pressi del Ristorante Foppoli, Cimavilla, Poschiavo, 1962 - Archivio fotografico Valposchiavo - istoria.ch



di ferro smaltato, alcuni di ceramica ma, questi ultimi, potevano rompersi e se succedeva erano guai!

Com'era il vostro abbigliamento invernale?

Lea: *Mi ricordo un episodio di quando ero bambina, stavamo andando in chiesa per la messa e una mia compagna di scuola indossava una bellissima tuta da sci che le avevano appena regalato. Il prete si rifiutò di darle la comunione per via di quella tuta, ai nostri tempi le bambine non potevano assolutamente indossare i pantaloni, solo gonne con sotto gli "strumpfhosen" di lana! Le scarpe invernali erano alte e piene di lacci, ci si metteva un'ora solo ad allacciarle! Quando si riceveva un cappotto si era felicissimi,*

e si faceva durare finché non ci si stava più dentro!

E la sera cosa si faceva?

Giuseppe e Damiano: *La sera dopo cena si stava principalmente in stüa, le donne facevano calza o filavano la lana e gli uomini facevano cavagn e gerli e fumavano la pipa o qualche sigaretta. Ci si coricava molto presto, intorno alle 8, visto che al mattino il gallo cantava a buon'ora per farci uscire dal letto. In certe case dove la legna scarseggiava si usava riunirsi nella stalla prima di andare a letto, la stalla era il locale più caldo di tutti.*

Poschiavo, via da Mez d'inverno, ca. 1950 - Archivio fotografico Luigi Gisep, SSVP - istoria.ch



Il pranzo del sabato in compagnia

di Romina Pool e Delia Lanfranchi

Da alcuni mesi, in Casa Anziani, abbiamo introdotto con successo una novità.

Il sabato, verso le ore 10, un gruppetto di ospiti si ritrova nel comodo salottino del Centro diurno, al quarto piano, da dove si gode una vista splendida sui tetti di Poschiavo.

5 o 6 ospiti, accompagnati da un animatrice, possono dedicarsi alla preparazione del pranzo.

Gesti, profumi e colori di pietanze

che portano il ricordo di tempi passati.

E allora ecco nascere discussioni su come qualcuno tagliava l'aglio da mettere sui pizzoccheri o di come si usava un utensile invece di un altro.

Ricordi che vanno anche molto lontano nel tempo ... immagini di mamme e nonne che a loro modo hanno tramandato trucchi e ricette fino ai nostri tempi.





Le idee per i menù nascono spontaneamente. Si predilige però una cucina semplice, genuina e nostrana.

Il nostro ambiente di lavoro si divide in due spazi: una piccola cu-

cina e una sala da pranzo collegati tra loro da un corridoio. Non sarà molto pratico ma funziona.

Le nostre cuoche, e a volte anche un qualche chef, seduti intorno a una bella tavola, si dedicano alla preparazione delle pietanze, pelare, tagliare, mischiare, impastare e tanti altri gesti conosciuti.

Insieme si apparecchia la tavola e a fine pasto la si sbarazza. Ognuno nelle proprie possibilità può sentirsi utile.

Gli obiettivi che si raggiungono in questi momenti sono diversi; stimolare i sensi, far riaffiorare le memorie, mantenere la motricità fine e non da ultimo il buon umore.



