



Villa Santa Maria
RESIDENZA MEDICALIZZATA

UI Picett da Savusa



Giornalino periodico di informazione e curiosità



N°37 Gennaio / Maggio 2026



A nome della redazione del "Picett" ringraziamo le aziende che hanno offerto un contributo alla nostra rivista! !!

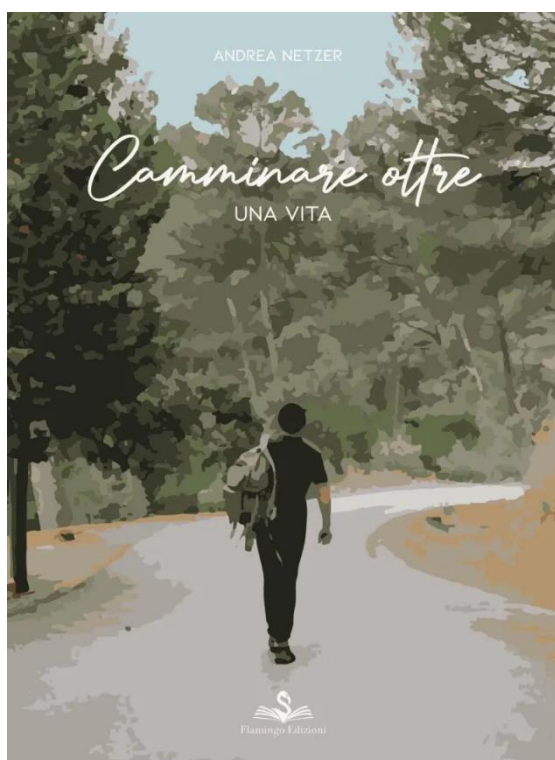


Grazie!

Serata con Andrea Netzer

Camminare oltre UNA VITA

A cura di Marco - Animatore



Martedì 12 Maggio è stata una serata intensa e ricca di emozioni insieme allo scrittore Andrea Netzer, che ci ha presentato il suo libro "Camminare oltre UNA VITA". Un incontro che è andato oltre la semplice presentazione di un libro, affrontando con sensibilità e profondità anche il tema del Parkinson, tra testimonianze, riflessioni e momenti di condivisione. Grazie ad Andrea Netzer per averci accompagnato in questo percorso di parole, esperienze e consapevolezza, e grazie a tutti coloro che hanno partecipato rendendo speciale questa occasione.



Andrea Netzer ex assistente sociale, giornalista, musicista e autore svizzero, noto per la sua lunga carriera presso la (Radiotelevisione svizzera), ripercorre la sua vita ricca di avventure: dal lavoro presso il centro giovanile di Lugano a un incontro con lo Scià di Persia, dalla passione per il rock fino a un'udienza privata con il Dalai Lama. Dopo la diagnosi di **morbo di Parkinson**, è diventato un punto di riferimento per il racconto della convivenza con la malattia



Non solo moda

A cura di Marco - Animatore

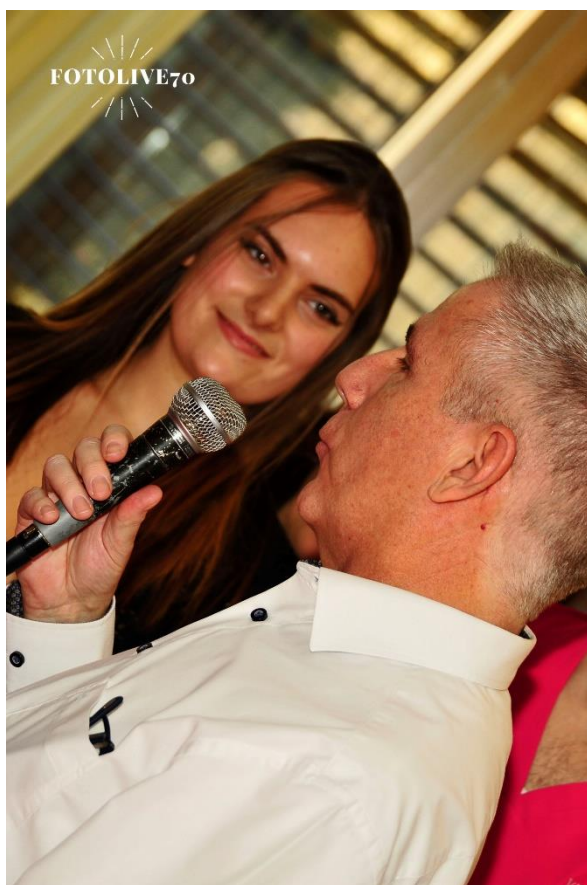
Domenica 15 febbraio abbiamo avuto il piacere di ospitare la sfilata di moda organizzata dall'associazione "Non Solo Moda" che attraverso la moda, l'arte e la fotografia è impegnata in una campagna di sensibilizzazione contro ogni forma di bullismo. A rendere questa giornata ancora più

significativa è stata la partecipazione attiva di alcuni ospiti, che hanno sfilato con entusiasmo, eleganza e voglia di mettersi in gioco. Grazie a tutti coloro che hanno collaborato, partecipato e sostenuto questa splendida iniziativa





Non solo moda



Siamo Fuori

A cura di Marco – Animatore

Venerdì 17 Aprile abbiamo avuto il piacere e l'onore di intervenire come ospiti e di ospitare la trasmissione "SIAMO FUORI" della RSI, dedicata per l'occasione al paese di Savosa. Un sentito grazie alla troupe e a tutte le persone coinvolte nella puntata.



SIAMO FUORI A SAVOSA

[Scorri per i dettagli](#)

0848 03 1
079 820 1



VILLA SANTA MARIA, 80 ANNI DI STORIA

[Scorri per i dettagli](#)

Siamo Fuori





A VILLA SANTA MARIA,
EVENTI ORIGINALI CHE ANIMANO LE GIORNATE

07:48 / 1:00:17

Scorri per i dettagli

0848 03 16 18
079 820 16 18



Siamo Fuori



Eventi

RSI

Siamo Fuori



Novità

Pet Therapy ... Cambio della guardia!!

A cura di Marco - Animatore



Dopo anni di affetto, dedizione e presenza costante, ad inizio anno, abbiamo salutato (per motivi

pensionistici)!!! due amici davvero speciali: Wiki e Cica, i cani da pet therapy che hanno

accompagnato per lungo tempo gli ospiti della struttura insieme alla loro conduttrice, Erminia Negri, portando conforto, serenità e momenti di gioia nelle loro giornate. Grazie al loro lavoro, svolto con dolcezza e sensibilità, hanno contribuito in modo significativo al benessere emotivo dei nostri ospiti, creando legami profondi e ricordi preziosi.

Ora, sempre grazie all'associazione cani da terapia Ticino e Moesano accogliamo un nuovo protagonista: Freud, un cane pronto a

raccogliere l'eredità dei suoi predecessori. Insieme a lui arriva anche la sua conduttrice, Nicole, che con entusiasmo e preparazione intraprenderà questo nuovo cammino accanto agli ospiti.

Un sentito ringraziamento va alla signora Erminia Negri, Wiki e a Cica e alla

associazione cani da terapia Ticino e Moesano, per gli anni di servizio e per l'amore donato. Allo stesso tempo, un caloroso benvenuto a Nicole e a Freud, con l'augurio che possano vivere un'esperienza altrettanto ricca e significativa.



Reportage



Pet Therapy





Carnevale





Carnevale





Carnevale





Reportage



Reportage



Grazie dei fiori





Creatività



Reportage



Concerti

Duo Tacalà



Annamaria Vinci





Concerti

Duo ALMA



Coro ATTE





Musica

Beppe Karaoke



Marco animatore





Incontri





Reportage



Curiosità

L'organo più antico del mondo troneggia su una collina svizzera

A cura di Marco – Animatore

La sua costruzione risale al XV secolo, il che lo rende l'organo suonabile più antico del mondo. Risparmiato dalle fiamme e dalle guerre, l'organo della cattedrale di Notre-Dame de Valère a Sion attira ancora oggi persone appassionate da tutto il mondo.



Installata maestosamente in cima a una collina, la basilica di Notre-Dame de Valère sfiora il cielo. Questa antica residenza dei canonici domina la città di Sion, la capitale del canton Vallese. Qui, la Storia si dispiega in una geografia mistica e sacra.

Edificata a partire dal XII secolo, Notre-Dame custodisce un tesoro: l'organo suonabile più antico del mondo. Questo strumento musicale, che risale agli anni intorno al 1430, deve la sua sopravvivenza a quello che si potrebbe definire un miracolo.

