

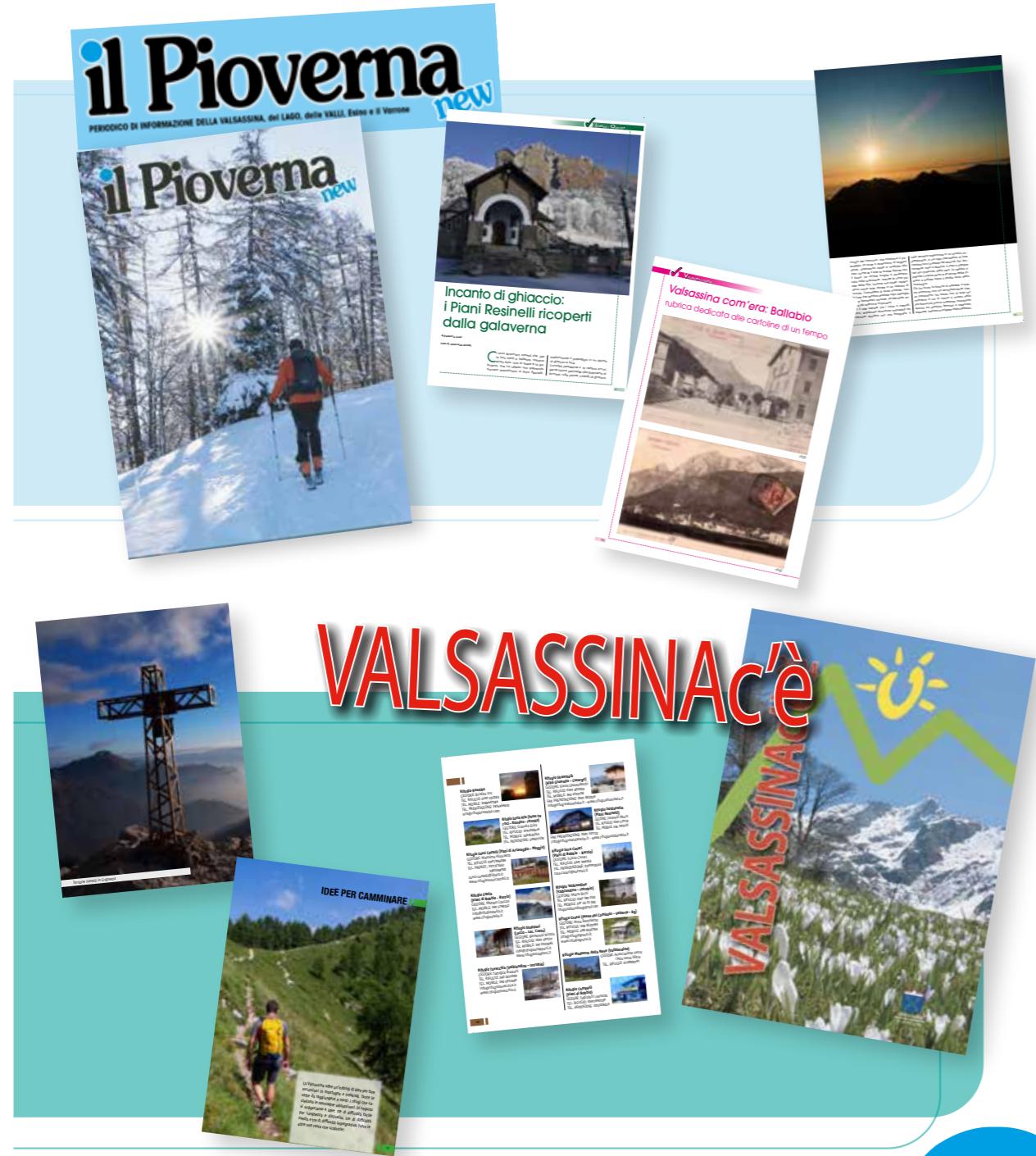
NOVITÀ

Serenamente

LA RIVISTA DEDICATA AGLI OVER 65



SEGUI LE NOSTRE USCITE DELLA VALSASSINA



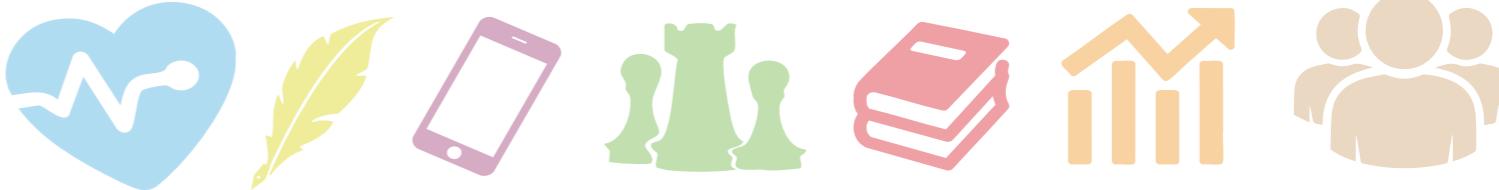
Per la tua pubblicità contatta

direzione@emmepigroup.it 0341.285110

Via Tito Speri, 2 LECCO



Sommario



BENESSERE E SALUTE

- Pag. 5 L'INFLUENZA NON ASPETTA: COSÌ LA LOMBARDIA PROVA A BATTERLA SUL TEMPO
- Pag. 8 NATALE IN TAVOLA TRA GUSTO E COLORI
- Pag. 12 LO YOGA CHE INSEGNA A NON AVER PAURA DELL'ETÀ
- Pag. 17 DIABETE, LA CURA CHE NON STA IN FARMACIA: PESO MOVIMENTO E BUON SENSO

STORIE DI VITA

- Pag. 22 L'OLIO DEL NOSTRO LARIO: UNA RICCHEZZA CHE RESISTE E FA BENE

TECNOLOGIA

- Pag. 26 ADDIO SPID COME ATTIVARE LA CIE_ID

ATTIVITA' E HOBBY

- Pag. 30 LA SFILATA DEI CARRI DI NATALE DI MANDELLO: UN'ESPERIENZA UNICA E INDIMENTICABILE
- Pag. 34 SAN PIETRO AL MONTE : UNA PERLA SOPRA CIVATE
- Pag. 39 LA MAGIA ROSSA DELL'INVERNO: I SEGRETI DELLE STELLE DI NATALE

CULTURA