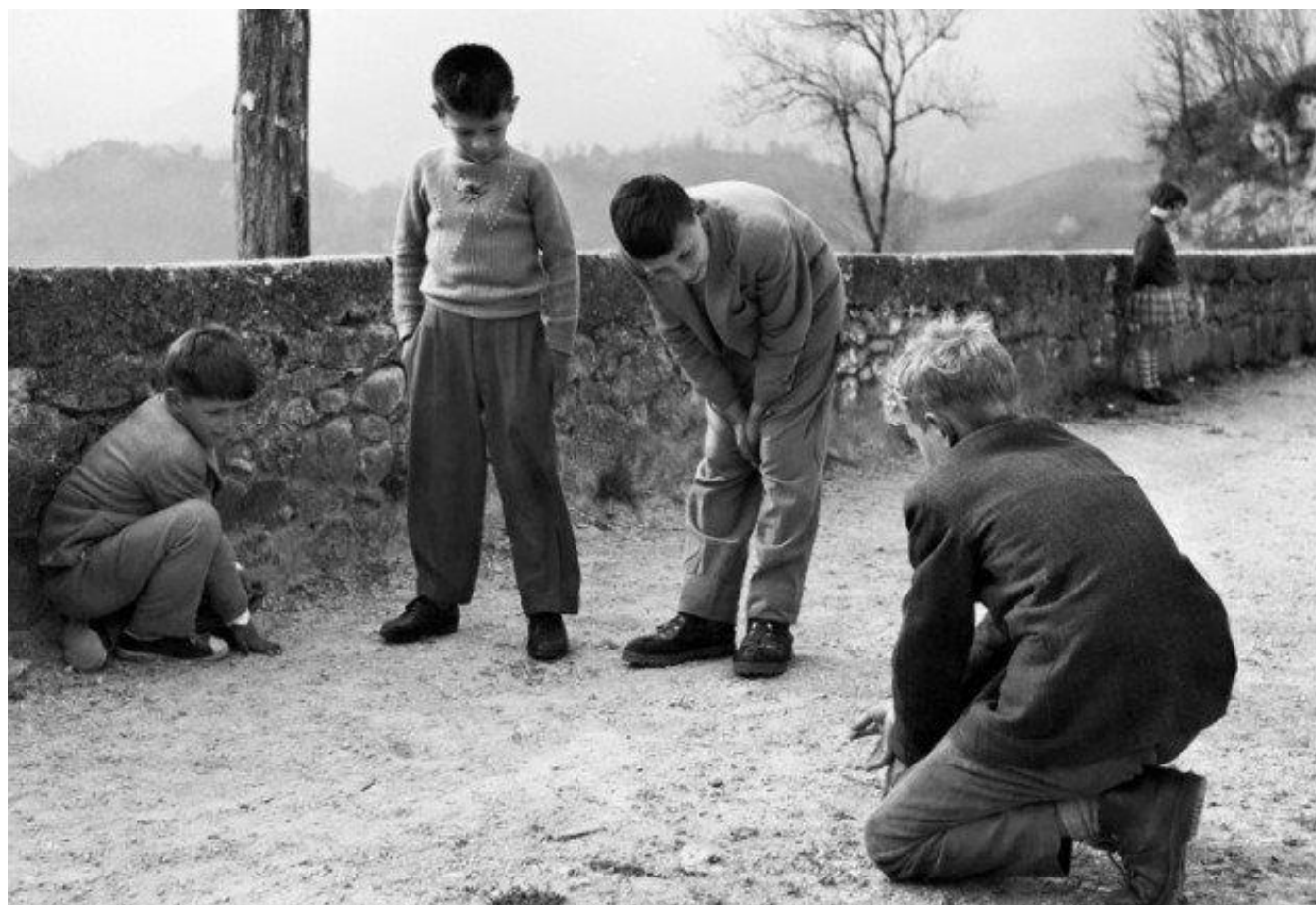
Oggi parliamo di ... I nostri giochi "da budan"

di Natalie Varisto e Yvonne Russi

con la collaborazione di Damiano Rossi, Felice Tuena, Guido Crameri, Alma Fanconi e Afra Zanetti

Eravamo tutti riuniti intorno al tavolo per giocare a memory quando a qualcuno nasce la curiosità di sapere con quali giochi ci si divertiva ai loro tempi. Nemmeno il tempo di fare la domanda che inizia una simpatica raccolta di ricordi e aneddoti che non possiamo lasciare volare via col vento ... ed eccoci di nuovo pronte a scrivere!

Damiano e Felice: il gioco preferito in assoluto di noi maschi erano "*li cichi*", per entrarne in possesso bisognava o comprarle o riceverle in regalo o vincerle (e questa era la conquista più soddisfacente)! Quando proprio non se ne avevano si usavano dei bottoni o dei fagioli, ma non era la stessa cosa! Le bambine non giocavano a "*li ci-*



www.friulionline.com - Elio Ciol - Il gioco delle biglie, Castlenovo del Friuli, 1960



www.costantinoricchi.it

chi... non stava bene, loro giocavano a *"gongon"*, una nascondeva le biglie nelle mani e le altre dovevano indovinare quante erano.

Le biglie potevano essere di vari materiali, di terracotta, di vetro o di piombo, *"al cicon"* era la biglia più grande ed era proprio lui che dovevamo colpire con le biglie più piccole per cantare vittoria.

Il terreno doveva essere sterrato per poter fare i solchi, oggi con tutto l'asfalto che hanno messo sarebbe già più difficile giocare.