Restaurato e abbellito nel corso degli anni, come la basilica che lo ospita, è oggetto di curiosità internazionale.

Costruttore sconosciuto

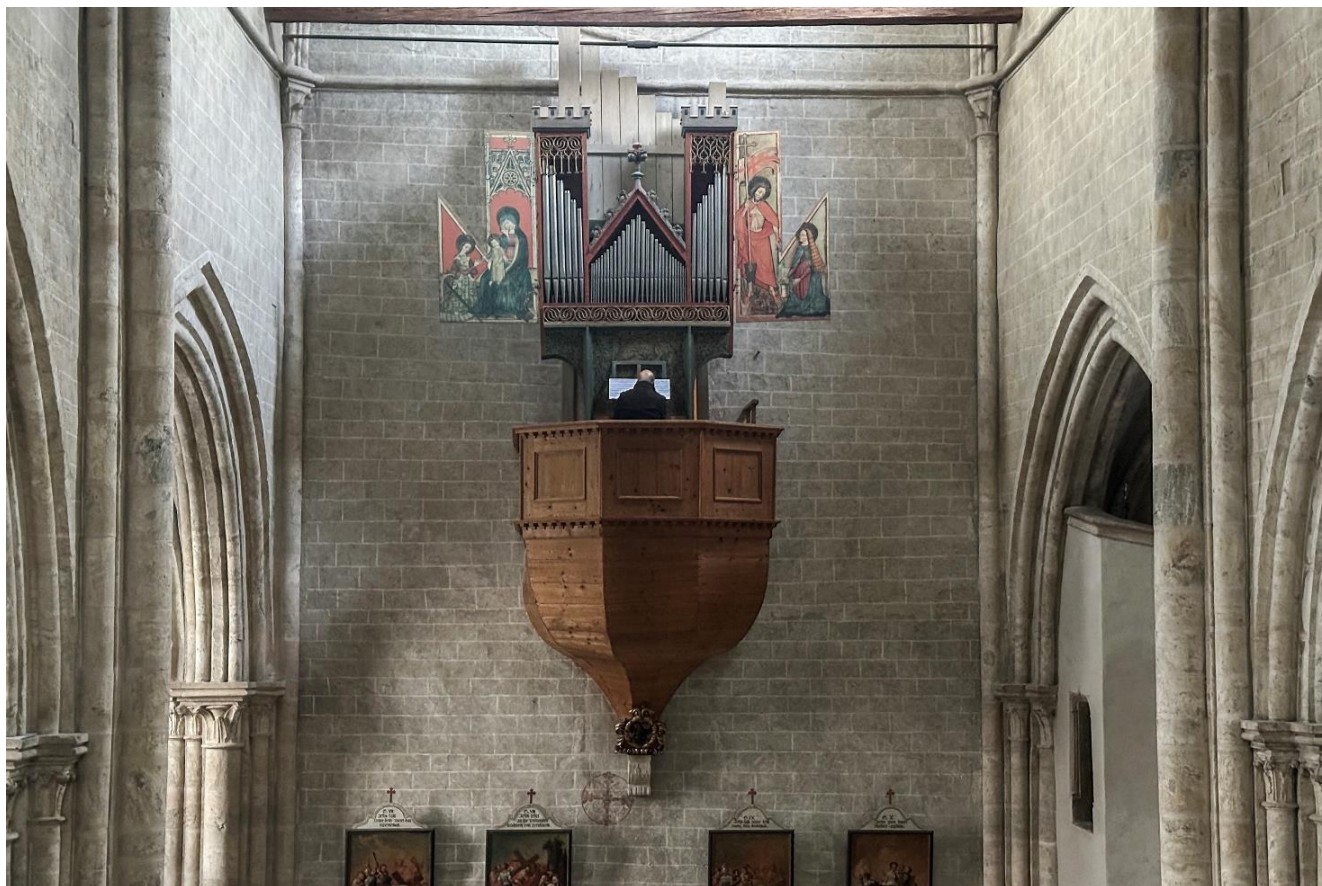
Abbiamo poche tracce in merito. Sappiamo invece che fu salvato dal fuoco, così come la basilica, grazie a un elemento meteorologico: la direzione del vento che risparmiò la collina di Valère, ma distrusse Sion, durante un incendio alla fine del XVIII secolo”, spiega Edmond Voeffray.

L’organo è stato salvato dalle fiamme, ma anche dalle guerre e dalle divisioni fratricide che hanno devastato l’Europa nei secoli scorsi. “Soprattutto la Rivoluzione francese”, prosegue Edmond Voeffray, “che causò la distruzione di numerose chiese e degli organi che queste possedevano.

Anche la Svizzera ne ha sofferto, ma l’accesso alla collina di Valère, all’epoca molto difficile, ha in qualche modo protetto la basilica e le sue opere d’arte”.

Il valore patrimoniale dell’organo non si limita alla sua antichità. È anche iconografico. Dotato di due ante, poste una a sinistra e l’altra a destra delle canne, l’organo riflette una parte della fede cristiana. A sinistra, il matrimonio mistico di Santa Caterina, patrona di Valère. A destra, Maria Maddalena che incontra il Cristo risorto. L’autore di questi dipinti è il friborghese Peter Maggenberg (1380 ca. – 1463).

Nel 2022 l’organo è stato accordato con temperamento mesotonico, una caratteristica distintiva di questo strumento.



La svolta svizzera che sconfisse il Cretinismo

A cura di Marco - animatore



La Svizzera è stata il laboratorio mondiale che ha trasformato un'intuizione chimica in una vittoria globale della salute pubblica. Grazie a tre medici visionari, il Paese fu il primo a introdurre la iodazione del sale da cucina, una pratica che ha permesso di sconfiggere il flagello del cretinismo delle Alpi. Il cretinismo è una grave forma di ipotiroidismo congenito o infantile, causata da una carenza di iodio o disfunzioni tiroidee. Provoca ritardi irreversibili nello sviluppo fisico (nanismo) e mentale. Il cretinismo in Svizzera era un grave problema sanitario endemico, specialmente nelle zone alpine, caratterizzato da ritardi mentali e fisici causati da una carenza cronica di iodio. Grazie all'introduzione pionieristica del sale iodato nel 1922, la Svizzera

ha sconfitto questa malattia, diventando un modello mondiale per la salute pubblica.

Ecco i punti chiave storici:

- **Diffusione:** Nel 18° e 19° secolo, il cretinismo era estremamente comune nelle regioni alpine svizzere a causa della povertà di iodio nel suolo e nell'acqua.
- **Epidemia (1810):** Un censimento nel Canton Vallese rivelò che su 70.000 abitanti, circa 4.000 erano colpiti da gravi disabilità mentali e fisiche legate al "cretinismo".
- **La svolta:** Il medico Hans Eggenberger, insieme ad altri colleghi come Heinrich Hunziker, promosse la iodazione del sale

da cucina a partire dal 1922,
combattendo la resistenza iniziale.

- **Risultato:** L'arricchimento del sale (con ioduro di potassio e, dagli anni '70, anche fluoro) ha portato alla scomparsa quasi totale della malattia, portando il BLV (Ufficio federale della sicurezza alimentare) a raccomandare il suo utilizzo.

Il termine "cretino", secondo l'ipotesi più accreditata, deriva da un uso eufemistico di crétin (arpitano per "cristiano"), inteso come "persona innocente", originariamente per denotare rispetto verso le persone affette da tale condizione.

Nel maggio del 1914, in un saggio di sole 24 pagine, spiegò che la tiroide si ingrossava semplicemente perché “affamata” di un nutriente mancante, lo iodio.

Altri prima di lui ebbero la stessa intuizione, come il ginevrino Jean-François Coindet quasi un secolo prima, ma Hunziker ebbe il merito di capire che lo iodio non era un farmaco da somministrare a dosi massicce — errore che era costato caro a Coindet e soprattutto a molti dei suoi pazienti — ma un componente essenziale della dieta, da integrare in dosi minuscole.

Se il Tages-Anzeiger definisce “visionario”

Dal riconoscimento alla iodazione del sale



**HEINRICH
HUNZIKER**
1879 – 1982



**OTTO
BAYARD**
1881 – 1957



**HANS
EGGENBERGER**
1881 – 1946

I pionieri

Come ricorda un articolo del Tages Anzeiger, il primo a scardinare efficacemente le ipotesi errate e le reticenze dell'epoca fu Heinrich Hunziker, medico di Adliswil, nel Canton Zurigo.