- Pag. 42 L'ANGOLO DELLA LETTURA

COMUNITÀ

- Pag. 48 UNIVERSITÀ DELLA TERZA ETÀ: UN'OPPORTUNITÀ PER ANIMA E MENTE

ECONOMIA E FINANZA

- Pag. 53 SUCCESSIONE E DONAZIONI IN VITA: DONAZIONE O TESTAMENTO?
- Pag. 56 TRUFFE AGLI ANZIANI, COME RICONOSCERLE E PREVENIRLE

Serenamente

Supplemento del **il Pioverna**

Free-press - Marzo 2025 - Registr. al Tribunale di Lecco N. 05/85 del 22.07.1985

Collaboratori: Lorenzo Colombo - Marcello Villani - Gloria Valli

Redazione: Lecco - Via Tito Speri, 2/4 - Tel. 0341.285110 - redazione@emmepigroup.it

Progetto grafico e impaginazione: EMMEPI COMMUNICATION - LECCO

Stampa: Grafica Effegiemme Srl - Bosisio Parini (Lc)

Pubblicità: EMMEPI COMMUNICATION - LECCO - Tel. 0341.285110 - info@emmepigroup.it



HAI PERSO I TUOI DENTI? POTRESTI ESSERE A SOLE
POCHE ORE DAL TUO NUOVO SORRISO.

IL DENTISTA SICURO



Scansiona il QRcode per entrare immediatamente in contatto con noi
tramite Whatsapp e avere senza impegno tutte le informazioni che ti servono.