I luoghi dove giocavamo erano i cortili delle nostre case, le varie strade del paese, vicino alla chiesa, prima o dopo (o durante ...) la recita del rosario.

Un altro gioco che avevamo inventato era quello delle scatole. Mettevamo delle scatole su un muretto e poi dovevamo colpirle

con una palla di pezza che avevamo costruito con le nostre mani, utilizzando vecchi pezzi di stoffa che ci regalavano. Con queste palle inventavamo tantissimi giochi, avevamo poche cose e ci si arrangiava come si poteva.

Alma: noi da bambini giocavamo tanto *"al vei"* o *"al cuc"* (nascondino), intorno a casa o in giro per il paese, alle volte lo facevamo anche in chiesa nascondendoci dietro al confessionale!

Guido: Era arrivato anche il gioco delle bocce, mi ricordo che erano pesanti ... forse fatte in legno. Non c'erano i campi da bocce come ci sono oggi, li creavamo noi nelle strade sterrate dove capitava.

Un passatempo tipico dei ragazzi che andavano a pastura era quello di fischiettare con *"al scigul"*.

Felice, Guido e Damiano: una cosa che nessun maschio non poteva non possedere era la fionda. Ce le costruivamo da soli, bisognava innanzitutto trovare un "*bachet*" dalla forma giusta e poi attaccargli qualcosa che fungeva da elastico, perfetta era la gomma delle camere d'aria oppure anche le lingue delle scarpe vecchie ... eravamo ingegnosissimi! Le fionde erano tanto divertenti quanto pericolose, quando entravamo in classe i maestri ci controllavano "*li garzeli*" e se trovavano delle fionde ce le sequestravano ...

Felice: le biciclette le avevano solo gli adulti, per noi ragazzi era un sogno quando ce ne regalavano una anche tutta scassata! Mi ricordo che ne avevo ricevuta una e mentre sfrecciavo per le strade di Pagnoncini ho perso il controllo e sono atterrato in mezzo alle gambe di una signora facendola cadere ... ne ho sentite per i beati!

Guido: anche a me è successo una volta che, seduto sulla canna perché non arrivavo con le gambe fino al sellino mi sono trovato davanti "*tre mandraguli*" che non sapevano se spostarsi da "*scià o da là*" ed è finita che ne ho buttate per terra due ... me ne hanno dette di tutti i colori!

Felice e Alma: Un'altra cosa che ci piaceva fare era al "*zücar candì*". Lo si faceva in particolar modo quando non c'erano in casa i genitori, si prendeva un pentolino e si faceva tostare lo zucchero per poi aggiungevi acqua o latte, quando si raffreddava lo si tagliava in pezzi e queste erano le nostre caramelle.

Felice: io avevo un "*bec*" al quale attaccavo una "*sclenzula*" e con lui andavo a raccogliere la legna, era considerato un lavoro ma con la fantasia che di sicuro non ci mancava lo avevamo fatto diventare un gioco.

Afra: io mi ricordo il gioco "*Giro-lamo esce*". Si disegnava un cerchio in terra e un bambino con gli occhi bendati doveva muoversi all'interno del cerchio senza uscire dai confini.

Il tempo per giocare era davvero poco, ci ritagliavamo i nostri spazi per giocare tra un lavoretto e l'altro. Tanto dipendeva anche dai genitori, alcuni erano più rigidi ed altri un po' più permissivi.

C'era un grande divario dal punto di vista confessionale, riformati e cattolici avevano le scuole separate e i bambini crescevano con l'astio nei riguardi della religione diversa dalla loro arrivando a fare "gio-

chi” davvero pericolosi. Giocare a palle di neve nascondendo dei sassi all’interno di queste è costato un occhio a più di un bambino ...

In seguito si sono celebrati i primi matrimoni misti, all’inizio erano degli scandali tremendi e poi pian piano sono entrati a far parte della normalità della vita di valle.

Guido: I maschi erano soliti fare dispetti alle bambine, rincorrerle per poi alzare loro le gonne o seguirle quando salivano le scale per spiare sotto le vesti ... Verso la quinta classe i maschi cominciavano a guardare le ragazzine in modo diverso, l’educazione sessuale in famiglia non esisteva, ci era addirittura proibito entrare nelle stalle per assistere ai parti del bestiame.

Perfino durante la ricreazione a scuola maschi e femmine dovevano giocare separati, era tutto tabù. Ricordo ancora il maestro Silvio Beti che, verso la quinta o sesta classe ci spiegò l’anatomia dei maschi e delle femmine.