Hunziker, l'appellativo di “scienziato” lo attribuisce invece al medico vallesano Otto Bayard. Nel 1918, di propria iniziativa, partì alla volta del villaggio di Grächen con un mulo caricato di sacche di sale che lui stesso aveva

mescolato con piccole quantità di ioduro di sodio. Lo introdusse per cinque mesi, in inverno, nell'alimentazione di cinque famiglie di questo villaggio remoto e colpito duramente dal "Male delle Alpi".

In primavera, i gozzi erano spariti e nessun segno di avvelenamento da iodio era stato riscontrato. Il risultato incoraggiante garantì a Bayard dei finanziamenti federali per estendere l'esperimento al villaggio di Törbel. Il successo fu eclatante: complessivamente, grazie a lui oltre mille persone che presentavano sintomi di ipotiroidismo guarirono in poco tempo.

Fu nel gennaio del 1922 che la Commissione svizzera del gozzo, composta da esperti accademici, membri dell'esercito e autorità sanitarie, si riunì a Berna per discutere i risultati raggiunti da Hunziker e Bayard. In giugno, dopo

accesi dibattiti tra chi aveva compreso di avere tra le mani una soluzione e chi invece temeva avvelenamenti di massa, la Commissione emise la raccomandazione ufficiale a tutti i Cantoni (che avevano e hanno tuttora il monopolio sulla commercializzazione del sale) di introdurre la vendita e promuovere il consumo di sale iodato.

Eggenberger, il genio del marketing

Questo risultato pionieristico della Svizzera non sarebbe stato possibile senza un terzo medico. Dopo il "visionario" e lo "scienziato", un grande merito lo ebbe anche "l'attivista": Hans Eggenberger, chirurgo di Herisau, in Appenzello Esterno.

Membro della Commissione, era sicuro della bontà della soluzione proposta da Hunziker e Bayard, ma sapeva che sarebbe stata un'impresa



convincere la diffidente popolazione elvetica a seguire una direttiva imposta dall'alto.

Si tuffò dunque in una vera e propria campagna di propaganda nel suo cantone d'origine. Dopo le giornate in sala operatoria, la sera organizzava conferenze educazionali nei cinema. Con proiettori e diapositive mostrava visivamente gli effetti nefasti della malattia e quelli benefici della cura. Comunicatore di grande talento, con un'abile intuizione di marketing coniò il termine di "sale intero" ("Vollsalz") per riferirsi al sale iodato, facendolo suonare alle orecchie della popolazione come un prodotto naturale.

Senza attendere le decisioni federali, tramite la sezione locale della Croce Rossa, che aveva cofondato, lanciò una raccolta di firme a favore dell'introduzione del sale iodato. Il 12 febbraio aveva raccolto ben 3'480 sottoscrizioni. Una settimana dopo, le autorità del Cantone ne autorizzarono la vendita, anticipando di mesi la raccomandazione federale.

Quando quest'ultima arrivò, il lavoro di Eggenberger aveva già spianato la strada. Le Saline svizzere del Reno iniziarono a distribuire le prime forniture di sale iodato nel novembre 1922 e, dopo un solo anno, il prodotto era già

disponibile in 17 cantoni. Alla fine degli anni Venti, la profilassi si era estesa a tutto il Paese, la frequenza di nati sordi e l'incidenza del gozzo diminuì drasticamente e, a partire dagli anni Trenta, non nacquero più "cretini" in Svizzera.

La Commissione svizzera del gozzo, oggi nota come Commissione fluoro e iodio, continua a svolgere il suo ruolo di monitoraggio e



prevenzione per evitare il ritorno delle malattie da carenza iodica.

Il caso elvetico fece scuola. Gli Stati Uniti furono i primi a seguire l'esempio svizzero nel 1924, seguiti nel corso dei decenni da moltissimi altri Paesi.

Volete migliorare l'umore?

“Guardate i documentari sulla natura!”

A cura di Esther. - Animatrice



Guardare i documentari potrebbe migliorare l'umore e accrescere il benessere delle persone.

Osservare lo spettacolo della natura sarebbe, infatti, in grado di alleviare lo stress e aumentare la sensazione di gioia e appagamento.

È quanto emerge da uno studio condotto da BBC Earth in collaborazione con gli scienziati dell'Università della California di Berkeley (Stati Uniti), guidati da Dacher Keltner, che spiega: “I cambiamenti emotivi suscitati dalla

visione dei documentari naturalistici sono significativi, dato che sappiamo che stupore e appagamento sono alla base della felicità umana. Se le persone provano sentimenti di meraviglia, sono più propense a mostrare comportamenti empatici e altruistici e risultano maggiormente in grado di gestire lo stress”.

Nel corso della ricerca, gli autori hanno chiesto a 7'500 persone provenienti da tutto il mondo, di guardare una serie di programmi televisivi: film drammatici, programmi d'informazione

giornalistica e il documentario naturalistico Planet Earth II, prodotto dalla BBC. Prima dell'inizio dell'esperimento, i partecipanti sono stati invitati a rispondere a un questionario relativo al loro stato d'animo. Inoltre, durante la visione dei programmi tv, gli studiosi ne hanno monitorato le reazioni emotive attraverso l'impiego di tecnologie di mappatura biometrica del volto e test psicometrici.

Al termine dell'esperimento, i ricercatori hanno osservato che guardare il documentario aveva fatto bene all'umore dei volontari. In particolare, ne aveva ridotto lo stress, alleviato l'ansia e li aveva stimolati a essere più contenti. Nello specifico, le donne

avevano sperimentato cambiamenti emotivi maggiori rispetto agli uomini, mentre le persone di età compresa tra 16 e 24 anni avevano riportato la più grande riduzione delle sensazioni di nervosismo, affaticamento e stanchezza. I risultati dell'indagine sono stati confermati dall'analisi dei risultati di 150 studi precedenti. Anche in questo caso, gli scienziati hanno osservato che la connessione con la natura incrementa l'attenzione, le prestazioni cognitive e il senso di calma delle persone. Inoltre, le rende più socievoli e maggiormente disposte a far parte di una squadra di lavoro, e potrebbe persino migliorarne la salute fisica. Dunque ogni tanto intratteniamoci con dei bei documentari naturalistici.



Nag Arnoldi

A cura di Marco L. R. - Animatore

Nato a Locarno il 18 settembre del 1928, era domiciliato a Comano dal 1971, alternando soggiorni a Venezia e a Città del Messico.

Le sue opere hanno avuto successo a livello internazionale e sono esposte, oltre che in Ticino, anche a New York, S. Francisco, Roma, Maiorca, S. Pietroburgo, Sidney e diverse altre località.

Pittore, scultore e incisore è il padre di quella struttura artistica che ritrae e incide animali che sembrano vivere o essere vissuti in un



opere d'ispirazione sacra rappresentano nel percorso di Arnoldi il momento di riflessione più profondo sui tormenti del genere umano: la precarietà e l'insoddisfazione, proprie della condizione esistenziale, spingono l'individuo a cercare nella sacralità un rifugio, nonché una possibile liberazione dal fardello della sua mortalità.

La scultura *Miracolo*, in quel viso trepidante verso il cielo in una trepidante smorfia di dolore, sembra attingere a questa brama di salvezza, in una disperata ricerca del prodigio. Gli arti superiori si aprono in un'esagerata estensione, le mani enormi hanno dita scarnie e oblunghe e il corpo è teso e convulso: impossibile non cogliere lo spasmo liberatorio con cui l'individuo cerca di affrancarsi dal vortice brutale della vita.



epoca fuori da ogni tempo e ogni spazio. Le



Il castello di Morcote

A cura di Luca Franzì - Direttore



Il Castello di Morcote: duemila anni di storia tra leggende, vigne e rinascita

Sospeso tra il blu del Lago di Lugano e il verde intenso dei vigneti ticinesi, il Castello di Morcote racconta una storia che attraversa più di duemila anni. Ogni pietra di questa antica fortezza sembra custodire l'eco di imperatori, castellani e vignaioli che, nel corso dei secoli, hanno dato forma a una delle più affascinanti tenute della Svizzera italiana.

Dalle origini romane alla nascita di una fortezza medievale

Tutto ebbe inizio nel II secolo avanti Cristo, quando i Romani eressero una torre di

avvistamento sulla punta del promontorio che oggi accoglie il Castello di Morcote. Era una postazione strategica, parte del sistema difensivo che proteggeva i valichi alpini.

A loro si deve anche l'introduzione della viticoltura in Ticino, un lascito destinato a durare nei secoli. Intorno all'anno 1100, durante le guerre tra Como e Milano, sulle rovine romane sorse una fortezza medievale. Le cronache raccontano che Federico Barbarossa, imperatore del Sacro Romano Impero, vi trovò rifugio durante le sue campagne in Italia. Il Castello di Morcote era

già allora un baluardo di potere e un punto di osservazione privilegiato sul Lago di Lugano.