**Scopri se il tuo caso può essere risolto con il nostro metodo
“DENTI FISSI SENZA DOLORE”
per tornare a sorridere e masticare serenamente.**

“Erano anni che combattevo con la dentiera e l'adesivo per tenerla ferma. Ero davvero stufa.

Ma ora sono felice di questo mio nuovo bellissimo sorriso”.

Queste sono le parole di Angela che era stufa di portare la dentiera, ma grazie al **METODO “Denti fissi e belli, in poco tempo, senza dolore”** ora mostra fiera il suo sorriso. Non attendere oltre, fai come Angela e chiama subito il tuo assistente personale al numero 0341-281658.



PRENOTA LA PRIMA VISITA
chiama 0341-281658 o scrivici su whatsapp al 342-5188664

IL DENTISTA SICURO è a LECCO BIONE in CORSO CARLO ALBERTO, 78. E-mail: info@ildentistasicuro.it

Informazione sanitaria ai sensi della legge n° 248 (4/8/2006) e legge n° 145 (30/12/2018) - Dir. San. Dott. Francesco Maria Montesanto - Iscrizione Albo Monza n° 0951



L’INFLUENZA NON ASPETTA: Così la Lombardia prova a batterla sul tempo

Di Marcello Villani



Mercoledì 1° ottobre 2025 ha preso avvio la campagna antinfluenzale in tutta la Lombardia, con la somministrazione.

Ma proprio in queste settimane, e dal 20 ottobre in poi, chiunque non l'abbia fatta prima, può farsi inoculare la vaccinazione antinfluenzale senza problemi anche nella farmacia sotto casa.

Hanno la possibilità di vaccinarsi poi nelle Asst ovvero al centro vaccinale di via Tubi per Asst Lecco le donne in gravidanza, gli operatori sanitari, i pazienti ricoverati e quelli ambulatoriali, mentre presso gli studi dei medici di

medicina generale o dei pediatri di libera scelta...basta chiedere, naturalmente in accordo con le modalità stabilite dal medico curante stesso.

Dal 13 ottobre, comunque, a prescindere dalle categorie a cui si appartiene sono state erogate le vaccinazioni previste nei bambini di età compresa tra i 6 mesi e 17 anni, presso i propri Medici di Medicina Generale e Pediatri di Libera Scelta e le farmacie di comunità potrà essere vaccinata tutta la popolazione, indipendentemente dall'appartenenza a categoria d'offerta.



Dal 20 ottobre la vaccinazione sarà disponibile gratuitamente per tutti anche presso il centro vaccinale di Via Tubi a Lecco (ex padiglione Cazzaniga).

Per prenotare la vaccinazione è possibile consultare il proprio Medico di Medicina Generale o Pediatra di Libera Scelta, oppure prenotare online tramite il portale regionale di prenotazione

<https://prenotasalute.regione.lombardia.it/prenotaonline/>.

I cittadini allettati o con gravi difficoltà di deambulazione, impossibilitati a recarsi presso un centro vaccinale, possono rivolgersi al proprio Medico di Medicina Generale per l'attivazione della vaccinazione domiciliare.

Le donne in gravidanza possono accedere alla vaccinazione antinfluenzale senza prenotazione. Per motivi organizzativi si consiglia di consultare i siti di Asst Lecco e Ats Brianza per maggiori dettagli.

Durante la campagna vaccinale antinfluenzale, sarà possibile richiedere la co-somministrazione del vaccino anti-Covid con il vaccino antinfluenzale, oltre a quelle anti-pneumococco e anti-herpes zoster per le categorie per cui queste vaccinazioni sono raccomandate.

Per maggiori informazioni è possibile consultare il sito:

www.wikivaccini.regione.lombardia.it

E i nostri anziani? In teoria sono stati i primi a essere stati vaccinati. Circa 90mila persone in tutta la nostra provincia lecchese avevano diritto a essere vaccinati prima di tutti e Lecco, di solito, è una delle province con il maggior grado di risposta a questo tipo di vaccinazione, pari al 53 per cento della popolazione oggetto di questa vaccinazione.