Afra: mi ricordo che in secondaria le suore ti mettevano in castigo se solo ti azzardavi a salutare un maschio. Era il periodo durante il quale si iniziava ad interessarsi all’altro sesso, cominciavano a girare bigliettini di nascosto sotto i banchi ... facendo ben attenzione a non farsi vedere! Li ricordo ancora con tenerezza quei pezzettini di carta piegati in quattro e quegli sguardi che li accompagnavano ... altro che gli attuali sms e Whats app!



Giochi in giardino a sud della casa Pozzy-Olgiate in Plazola, 1899 - Archivio fotografico Luigi Gisep, SSVP - istoria.ch

Prima uscita di "tücc insema"

di Luisa e Renzo Volpato

Venerdì 23 marzo 2018, a due giorni dall'inizio della primavera, abbiamo un appuntamento con gli ospiti dell'Ospedale San Sisto e della Casa Anziani e sapevamo solamente che ci saremmo ritrovati nel primo pomeriggio tutti assieme presso la Biblio.ludo.teca.

Giornata ventosa ed anche un po' fresca, ma essendo la prima uscita dopo un inverno con tante nevicate abbiamo subito notato un forte desiderio di andare all'aperto, di fare una bella passeggiata e di vedere e/o assistere a qualcosa di

nuovo e magari di interessante.

Arrivati tutti alla Biblio.ludo.teca ci siamo divisi in quattro gruppi in quattro tavoli diversi.

In compagnia degli animatori e degli ospiti abbiamo fatto cose veramente coinvolgenti, e precisamente:

- ci sono state consegnate alcune schede contenenti 5 foto ciascuna, ricavate dal prezioso archivio fotografico www.istoria.ch.
- Ognuna di queste schede conteneva 1 foto cosiddetta "intrusa" e tutti divertiti abbiamo dovuto scoprire la foto che non era in re-





lazione con le altre 4 (ed alle volte la soluzione non è stata semplice)

- poi, utilizzando sempre le foto di questo fantastico archivio, siamo passati a scoprire degli errori, volutamente inseriti, confrontando all'apparenza due identiche fotografie ed anche qui gli ospiti hanno dovuto "lavorare" un bel po'
- poi un'animatrice ha letto alcune schede contenenti dei proverbi poschiavini: dopo essere stata letta la prima parte, gli ospiti do-

vevano concludere il proverbio; ed in questa occasione le risate non sono mancate

- per concludere tutti assieme abbiamo giocato a "memory": anche qui un successone con divertimento a non finire da parte di tutti.

Dopo aver giocato e dopo aver ringraziato gli Organizzatori per queste divertenti ed interessanti ore trascorse assieme siamo tutti felicemente rientrati sempre con ancora un bel vento in poppa.







Ci hanno lasciato



**Celestina
Cortesi-Bassi**
nata il 26.01.1930
deceduta il 27.01.2018

**Carmen
Baur-Crameri**
nata il 25.07.1919
deceduta il 02.01.2018



**Gemma
Tonetti-Lardi**
nata il 09.03.1924
deceduta il 30.01.2018



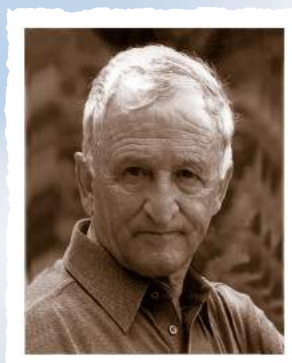
**Maria Lina
Godenzi-Caelli**
nata il 01.10.1927
deceduta il 21.02.2018



**Margherita
Costa**
nata il 14.03.1918
deceduta il 27.02.2018



**Marcello
Zanetti**
nato il 25.04.1934
deceduto il 02.03.2018



Mario Rada
nato il 12.09.1927
deceduto il 17.03.2018



Leone Menghini
nato il 05.08.1924
deceduto il 25.03.2018



Plinio Tognina
nato il 15.03.1924
deceduto il 14.05.2018

Tito Tuena
nato il 05.08.1926
deceduto il 17.05.2018



**Prospero
Bongulielmi**
nato il 21.03.1940
deceduto il 26.06.2018



Tücc insema

**Rivista degli ospiti
del Centro sanitario Valposchiavo**

Numero 2 - Giugno 2018

Tiratura: 300 esemplari

Impaginazione: Ivan Pola

Stampa: Tipografia Menghini