Il dominio dei Visconti e degli Sforza

Nel corso del XV secolo, il castello divenne parte del Ducato di Milano, sotto i Visconti e gli Sforza. Documenti ducali attestano la sua importanza strategica, conteso per decenni tra le famiglie dei Rusca e dei Sanseverino, rivali politici e militari. Nel 1413, Filippo Maria Visconti concesse ai cittadini di Vico Morcote e Morcote il privilegio di essere esentati dai dazi ducali, in cambio del loro contributo al sostentamento del castellano e delle sue truppe. Nel 1450, durante la reggenza di Bianca Maria Visconti e Francesco Sforza, il castello fu ampliato fino a raggiungere le sue dimensioni attuali. La coppia vi soggiornava spesso per dedicarsi alla caccia, e la leggenda vuole che un cunicolo segreto lo collegasse alla Torre del Capitano, sul lago, come via di fuga in caso di assedio. Nel 1467, Galeazzo Maria Sforza, primogenito di Bianca Maria e Francesco e fratello del celebre Ludovico il Moro, rinnovò i privilegi ducali concessi agli abitanti di Vico Morcote e Morcote. Le pergamene originali, impreziosite da miniature rinascimentali, sono oggi conservate nell'archivio della famiglia Gianini, custode di questa preziosa eredità storica.

Guerre, assedi e cambi di potere

Alla fine del Quattrocento, il Castello di Morcote conobbe anni di instabilità. Nel 1499, durante le Guerre d'Italia, fu conquistato dai Francesi; pochi anni dopo, tra il 1512 e il 1513, venne saccheggiato dai Confederati elvetici.

La battaglia di Marignano del 1515, vinta dai Francesi, pose fine al dominio svizzero e segnò la caduta del Ducato di Milano, fissando i confini tra Italia e Svizzera.

Nel 1517, il capitano Francesco Paleari Fratino, schieratosi con i Confederati, ricevette in dono il castello e le terre circostanti dai cantoni svizzeri. La famiglia Paleari ne mantenne la proprietà per oltre quattro secoli, trasformandolo progressivamente in una masseria agricola dove la coltivazione della vite restò una tradizione viva.

Il Novecento e la rinascita del Merlot ticinese

All'inizio del XX secolo, l'ingegnere Giuseppe Paleari, discendente dell'ultimo capitano e direttore dell'Istituto Agrario di Mezzana, fu tra i pionieri della viticoltura moderna in Ticino. Nei primi anni del 1900, piantò terrazzamenti che circondano il castello le prime varietà di Merlot e Pinot, importate dalla Francia. Nacquero così le prime bottiglie etichettate Castello di Morcote, segnando un legame indissolubile tra la storia del castello e quella della viticoltura svizzera.

Il monte San Giorgio e le miniere di “scisto bituminoso”

A cura di Luca Franzi - Direttore

Quello che tutti sanno è che noto in tutto il mondo per i suoi giacimenti fossili. Quello che pochi sanno è che la storia dei fossili inizia con quella del “Saurolo” un olio prodotto mediante la distillazione dell’argilla bituminosa estratta dalle miniere sopra Besano e presso Serpiano, utilizzato per preparare un unguento particolarmente efficace in caso di lesioni cutanee.

Miniere di «scisto bituminoso»

Lo «scisto bituminoso» del Monte San Giorgio veniva estratto nelle miniere sopra Besano già a partire dalla prima metà del XVIII secolo per il suo contenuto di olio combustibile. Nel 1830 furono condotti studi sulla produzione di gas per l’illuminazione stradale di Milano ma questo, come anche altri progetti, vennero presto accantonati. Nel 1861 il governo ticinese concesse l’autorizzazione per l’apertura di alcune miniere nei territori di Meride e Brusino, ma i tentativi di estrazione furono presto interrotti. Nel 1906 l’estrazione venne ripristinata in una vecchia galleria sopra Tre Fontane presso Serpiano, a seguito del successo commerciale dell’Ittiolo di Seefeld nel Tirolo estratto da uno «scisto bituminoso» simile del Triassico superiore.

Nel 1910, l’appena costituita Società Anonima Miniere Scisti Bituminosi di Meride e Besano, inaugurò una fabbrica per la produzione di olio a Spinirolo presso Meride. L’olio veniva ricavato mediante distillazione a secco della roccia bituminosa, per poi raffinarlo e ottenere così il «Saurolo», un prodotto simile all’Ittiolo destinato alle industrie farmaceutiche di Basilea e Milano. In forma di olio o unguento, il «Saurolo» era usato soprattutto per la cura di malattie della pelle.



Imballaggio dell’unguento medicinale «Saurolo» della ditta Adroka (Basilea) con un ittiosauro stilizzato

Nel 1916 nella località Tre Fontane erano operative 5 gallerie, per una lunghezza complessiva di 900 metri e una produzione di circa 2100 t di materia prima sfruttabile. Nel 1940 le gallerie destinate all’attività estrattiva

raggiungevano i 1770 m. Tra il 1917 e il 1927 vennero sfruttate anche le risorse della Valporina. Nel 1922 ripresero i lavori di estrazione nella miniera di Selva Bella sopra Besano e, poco dopo, anche la fabbrica di olio Novella di Besano cominciò la lavorazione del materiale grezzo.

Gli scisti bituminosi (argilliti bituminose) provengono dalla sezione intermedia della Formazione di Besano («Grenzbitumenzone»). Il loro contenuto di carbonio organico si situa tra il 20 ed il 44% del peso; il rendimento era di 74–85 litri per tonnellata di materia prima. La distillazione a secco a bassa temperatura tuttavia non forniva solo l'8% di olio grezzo con un contenuto di zolfo del 7%, bensì anche 8–9% di gas e 2–3% di ammoniaca. La produzione

media di scisto bituminoso oscillava tra le 300 e 400 t annue, dalle quali si ottenevano 22–30 t di olio grezzo. A causa dei problemi di esportazione, la produzione conobbe un calo durante la seconda guerra mondiale, cui fece seguito una breve ripresa che tuttavia durò solo qualche anno. In quel periodo le persone impiegate nella miniera (minatori e altri impiegati) erano circa 30. Nel 1950 l'estrazione dello scisto bituminoso fu definitivamente interrotta e nel 1954 anche la produzione e la distribuzione del «Saurolo» ebbe fine.



L'antica fabbrica di olio a Spinirolo presso Meride, 1940.

Il Maglio di Carena e La Via del Ferro

A cura di L. Franzi -Direttore



Il nostro territorio è disseminato di opere umane che oggi stentiamo a conoscere e a riconoscere. Girando per valli, monti ed alpi ci si imbatte in segni, manufatti e costruzioni il cui scopo ci sfugge e sembra incomprensibile.

Il Maglio di Carena avrebbe probabilmente subito questo destino, se negli ultimi anni la Regione Valle Morobbia, con il determinante contributo dell'Ufficio dei beni culturali del Cantone, del Museo cantonale di storia naturale, della Pro Patria, del Comune di Giubiasco e di altri enti, non si fosse impegnata per il suo recupero.

E' nata così la Via del Ferro, itinerario escursionistico tematico, tra la Valle Morobbia (Svizzera) e le Valli Cavargna e Albano (Italia). Ancor più lontane sono le origini dello sfruttamento del ferro in Val Cavargna, di cui si ha traccia sin dall'ottavo secolo. Anche su queste terre il casato dei Muggiasca investì le

proprie risorse nella seconda metà del '400, come in Valle Morobbia. A ricordarci l'importanza dell'industria del ferro vi sono però le più tarde vestigia dei Forni Vecchi, sotto San Nazzaro nei pressi del torrente Cuccio. La storia ci racconta che il complesso funzionò fino alla seconda metà del 1800, quando gli ultimi proprietari (la Rubini, Falck, Scalini e C.) decisero di chiuderlo per concentrare le proprie attività sul Lario. E proprio sul Lario, in Valle d'Albano, si trovano altre vestigia, alcune miniere ormai scomparse e lo stabilimento siderurgico della Falck a Dongo.

De sfròs, de guèra e altri stòri

Percorrere la Via del Ferro ci permette di scoprire una parte di storia sconosciuta. I paesaggi della Via non ci parlano però solo di ferro. L'escursionista che la percorre può

scoprire o immaginare anche i sentieri percorsi dai contrabbandieri, che tra mille pericoli varcavano il confine con le loro bricole sulle spalle. Dalla Val Cavargna, gli sfrositt viaggiavano sia in direzione della Morobbia che della Val Colla. La dogana di Carena e la caserma della finanza di Cavargna ci ricordano un tempo in cui le nostre montagne non erano luogo di svago e riposo ma di commercio più o meno legale.