Ma fare meglio è l'obiettivo della Medicina Preventiva che cerca sempre di raggiungere quote di popolazione maggiore anche tra chi non è a rischio.

In fondo un giovane, che dall'influenza, se non ha patologie particolari, può aspettarsi al massimo un paio di giorni a letto oppure un forte malessere, se si vaccina può aiutare a non far girare l'influenza e, dunque, proteggere anche amici e parenti anziani. Il senso della copertura di gregge è proprio questo: coprirsi e coprire il maggior numero di persone per evitare, al di là del nostro tornaconto personale, che il virus giri.

Anche la vaccinazione Covid e l'antipneumococcica per gli over 65 (le altre categorie di fragili, devono invece rivolgersi al centro vaccinale di Asst Lecco) possono essere inocula-

te, tra l'altro. Le vaccinazioni si possono fare anche tutte e tre insieme, ma se le si separa allora bisogna aspettare dai 15 ai 21 giorni perché facciano effetto e per distanziarle in modo da evitare gli effetti collaterali se uno ha già fatto uno dei tre vaccini consigliati... Uno degli strumenti più semplici da utilizzare è la farmacia, per vaccinarsi. Anche in questo caso la vaccinazione è gratuita: si consiglia però la prenotazione anche in questo caso (ma viene proposta nella finestra di dialogo del sito:

www.prenotasalute.regione.lombardia.it) perché si cerca di evitare le sovrapposizioni di persone che vogliono fare il vaccino senza prenotazione con chi entra per tutti gli altri servizi. Il consiglio è di programmare la vaccinazione con la prenotazione e di non tentare la sorte.

Anche perché i farmacisti devono avere il tempo di registrare tutto sul portale Arvax, fare l'anamnesi al paziente prima dell'inoculazione e registrare tutti i dati. Per cui qualche minuto ci vuole: non si entra, si fa l'iniezione e si esce. Non è così semplice... E farla a chi non è programmato ovvero prenotato, è un problema organizzativo per le nostre farmacie che non sono sale ospedaliere con grandi spazi a disposizione e personale dedicato.

Da due anni è tutto gratuito anche in farmacia ma stiamo parlando, in questo caso, della sola popolazione adulta, ovvero sopra i 18 anni di età.

Ti aspettiamo per
una prova
gratuita
dell'udito!

www.mondialuditore.it

MONDIAL UDITO
PROFESSIONALITÀ E TECNOLOGIA PER L'ASCOLTO

LECCO - Via F.lli Cairoli 11/C - Tel. 0341 360988

Ho deciso di sentire bene!

PHONAK
life is on



NATALE IN TAVOLA, TRA GUSTO E COLORI

Di Gloria Valli

Marco Missaglia, medico di medicina generale con studio a Mandello del Lario ma anche dietologo ed endocrinologo di fama nazionale, consiglia:

“Una bella tavolozza di colori deve sempre accompagnare i nostri piatti anche a Natale”



S'avvicina il periodo delle feste e dell'abbondanza che regna sulle tavole di tutti gli italiani e durante il quale ci si concede qualche strappo alla regola di troppo stravolgendone le proprie abitudini alimentari ben seguite per tutto l'anno. Per destreggiarsi al meglio tra cenoni, pranzi e aperitivi abbiamo interpellato il dietologo, Marco Missaglia, per alcuni consigli pratici.



REGOLA D'ORO PER GLI OVER 65

“Il primo consiglio è che l'alimentazione dell'anziano deve essere innanzitutto digeribile ma anche completa. Di frequente, infatti, ci possono essere dei problemi legati alla digestione, come l'atrofia gastrica. Bisogna, perciò, limitare i cibi troppo raffinati e i grassi considerando che spesso possiamo avere dei problemi di ridotta tolleranza agli zuccheri o di diabete.

È chiaro che però non deve essere un'alimentazione limitativa e punitiva, perché anche l'anziano come tutti noi deve essere appagato. Partendo, banalmente, dalla scelta delle stoviglie che gratificano maggiormente se colorate o dalla scelta delle posate che devono essere comode per esempio per chi ha problemi di artrosi alle mani”.

