



## **Relazione del Comitato attività 2025**

Stimate socie, stimati soci,  
presentiamo il rapporto dell'attività proposta nel corso del 2025. Quale premessa evidenziamo che il Gruppo ATTE Capriasca, costituito nel 1997, mantiene vivo lo spirito che aveva animato i fondatori, ... "Promuovere la dignità e i diritti, nonché il benessere fisico e psicologico dell'anziano, stimolando i suoi aderenti, anche in una prospettiva di prevenzione, a restare persone attive e protagoniste, aperte alle relazioni solidali, curiose e sensibili sul piano culturale".

Per il secondo anno l'impegno è stato articolato nell'arco dei dodici mesi in modo da offrire continuità ai momenti di condivisione. L'obiettivo di essere attivi e presenti durante i mesi estivi è stato raggiunto.

Nel corso dell'anno le proposte dedicate a promuovere il benessere e la salute, i momenti ricreativi e culturali hanno registrato oltre 2700 presenze, una cifra significativa che attesta la vitalità del nostro Gruppo e che ha richiesto un impegno organizzativo non indifferente.

L'attività è stata suddivisa in tre settori principali; **attività di movimento, culturali, ricreative e sociali**, che passeremo in rassegna con un complemento di informazione visivo e commentato.

### **Attività di movimento**

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

*Nordic walking*, novità introdotta a partire dal mese di settembre; permette di camminare a ritmo sostenuto con l'ausilio di bastoni d'appoggio.

*Ginnastica dolce*, proposta da gennaio a dicembre presso il Centro socioculturale, con sedute al lunedì pomeriggio.

*Ginnastica dolce estiva*, proposta nei mesi di luglio e agosto presso il Centro ricreativo balneare di Tesserete. Monitrice messa a disposizione dal Dicastero attività culturali, eventi, sport e turismo del Comune di Capriasca.

*Escursioni in montagna*, da febbraio a dicembre abbiamo organizzato dieci escursioni accompagnate.

### **Attività culturali**

*Visite guidate*, alla scoperta del territorio, intese a far conoscere le testimonianze storiche e culturali.

In primavera nucleo di Cagiallo, Sarone e San Matteo accompagnati da Gabriele Alberto Quadri, deceduto improvvisamente la scorsa estate.

Nucleo di Bigorio guidati da Sergio Stampanoni.

In autunno visita guidata nucleo di Origgio e della Chiesa di San Giorgio accompagnati da Carlo Bosia.

## **Attività ricreative e sociali**

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

*Pranzo di inizio estate*, presso il ristorante "Le Betulle" a Origlio con un momento ricreativo.

*Gita annuale a Stabio* con visita guidata al Museo della civiltà contadina e al Battistero paleocristiano di Riva San Vitale.

*Uso del cellulare*, due pomeriggi formativi all'uso del cellulare.

*Teatro "Ala mè età"*, teatro forum sui temi dell'invecchiamento attivo e della qualità della vita "over 60"; collaborazione nell'organizzazione, nella promozione dell'evento e del rinfresco.

*Strategie per una memoria attiva*

corso di 10 sedute con l'obiettivo di mantenere e migliorare le capacità mentali, promuovendo al contempo il benessere generale e l'interazione sociale.

*Incontro Fake news e persone vulnerabili*, collaborazione nell'organizzazione, nella promozione dell'evento e del rinfresco.

*Tombola settimanale* organizzata dall'Associazione Pom Rossin al giovedì pomeriggio presso il Centro socioculturale da settembre a giugno.

## **Informazioni e comunicazioni**

Abbiamo dedicato particolare cura all'informazione trasmettendo alle socie e ai soci due newsletter; tramite il sito web pubblichiamo i programmi e le informazioni aggiornate. Inoltre, la rivista periodica "terzaetà" ospita regolarmente i nostri programmi d'attività.

Segnaliamo l'ampia e interessante offerta di attività proposte dall'ATTE cantonale e quelli della Sezione regionale ATTE Luganese.

## **Comitato**

A seguito della richiesta di nuove adesioni espressa lo scorso anno in occasione dell'assemblea con piacere annunciamo che Giusi Lurati e Gianni Baffelli si sono messi a disposizione del Comitato, partecipano attivamente e danno un valido contributo. Alla trattanda 8 proporremo la nomina formale.

Germana Carbognani, attuale membro in carica, che ha contribuito a traghettare l'attuale indirizzo del nostro Gruppo in qualità di Presidente lascia il Comitato in quanto per motivi di salute si è trasferita a Livorno. La ringraziamo per il suo operato e per l'impegno dedicato.

## **Situazione finanziaria**

La contabile-cassiera presenterà nel dettaglio i conti.

I costi relativi all'esercizio 2025; risultano inferiori a quanto previsto a preventivo. Il Comitato utilizza in modo oculato il generoso lascito ricevuto nel 2008 dai coniugi

Heinz e Thérèse Laeuchli di franchi 175'000.00 destinato a sostenere le attività del nostro Gruppo.

Segnaliamo che l'Associazione ricreativa Pompieri Capriasca, al momento dello scioglimento, ha donato al nostro Gruppo regionale ATTE Capriasca, Origlio, Ponte Capriasca e Val Colla fr. 1'500.00. Ammirevole la decisione dell'assemblea di elargire il capitale finanziario disponibile a favore delle realtà locali che si impegnano in ambito sociale a titolo di volontariato.

Abbiamo espresso viva gratitudine e un riconoscente ringraziamento interpretando il pensiero delle socie e dei soci.

### ***Volontariato***

È un'esperienza di condivisione che aiuta a sentirsi utili e soddisfatti anche con piccoli gesti occasionali. Il Comitato desidera dare forma concreta a nuove iniziative a beneficio delle persone che necessitano di un'attenzione e di un sostegno particolare, offrendo loro momenti individuali per accompagnamento per una breve passeggiata, per la spesa, per condividere un caffè a domicilio o in altri ambiti.

Invitiamo le socie e i soci, anche in occasione dell'odierna assemblea ad annunciarsi.

### ***Conclusione***

La larga partecipazione delle socie e dei soci alle proposte e il grado di soddisfazione espresso costituiscono un forte motivo di soddisfazione per il Comitato e uno stimolo per continuare a impegnarsi per il nostro Gruppo regionale dell'ATTE privilegiando lo spirito di famiglia e il piacere di stare assieme, valorizzando le potenzialità di "noi anziani". Abbiamo ancora molto da dare.

Siamo una delle molteplici presenze attive a livello locale e regionale che opera a favore della comunità, con una particolare attenzione alle persone anziane.

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

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

Per il COMITATO:

*Elio Fumasoli*

*Presidente*

Tesserete, 12 febbraio 2026