Così come le casermette in territorio svizzero e la strada militare in Italia ci ripropongono alla memoria i due conflitti mondiali. Fortunatamente questi luoghi non furono teatro di guerra, ma la presenza dei militi da una parte e dall'altra del confine non mancò. La Via del Ferro vale la pena di essere percorsa anche al di là dei presupposti storici che ne hanno favorito il recupero. Il sentiero passa attraverso zone belle, che offrono panorami di sicuro fascino.



Il percorso

Il cammino inizia a Carena. All'ingresso del paese, la piazzetta commemorativa realizzata dalla Regione Valle Morobbia con la collaborazione del Gruppo Per la Valle Morobbia, merita una sosta.

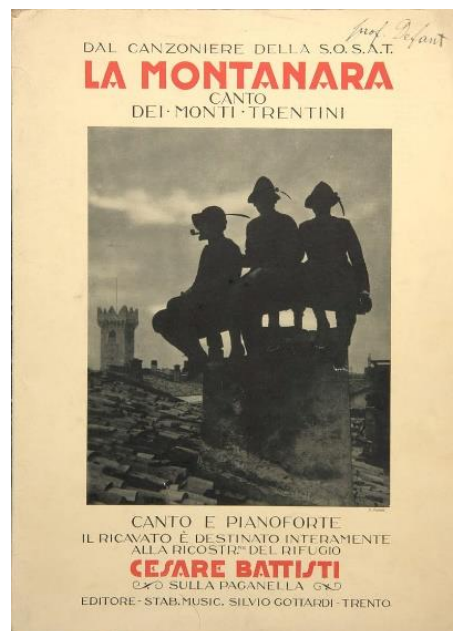
Si prosegue poi lungo la strada forestale che conduce verso l'Alpe di Giumello. Superato il Maglio di Carena (che si raggiunge in una mezz'oretta di cammino dall'abitato) dopo un breve tratto e superato il ponte sulla Morobbia, si raggiunge la Corte del forno, dove si presume che i Muggiasca avevano il loro impianto.

Dopo circa un chilometro sulla strada forestale una deviazione a destra verso l'alpe di Pisciarotto porta in circa 20 minuti alle due miniere riscoperte nel 2005 sul versante sinistro della Valletta e ora visitabili.

La montanara

A cura di Marco L.R. - Animatore

Inno dell'Hockey Club Ambri-Piotta, «La Montanara» è una canzone popolare nata negli anni Venti del secolo scorso in Piemonte, nelle valli di Lanzo. Ne è autore l'alpinista Toni Ortelli, che scrisse testo e musica in ricordo di un amico valdostano morto sul Monte Rosa. La storia dell'adozione di questo canto da parte dell'HCAP è ancora tutta da scrivere, tali e tante sono le diverse ipotesi a riguardo. C'è chi sostiene, per esempio, che i leventinesi – scherniti come «montanari» dagli avversari luganesi dell'HCL – abbiamo proprio voluto orgogliosamente far propria l'identità di gente tenacemente di montagna. Considerata uno dei più celebri canti di montagna, è ispirato alla leggenda ladina di Soreghina, figlia del Sole, anche se le parole del canto menzionano appena questa storia, lasciando spazio all'evocazione di valli, boschi e canti alpini.



Ma chi è questa Soreghina, la figlia del Sol?

La leggenda di SOREGHINA 'LA FIGLIA DEL SOL'



Nel meraviglioso scenario naturale delle Dolomiti nasce l'antica leggenda di Soreghina

la figlia del Sol. Soreghina era una principessa la cui vita dipendeva dalla luce del sole; era costretta, secondo una profezia, di notte o nei giorni di cattivo tempo e senza la luce del sole, a dormire per non morire; ella sarebbe morta all'istante se fosse rimasta sveglia al buio. Un giorno mentre Soreghina si trovava in mezzo ai prati trovò disteso a terra un giovane privo di

sensi e gli fu prestato soccorso. Questo giovane era un valoroso guerriero chiamato



Occhio della Notte, scacciato dal regno dei Fanes perché, innamorato della principessa Dolasilla, aveva osato chiederne la mano al Re. Nella sua fuga precipitò da una rupe sopra la Val di Fassa.

Durante il periodo delle cure prestate da Soreghina; i due giovani s'innamorarono, si sposarono e conducevano una vita felice. Soreghina abitava con Occhio della Notte in una capanna di legno, situata nel punto più soleggiato di una radura di fronte al monte Vernèl. I giorni felici, però, trascorsero veloci

ed ecco arrivare l'autunno con le prime nebbie e nevi sulle cime. Nel pomeriggio di una fredda giornata giunse alla casa degli sposi un guerriero straniero, amico di Occhio della Notte. I due uomini parlarono a lungo in disparte e Soreghina fu presa dalla curiosità di ascoltare i loro discorsi. Così si avvicinò alla porta della loro stanza e sentì le parole che sottovoce Occhio della Notte rivolgeva all'amico: egli si sentiva legato a Soreghina da devota ed eterna riconoscenza, ma portava sempre indelebile nel cuore l'immagine della principessa Dolasilla. L'amico se ne andò quando era già notte ed Occhio della Notte cominciò ad essere preso dal rimorso per il suo sentimento nascosto, un tradimento verso la dolce Soreghina. Allora, pentito della sua mancanza di lealtà, volle andare a vedere la sposa che sicuramente dormiva profondamente, come sempre, nel cuore della notte. Aprì la porta, e Soreghina, che si era appoggiata per ascoltare senza curarsi del passare del tempo, gli cadde tra le braccia senza vita. Era, infatti, giunto il buio della notte che aveva sorpreso Soreghina ancora sveglia; inesorabile la profezia si era avverata. A nulla valsero le grida di dolore di Occhio della Notte che le chiedeva disperatamente perdono.

Storia di Mastro Martino

Un Bleniese che nel Quattrocento inventò la cucina moderna.

A cura di Marco L.R. - Animatore

Martino de' Rossi, o Martino de Rubeis, detto Mastro o Maestro Martino da Como, fu il più importante cuoco del quindicesimo secolo.



A lui si deve la stesura del 'Libro de Arte Coquinaria', considerato un caposaldo della letteratura gastronomica italiana, che testimonia il passaggio dalla cucina medievale a quella rinascimentale. Quel ricettario divenne immediatamente il libro mastro per tutta la cucina del Rinascimento. Si sa che nacque nel secondo o terzo decennio del Quattrocento in valle di Blenio (che faceva allora parte del Ducato di Milano), e non a Como, come il nome farebbe pensare. Morì, presumibilmente, nell'ultimo ventennio del secolo. Alcuni storici ritengono che Martino possa aver appreso il mestiere attorno al 1440 nella cucina di un convento o di un ospizio ticinese. Ma come molti artisti e artigiani dell'epoca, viaggiò

parecchio: tracce di Martino si trovano a Napoli, dove si avvicinò alla cucina catalana e mediorientale. Poi a Udine, e a Milano, dove fu a servizio di Francesco Sforza, e infine a Roma. Nelle cucine vaticane ottenne la consacrazione della sua fama di grande cuoco. A differenza di altri suoi contemporanei, Mastro Martino non si limitava a riprodurre ricette altrui, ma le rielaborava o ne inventava di nuove. E in questo sta la sua 'modernità'. Dalla seconda metà degli anni '50 e fino al 1465 fu cuoco personale del cardinale Ludovico Scarampi Mezzarota, Patriarca di Aquileia, che per l'opulenza dei suoi banchetti era soprannominato "Cardinal Lucullo": infatti aveva stanziato 20 ducati al giorno da spendere per il cibo, una somma che oggi corrisponde a oltre 500 franchi. Grazie a questi fondi, Martino ebbe la possibilità di sbizzarrirsi e proprio a quegli anni data la stesura dei primi manoscritti che daranno vita alla sua opera, che diverrà una vera e propria bibbia gastronomica dell'epoca.

Alla fine Martino tornò a Milano, al servizio di Gian Giacomo Trivulzio, dove concluse la sua carriera. Elemento caratteristico di Maestro Martino è la sua usanza di contare i tempi di cottura in Pater Noster o Miserere, valido espediente perché anche il popolino potesse regolarsi sulla giusta cottura

tramite le preghiere. “Et un’altra volta lo lassarai bollire per spatio quanto diresti un miserere”, oppure: “Et lassali bollire per spatio de doi

paternostri”, “Per fare ova tuffate con la sua cortece (ndr: uova sode), et falle bollire per spatio d’un paternostro o un poco più, et cavale fore”.