MANGIARE CON GLI OCCHI

“Anche l'aspetto cromatico del cibo è fondamentale - sottolinea Missaglia - sia per appagare la vista certo ma anche perché i colori dei polifenoli contenuti nelle verdure e nella frutta colorata sono antiossidanti naturali e validi alleati per la salute perché contrastano l'azione dei radicali liberi che sono quelle sostanze instabili a cui siamo esposti che sono i responsabili per esempio delle malattie cronico-degenerative o metaboliche o oncologiche. Avere, quindi, una dieta ricca di frutta e verdura colorata ha un effetto protettivo sul nostro organismo specialmente degli anziani, ancora meglio se questa è di stagione. L'uva, per esempio, è ricca di resveratolo che è un antiossidante contenuto nella buccia. Mentre, i mirtilli sono ricchi di antocianine che fanno bene alla vista così come il betacarotene contenuto nelle carote”.

Per Natale un suggerimento potrebbe essere fare un bel bollito di pollo o tacchino con carote, piselli e pomodori ricchi di licopene altro antiossidante naturale accompagnato da una verdura di piccola pezzatura come il songino, fonte di clorofilla e ferro. In questo modo si avrebbe un piatto completo, digeribile e colorato.



EX MODUS IN REBUS

Il dottor Missaglia spiega che con l'avanzare dell'età spesso l'anziano a tavola non mangia più primo e secondo, quindi è utile fare un piatto unico che abbia al suo interno carboidrati, cereali e proteine come per esempio pasta/riso con ceci o lenticchie e per evitare che si gonfi la pancia basta prendere dei legumi decorticati.

“Se si pensa al Natale nella tradizione brianzola come piatto unico c’è il ‘Busechin della Vigilia’, la trippa. Se pensiamo ad un’alimentazione varia, equilibrata e dirigibile e se l’anziano è in salute per quella volta va bene. Così come l’agnello o il pesce che deve essere magro come l’orata, il branzino o il nasello. Una salsa di accompagnamento potrebbe essere la salsa tzatziki col cetriolo saporita ma leggera”.



IDRATAZIONE ALTERNATIVA

“Non dobbiamo dimenticare che gli anziani hanno spesso problematiche legate all’idratazione perché il senso di sete diminuisce con l’età per cui per le feste si può pensare a fare dei piatti tipici come tortellini, cappelletti, ravioli di magro in brodo. Anche la verdura è ricca di acqua e nutrienti quindi vanno benissimo anche le vellutate che sono altamente digeribili e possono essere servite come entrée e seguite da un piatto di carne o pesce. C’è ne sono di ogni varietà: zucca, carote, porri o patate a cui si può aggiungere del pecorino o del parmigiano”.

“È sempre fondamentale bere 1,5-2 litri d’acqua al giorno ma si può anche pensare di fare dell’acqua aromatizzata con delle erbe come menta o rosmarino. Mentre bisogna evitare le bevande zuccherine e l’alcol soprattutto se si prendono delle medicine”.

AMBULATORIO DENTISTICO

STUDIO CAOUR

di M. Gerosa & C. s.a.s.

Dir. Sanitario: Dott. ALBERTO PENNACCHI

“Ogni sorriso merita la giusta attenzione, fai brillare **il tuo** con la **nostra** professionalità”

PREZZI SPECIALI

Possibilità di finanziamento a tasso 0 in 20 rate



Via F. Baracca, 1 23900 LECCO 0341 283171 studiodentisticocavour@gmail.com

DULCIS IN FUNDO? MEGLIO DI NO

Panettone e pandoro sono i regnanti incontestati delle feste natalizie ma si dovrebbe evitare di mangiarli dopo un lauto pasto come siamo soliti fare. Missaglia consiglia che: “Soprattutto per gli anziani è preferibile mangiarlo a colazione o a merenda per non sovraccaricare la digestione di un pasto che è già stato abbondante. Mentre, un dolce tipico natalizio interessante da mangiare è certamente il torrone, ovviamente quello morbido, essendo un ottimo energetico, un integratore ante litteram soprattutto se l’anziano mangia poco”.

Per concludere quindi il consiglio principale è quello di seguire un approccio equilibrato, scegliendo cibi sani e digeribili senza rinunciare ai sapori e ai colori della tradizione.

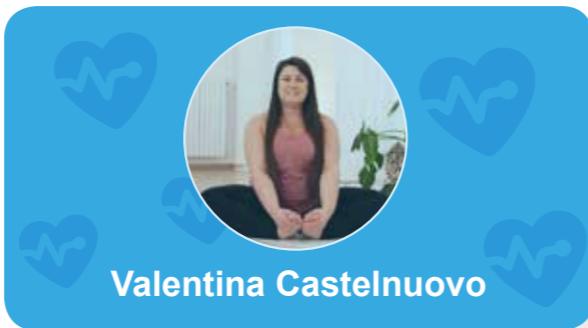


Lo yoga che insegna a non aver paura dell'età

Di Marco Villani

Lo Yoga come un importante aiuto per la salute e il benessere anche degli anziani. Non una disciplina solamente sportiva, ma soprattutto della mente. E davvero per tutti. Valentina Castelnuovo è titolare della scuola Nihala Yoga che usa il metodo Ashtanga.

"Io ho iniziato a insegnare nel 2012. Nel 2019 ho aperto la scuola di yoga che è tuttora operativa e c'è un bel gruppo di quasi 300 tesserati all'anno. Propongo uno **yoga dinamico** che si chiama Ashtanga Yoga, che però nel tempo



Valentina Castelnuovo



diventa anche molto calmante e accessibile a tutti. Quindi, anche se la componente fisica è predominante nel tempo, si impara ad adattare la pratica al proprio corpo. E a me fa piacere quando arrivano anche delle signo-



re, magari pensionate, che hanno più tempo e vogliono iniziare a fare yoga: all'inizio mettono dei paletti, "Io questo non lo faccio", "No grazie, io non ne sono capace"... E adesso queste signore arrivano alle 6 e 30 del mattino e fanno la pratica tanto quanto le ragazze di vent'anni".



Molte signore "agées" hanno imparato a ad approssiarsi allo yoga in modo molto personale, in modo molto intimo, calibrato, misurato. "Vero – ammette Valentina - Noi in Occidente la definiamo come una disciplina fisica, spesso viene interpretata proprio come uno sport e il 90% delle persone si avvicina allo Yoga proprio per il movimento, perché hanno bisogno magari di sistemare mal di schiena, dolorini, hanno bisogno di riassestare un pochino il corpo.

Però la cosa bella è che nel tempo sono il silenzio e la quiete che ti fanno restare attaccato alla pratica yoga. Quindi nel tempo sfuma un pochino questa foga che è tutta occidentale, perché siamo noi occidentali che stiamo esasperando a volte la pratica Yoga con alcune posture, alcune forzature. Invece lo Yoga include anche regole di comporta-



mento morale, etico. In India c'è una concezione dello Yoga come stile di vita".

Ma, soprattutto un anziano si potrebbe chiedere: "E quando non saremo più in grado di fare le posture fisiche, cosa ci resterà dello Yoga?". "Il tappetino diventa il tuo specchio, riflette la tua impazienza, riflette la tua non accettazione, riflette anche a volte la tua foga di voler fare alcune cose o magari, al contrario, riflette il dubbio che hai verso te stesso. Perché dici **"non sono in grado"**, **"non ce la farò mai"**. E invece dentro di te hai un'infinità di possibilità che magari sono inaspettate e dici, **"Guarda, pensavo di essere imbranato**, invece vedi quel che riesco a fare nonostante la mia età?".

Per questo non distinguo tanto tra allievi a livello base e a livello avanzato.