Le ricette di Mastro Martino

Zabaione...del ‘400

Procuratevi rossi d’uovo, zucchero, cannella, vino amabile e procedete come indicato dallo storico chef:

“Per fare bono zambaglione per farne una taza, piglia quatro ova zoè lo rossame, e zucharo e cannella a sufficienzia et de bono vino amabile, e sel fusse troppo fumoso mettili uno poco d’aqua o de brodo magro poi fale cocere amò se coce lo brodeto et sempre menace con lo cugiario et quando se imbratta ponilo in taza”

Per fare una porzione di buon zabaglione prendi quattro uova, solo i tuorli, e zucchero e cannella in abbondanza, del vino dolce. Se dovesse prendere odore di fumo aggiungi un po’ d’acqua o brodo magro. Cucina, come per il brodo, mescolando sempre con il cucchiaino e quando aderisce alla posata servilo in una tazza”.



Carbonata di Maestro Martino

Vi occorrono:

8 fettine di pancetta salata spesse circa ½ cm

zucchero

cannella

prezzemolo

succo d’arancio amaro (o, in alternativa, 1 arancia

+ un limone).

Disponete le fettine di pancetta sulla brace o su una bistecchiera ben calda e fatela rosolare bene da entrambe le parti.

Servite queste squisite fettine a tavola molto calde e cosparse di zucchero, cannella e succo di arance.

Reflusso gastroesofageo rimedi naturali: come eliminare il bruciore



Se provate un bruciore intenso, accompagnato da un rigurgito acido che proprio non riesce a farvi dormire sonni tranquilli, potreste soffrire di reflusso gastroesofageo. Un fastidio persistente, ma anche molto comune, che si manifesta quando i succhi gastrici vengono in contatto con la parete dell'esofago e che può comportare anche dolori allo sterno, mal di gola e tosse.

Il reflusso gastroesofageo può essere causato da diversi fattori di natura alimentare, farmacologica e funzionale che, ci teniamo a specificarlo, possono essere almeno in parte combattuti grazie ad una importante attività di prevenzione. Se infatti generalmente la soluzione più frequente è ricorrere ai medicinali, è bene dire

che esistono numerosi rimedi naturali per il reflusso gastroesofageo, quantomeno nelle forme leggere.

Insieme a una dieta equilibrata, che evita alimenti ricchi di grassi o "reflussogeni", i cosiddetti "rimedi della nonna" funzionano ancora. L'importante è sapere quali e come utilizzarli! Alcuni possono infatti essere falsi miti: ecco perché oggi vi vogliamo parlare di reflusso gastroesofageo e rimedi naturali.

Cos'è il reflusso gastroesofageo e quali sono i sintomi

Se ne sente tanto parlare, ma che cos'è il reflusso gastroesofageo? È una patologia che si verifica quando i succhi gastrici, la bile e gli enzimi digestivi vengono in contatto con la mucosa dell'esofago, della laringe e perfino dei bronchi provocando bruciore dietro lo sterno, ma anche rigurgito acido fino a quadri veri e propri di asma bronchiale. È una malattia che affligge soprattutto l'occidente perché strettamente collegata allo stile di vita ed alle abitudini alimentari del vecchio continente. Generalmente il passaggio di acido dallo stomaco all'esofago avviene durante l'arco della giornata, soprattutto dopo i pasti.

Tuttavia, se viene oltrepassata una determinata soglia, si verifica una vera e propria malattia che può comparire con sintomi “tipici” come bruciore retrosternale e rigurgito acido in bocca, oppure con sintomi “atipici”.

Tra questi, i più frequenti sono in genere sensazione di nodo alla gola con difficoltà alla deglutizione, nausea, singhiozzo, laringite, raucedine, insonnia e in alcuni casi anche dolore toracico che simula un vero e proprio infarto. I sintomi si possono presentare in forma continuativa durante la giornata, oppure in determinati momenti quali il risveglio, dopo i pasti e durante la notte. Un fastidio intermittente che potete provare sia in posizione sdraiata o supina, che in gesti comuni della quotidianità.

Reflusso gastrico o reflusso gastroesofageo?

Generalmente si è portati a pensare che reflusso gastrico e reflusso gastroesofageo siano la stessa cosa; effettivamente è così: non esiste alcuna differenza tra reflusso gastrico e reflusso gastroesofageo, anche se il termine più corretto resta quello di reflusso gastroesofageo.

Con questa terminologia si fa infatti riferimento al medesimo disturbo, che generalmente colpisce in egual modo uomini e donne, soprattutto nella fascia di età 35-45 anni, principalmente a causa di abitudini

alimentari e stili di vita scorretti, oltre a situazioni di stress emotivo intenso.

Ne consegue che il primo consiglio utile da seguire è quello di evitare, alla comparsa dei primi sintomi, alcuni alimenti come fritti, dolci e cioccolato. Cibi di fatto ricchi di grassi a cui se ne aggiungono altri che per caratteristiche e proprietà organiche sono assolutamente sconsigliati: pomodori, succhi di frutta, agrumi, aceto, menta, menta piperita, e naturalmente birra e bevande gassate. Da abbandonare, inoltre, anche alcune abitudini poco salutari, come il fumo, la caffeina o l'assunzione di alcool: tutto ciò che può contribuire a sovrappeso o assimilare stati d'ansia.

Reflusso, i cibi da evitare

 formaggi grassi	 alimenti acidi: pomodoro, agrumi, ananas, aceto	 cibi grassi e fritti
 insaccati e carni affumicate	 cibo speziato o piccante	 cioccolato e dolci
 alcolici	 bevande gassate	 bevande contenenti caffeina

 FARMACISTI
PREPARATORI

Rimedi naturali reflusso gastroesofageo

La prima cosa che possiamo fare per ridurre il rischio di reflusso è quella di dimagrire. Questo vale soprattutto per i soggetti sovrappeso nei quali talvolta è sufficiente perdere peso per veder molto ridotti se non addirittura scomparsi i sintomi del reflusso. La seconda cosa importante è quella di non usare mai abiti attillati che stringano in vita, così come quella di fare attività fisica che non comporti troppo l'uso dei muscoli addominali che creano un aumento di pressione all'interno dello stomaco favorendo il reflusso. Molto utile risulta anche evitare distrazioni durante il pasto (giornale, cellulare, televisione) concentrandosi nel masticare bene, assumendo piccoli bocconi e non sdraiandosi subito dopo a stomaco ancora pieno. In certi particolari casi di bruciori notturni, inoltre, può risultare particolarmente utile sollevare la testata del letto di circa 15 cm.

Non sempre è necessario ricorrere ai medicinali. I rimedi naturali per il reflusso gastroesofageo possono infatti recitare un ruolo importante, soprattutto quando il reflusso non ha ancora creato danni importanti alle mucose. Naturalmente se affiancati da una dieta bilanciata che preveda cibi e bevande suggeriti da un esperto in nutrizione.

Pesce azzurro, verdure cotte, carni bianche magre e frutta sono solo alcuni esempi per dovere di cronaca!



I cibi fermentati, come il kimchi (alcalino), possono essere incredibilmente utili per il sistema digestivo. Secondo alcuni studi consumare un cucchiaino di senape durante l'insorgenza dei sintomi da reflusso acido e del bruciore di stomaco bilancia i livelli di acidità. Sia le banane che le mele contengono antiacidi naturali che possono aiutare ad alleviare o prevenire l'insorgenza di reflusso acido. Masticare liquirizia aiuta anche a stimolare la produzione di enzimi, consentendo una digestione più facile e veloce. Anche mirtillo e papaya, consumate nelle giuste dosi, rappresentano ottimi alleati per il trattamento del reflusso acido.

Reportage



Incontra uno scrittore – Davide Staffierro





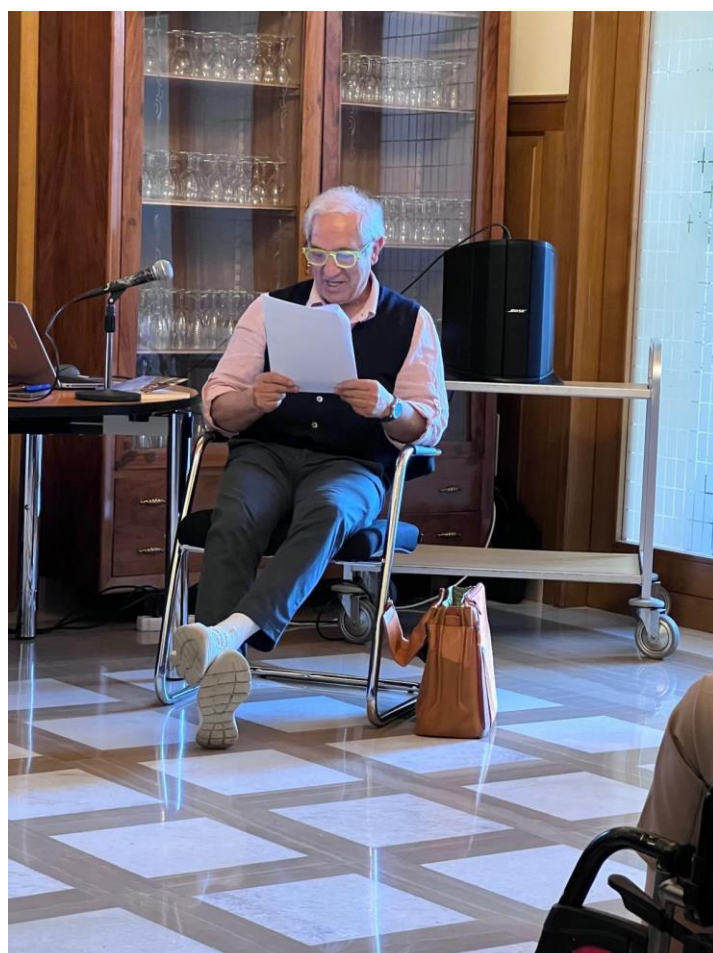
Reportage

Incontra uno scrittore – Chiara Zocchetti





Incontra uno scrittore – Vinvenzo Bellini



Perché il Primo Maggio è la Festa dei lavoratori

HMW6G8



La Festa dei lavoratori viene celebrata il 1. maggio di ogni anno in molti Paesi del mondo, per ricordare tutte le lotte per i diritti dei lavoratori, originariamente nate per la riduzione della giornata lavorativa.

Il 1. maggio fu dichiarato ufficialmente come Festa internazionale dei Lavoratori al Congresso Internazionale di Parigi, il 20 luglio del 1889, che diede il via alla Seconda Internazionale socialista. A ratificarla furono i rappresentanti dei partiti socialisti e laburisti europei riunitisi nella capitale francese. Ma fu un episodio ben preciso a indurre i membri del congresso a scegliere questa come data simbolo della celebrazione dei diritti e delle rivendicazioni di tutti i lavoratori.

La «rivolta di Haymarket»

Il primo 1. maggio da tenere a mente è quello del 1886. Chicago. 137 anni fa, fu organizzato uno sciopero generale per rivendicare migliori e più umane condizioni di lavoro per gli operai. In particolare, l'obiettivo principale era di portare l'orario di lavoro a 8 ore al giorno. A metà Ottocento, una giornata lavorativa durava dalle 12 alle 16 ore, senza dimenticare che la sicurezza sul posto di lavoro non era una priorità. Lo slogan «8 ore di lavoro, 8 di svago, 8 per dormire» viene attribuito all'Australia del 1855. Un principio condiviso da gran parte del movimento sindacale. La protesta indetta a Chicago durò quattro giorni e culminò in tragedia. Stiamo parlando della cosiddetta «rivolta di Haymarket», nota anche come «massacro di Haymarket». Il 1. maggio 1886 circa 200 mila lavoratori si dichiararono in sciopero. Le mobilitazioni proseguirono anche nei giorni 2 e 3. L'azienda di macchine agricole McCormick riuscì a non arrestare la sua produzione grazie ai dipendenti che non aderirono allo sciopero. Le manifestazioni dei lavoratori in sciopero, circa 50 mila persone,

erano state violentemente disperse dalla polizia. Ma quando la sirena della fabbrica suonò e gli operai della McCormick che non avevano aderito allo sciopero abbandonarono il posto di lavoro, il 3 maggio, iniziò una battaglia con le forze dell'ordine, conclusasi con alcune vittime (due secondo alcune fonti e sei secondo altre) e diversi feriti per mano della polizia. Per le 19.30 del 4 maggio venne indetta una manifestazione in Haymarket Square. Tre ore dopo l'inizio, non appena Samuel Fielden, un pastore metodista socialista, anarchico e laburista, ebbe concluso il suo discorso, la polizia si avvicinò alla folla con l'obiettivo di disperderla. A quel punto un piccolo ordigno fischiò sopra le teste dei passanti, atterrando vicino alla prima linea della polizia e uccidendo un poliziotto. In risposta, la polizia aprì il fuoco sulla folla. Scoppiò il caos e gli agenti caricarono contro i manifestanti, aprendo il fuoco indiscriminatamente. Il bilancio fu di 38



lavoratori uccisi e 115 feriti. Tra i poliziotti, sei rimasero uccisi e sessanta feriti, altri due



sarebbero morti mesi dopo a causa delle ferite riportate. I giornali definirono gli scioperanti «truffatori e malfattori» e «follia» la loro richiesta di una giornata lavorativa di otto ore. I leader della manifestazione vennero arrestati e otto di loro furono sottoposti a processo. Processo che iniziò con 31 imputati, successivamente ridotti a otto, che passarono alla storia come i «martiri di Haymarket». Oscar Neebe fu condannato a 15 anni di lavori forzati; Samuel Fielden e Michael Schwab all'ergastolo e George Engel e Adolf Fischer a morte. Albert Parsons, che pure non era presente sul luogo dei fatti, si arrese volontariamente per stare con i suoi compagni e fu condannato all'impiccagione; anche August Spies e Louis Lingg furono condannati alla pena capitale. Quest'ultimo si suicidò nella sua cella il 10 novembre 1887, il giorno prima dell'esecuzione. L'11 novembre 1887, un corteo funebre di 25mila persone riempì le strade di Chicago per rendere loro omaggio

Una piantagione di tè sul Monte Verità

La prima piantagione ufficiale di tè in Europa è sopra il Lago Maggiore: un punto di riferimento per gli appassionati e non solo

A cura di Barbara

Nella cornice del Monte Verità si situa una piccola piantagione di tè accompagnata da un giardino zen e dalla Casa del tè, un autentico padiglione giapponese, che accoglie chi vuole degustare i tè prodotti sul posto e partecipare alle Cerimonie del tè. Chi lavora lì ama ripetere che «In una tazzina di tè è contenuto tutto l'universo»: una frase che rappresenta non solo tutto il lavoro che c'è dietro il prodotto finale, ma anche una filosofia e dei rituali precisi.

Una visione nata 20 anni fa

Come racconta Dellamora, la Casa del tè nasce una ventina di anni fa, grazie a Peter Oppliger, grande appassionato e conoscitore di tè, che aveva già avviato una piantagione sulle Isole di Brissago. Grazie al direttore delle Isole che era lo stesso del Monte Verità, Oppliger ha potuto

iniziare la coltivazione anche in quel luogo, creando così il Giardino del tè, la prima piantagione ufficiale in Europa. Oltre al terreno, il Monte Verità disponeva anche di una piccola casa che è stata rinnovata e resa adatta ad ospitare le autentiche cerimonie del tè giapponesi.



Un interno della Casa del tè

Non è un caso che il Giardino del Tè si trovi proprio al Monte Verità, un luogo che è diventato un polo fondamentale per arte, filosofia, storia e spiritualità del Novecento. Lo conferma Dellamora: «Esisteva la possibilità di cominciare la piantagione al Parco delle Camelie di Locarno, ma il collegamento con la comunità che ha vissuto al Monte Verità e il modo con cui vivevano la natura ha reso questo il posto più adatto. La tranquillità e il silenzio del luogo rispecchiano l'essenza del tè: una bevanda a cui bisogna dedicare tempo, da bere con lentezza».

Il Giardino del tè trova un clima ideale in Ticino

La piantagione trova sul Monte Verità un clima ideale sia perché il terreno non gela in inverno, sia perché è esposta all'umidità del lago. «Le foglie si raccolgono inizialmente a fine aprile-inizio maggio; dopo questo periodo la pianta si ferma per circa due o tre settimane, dopodiché si possono ancora raccogliere fino a fine luglio-inizio agosto, a dipendenza della meteo, visto che più sole prende la pianta, più diventa amara», spiega Yvonne, aggiungendo che oltre alla lavorazione anche la raccolta viene fatta a mano: «Raccogliamo le piccole foglie, solo le prime tre più in alto, mentre spesso nei tè industriali si utilizzano anche le foglie alla base

della pianta, che sono più grandi, dure e con meno sapore. Per questo motivo poi i prezzi sono anche notevolmente più bassi»

Dalla foglia alla bevanda: un processo laborioso



Al momento, sul Monte Verità si producono tè bianco, tè verde e nero, tutto rigorosamente a mano.