È chiaro che una persona che pratica yoga da dieci anni ha più esperienza rispetto a uno che la fa da un anno, ma non per questo è più bravo, perché magari ha delle limitazioni al menisco, alla spalla, rientra da un infortunio... Però con l'esperienza impara a gestire la pratica, a gestire il corpo, a gestire anche i fastidi che danno inadeguatezza... Con l'esperienza acquisisci proprio tutta una serie di istruzioni che ti restano e impari a riadattare la pratica alla tua nuova situazione di età e fisica".



Ma a cosa serve lo Yoga in età avanzata?

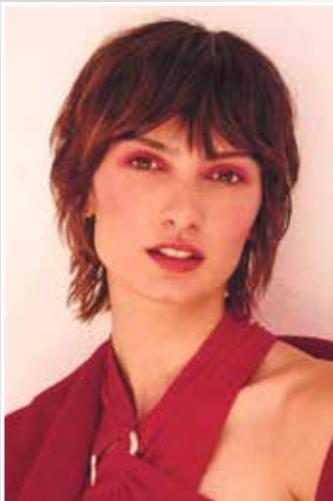
"Di sicuro a rinforzare il corpo, se parliamo a livello fisico. A rinforzare anche il tono muscolare, a rinforzare il corpo in generale, a migliorare la mobilità, la flessibilità, la postura e a tanti anche l'equilibrio, perché sembra una cosa banale, ma quasi nessuno ha più equilibrio – spiega Valentina - Quando io dico alle persone state su una gamba sola, vanno in tilt. Lavoriamo sulla caviglia debole, sul corpo non pronto, sulla mente magari non così stabile. E poi miglioriamo sicuramente l'umore, inducendo uno stato di benessere generale, di calma, di centratura, di quiete".

Importante anche per le donne che vanno in menopausa: "Lo dico alle donne che en-

trano in questa fase della vita: perché non lo sappiamo che il nostro corpo è in decadimento e arriverà la menopausa? Lo Yoga e la meditazione ci servono proprio per essere pronti ai cambiamenti della vita in generale e affrontarli con consapevolezza. Perché devo andare in crisi se il mio corpo cambia? È da millenni che è così, quindi impariamo a accettare il cambiamento del nostro corpo, abbracciarlo e a prenderlo in modo un po' più



BARTESAGHI *Team*

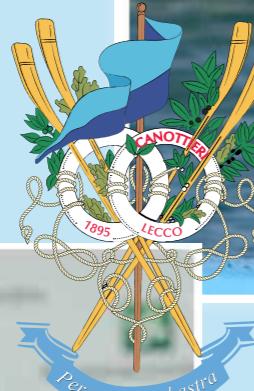


Lecco - P.zza Mazzini Gall. Roma 6 - Tel. 0341.366082

robertabartesagi



*Teri un
grande
campione*



*Oggi
un ottimo
Presidente*

DIABETE, la cura che non sta in farmacia: peso movimento e buon senso

Di Marcello Villani

Il diabete insorge tipicamente in età adulta, spesso in età avanzata, ed è correlato strettamente con l'aumento del peso corporeo. Per cui il primo punto da tenere presente per evitarne, o ritardarne, l'insorgenza è tenere sotto controllo il peso corporeo. Il diabete di tipo 2 è spesso associato con l'obesità, si verifica più spesso con l'aumentare dell'età ed è molto più frequente del diabete di tipo 1.



In genere, tende a peggiorare con il tempo, per cui sono spesso necessari adeguamenti delle cure per mantenere la glicemia a livelli normali. Essendo una malattia cronica, con il tempo il diabete può causare gravi problemi di salute che possono riguardare il cuore, i vasi sanguigni, i reni, gli occhi e i nervi. Le persone con diabete, infatti, hanno una probabilità cinque volte maggiore di avere malattie cardiovascolari, come l'ictus, rispetto alle persone senza diabete. Ma il diabete è causa di problemi alla vista, agli arti e a molti altri apparati del nostro corpo.

Vincenzo La Milia oltre che nefrologo è anche direttore del Dipartimento di Area Medica dell'Asst di Lecco e, purtroppo, vede molti diabetici ogni anno sia come "esperto dei reni" e di dialisi, che come esperto in medicina generale.