A noi è stata mostrata una piccola parte della preparazione del tè verde, che qui viene prodotto seguendo la tecnica coreana, in cui l'ossidazione delle foglie viene bloccata tostandole nel wok a 300°C. Successivamente, le foglie vengono "rollate" su una superficie per far fuoriuscire i succhi, conferire loro una forma caratteristica e ridurre il contenuto di acqua. Il processo di tostatura e rollatura può essere ripetuto più volte. Infine, le foglie vengono essiccate.

Infatti, a differenza delle tisane, per le quali è sufficiente essiccare le erbe da mettere in infusione, le foglie della pianta del tè necessitano precise lavorazioni, altrimenti i loro aromi non sarebbero percepibili.

Il rispetto delle tradizioni giapponesi in un angolo di Ticino



La Casa del tè ospita due volte al mese la cerimonia del tè, tenuta da una Eri-san (maestra giapponese). «Noi invitiamo sempre la gente che partecipa a lasciarsi andare, perché l'Eri-san prepara tutto in modo che gli ospiti si sentano bene e apre un spazio in cui si possono accendere tutti i sensi e

trovare tranquillità. Non si tratta solo di bere una tazza di tè. L'Eri-san poi è molto brava, perché trova un equilibrio tra noi europei e la cultura giapponese, che è molto influenzata da questa cerimonia».

Della cultura giapponese, al Monte Verità non si propone al pubblico soltanto la cerimonia del tè, ma anche l'*Oyatsu*, ovvero uno "spuntino" consumato tra pranzo e cena, che alla Casa del tè riproducono con due portate dolci e due salate, e per finire una ciotola di immancabile tè.



Il pepe della Vallemaggia

A cura di Marco – Animatore



Il Pepe della Vallemaggia non è una varietà botanica locale (il pepe non cresce in Ticino), ma un condimento artigianale creato negli anni '80 da Virgilio Matasci. La sua storia nasce da un'intuizione fortuita durante la preparazione della tradizionale "mazza" (la macellazione del maiale) a Caveragno.

Le origini e l'intuizione

Negli anni '80, Virgilio Matasci notò che il pepe lasciato in salamoia per insaporire i salumi acquisiva una consistenza insolitamente morbida e un aroma unico. Insieme alla moglie Rosilde, aprì il negozio di artigianato Punto Verde a Bignasco, dove iniziò a sperimentare una miscela propria.

La composizione e il successo

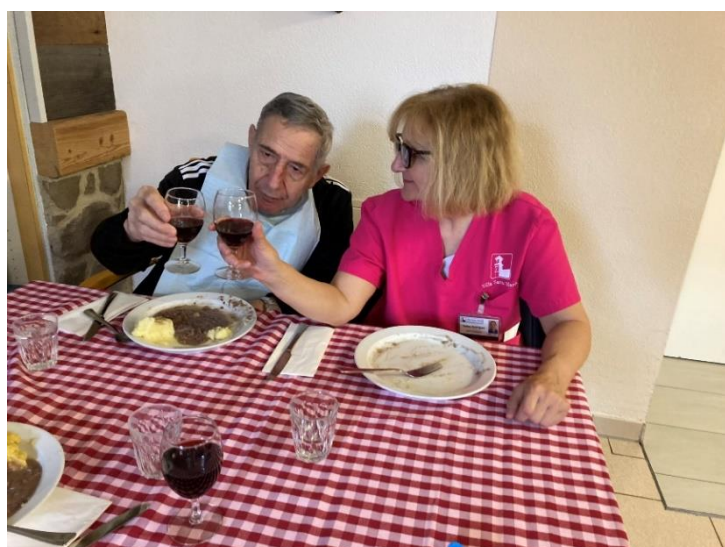
Sebbene la base sia pepe nero (spesso di origine vietnamita), il prodotto finale è il risultato di una lavorazione complessa che include ingredienti del territorio ticinese:

- **Vino bianco e distillati:** Viene infuso con grappa e whisky locali.
- **Spezie segrete:** Una miscela di erbe e aromi mantenuta riservata dalla famiglia Matasci.
- **Consistenza:** Il processo lo rende più fresco e "pastoso" rispetto al pepe secco tradizionale.

Oggi, quella che era una produzione domestica è diventata un simbolo gastronomico del Canton Ticino, gestito dall'azienda di famiglia Pepe Matasci Vallemaggia Sagl e distribuito dai principali rivenditori svizzeri come Migros. Viene utilizzato non solo per carni e risotti, ma anche in abbinamenti creativi come il cioccolato o il gelato.



Pranzi in chalet





Reportage





Cucina



Reportage



Reportage





Reportage





Incontri



Reportage - 27 Maggio



Pranzo al parco Vira



Pranzo al parco Vira

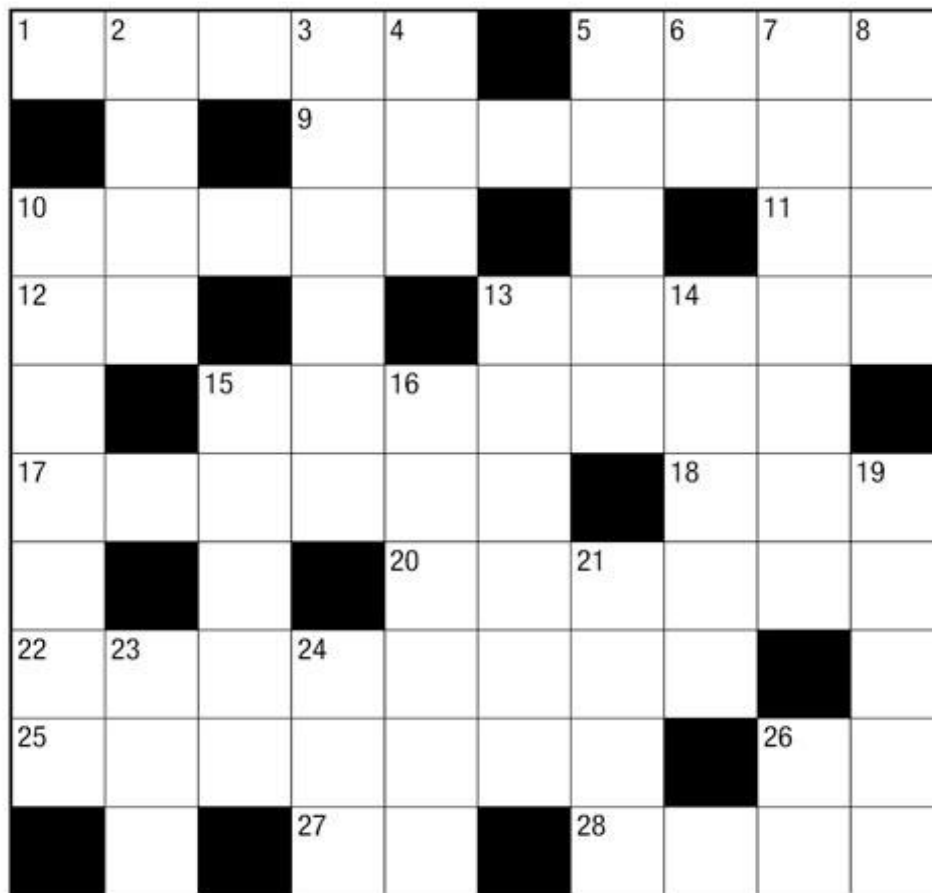


Tanto per ridere

Titoli curiosi



Cruciverba



Orizzontale:

1. L'embrione del cereale, 5. Collabora nella finzione, 9. Aspirate con l'aerosol, 10. Liquore digestivo, 11. Alla fine è gratis, 12. Un io non soggetto, 13. Forma del viso, 15. Una sagra come quella di fine estate a Novazzano, 17. Coordinata angolare di un astro, 18. Si ricordano volentieri quelle liete, 20. Canzoni di Schubert, 22. Si esercita con l'enigmistica, 25. L'industria di un sano condimento, 26. Abbrevia avanti Cristo in inglese, 27. Gli al singolare, 28. Il nome della Turner

Verticale:

Dà il nome all'Emmental, 3. Forma ebraica di Maria, 4. Il prefisso per vino, 5. Arma preistorica, 6. Si getta nel lago dei Quattro Cantoni, 7. Stendere un documento, 8. Lo erano le Storie di Elio, 10. Buco nella contabilità, 13. Più che maldisposti, 14. Un elettrodo, 15. Poco inclini a lavorare, 16. Grande matematico svizzero, 19. Arbusto delle brughiere, 21. Città turistica sul mar Rosso, 23. Undici tedeschi, 24. C'è anche la Camonica, 26. Le iniziali della Nielsen