"La maggior parte dei diabetici non sarebbero più tali se ritornassero a un peso forma normale – spiega -. Questa è la cosa fondamentale. E quindi attenersi a una dieta equili-



brata, non aumentare di peso, fare una dieta con cibi tra virgolette sani potrebbe ridurre in modo drastico l'incidenza del diabete di tipo 2”.

L'altra cosa fondamentale è l'attività fisica: “L'attività fisica anche moderata, ovvero le semplici camminate, migliorano il metabolismo e l'utilizzo dell'insulina e quindi si riduce anche la gravità del diabete mellito di tipo due e in alcuni casi anche qui si può far regredire completamente il diabete”.

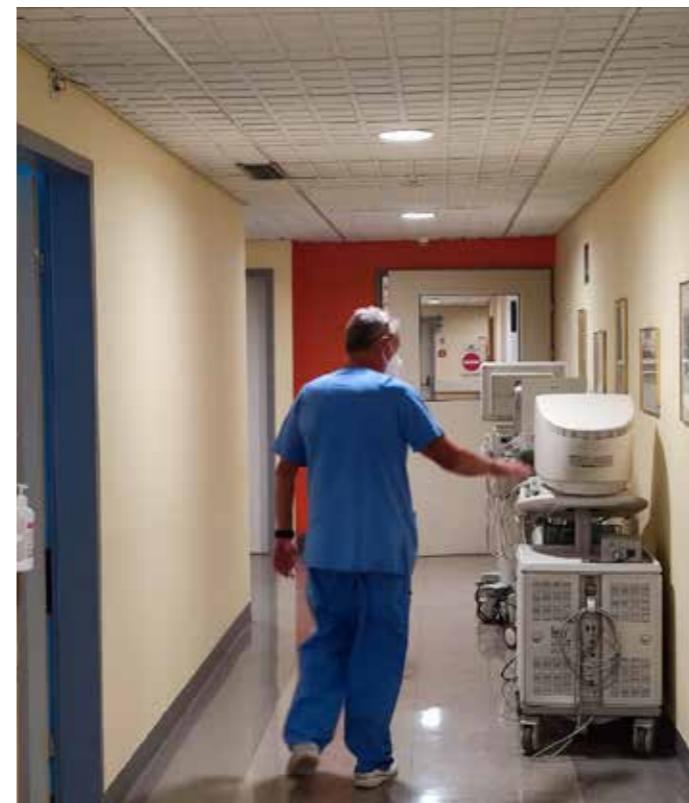
Ci sono alimenti vietati per far sì che si riesca a prevenire l'insorgenza del diabete?

In realtà no. Ma bisogna tenere da conto alcune buone pratiche: “L'alimentazione che non porta a problemi è quella che viene chiamata “mediterranea” – spiega il dottor La Milia -, quindi gli zuccheri devono essere complessi, non si dovrebbero consumare dolci, perché sono zuccheri a rapido assorbimento

e stimolano enormemente la produzione di insulina, e di conseguenza fanno venire molta fame. Diventa un circolo vizioso.

Mentre gli zuccheri complessi, pane, pasta, eccetera sono le forme di zuccheri che andrebbero introdotte, naturalmente in quantità non eccessive, nell'alimentazione, cercando di evitare un eccesso di calorie”.

Insomma, **se si riescono a evitare i dolci**, tanto amati dagli anziani che diventano più golosi con il passare dell'età, sarebbe meglio: “Sicuramente i dolci sono un pericolo. Anche se di proibito non c'è nulla: diciamo che i dolci vanno consumati con molta moderazione. E poi l'eccesso di qualsiasi cibo va evitato, per evitare il sovrappeso e l'obesità. Io sconsiglio vivamente il cibo spazzatura, poi, quello da fast food, patatine fritte,



hamburger industriali e via dicendo. Non è un'alimentazione corretta, quindi andrebbe evitata anche quella perché in genere c'è un eccesso di calorie, per non parlare della qualità intrinseca di alcune preparazioni industriali.

L'ultima cosa, questa sì vietatissima, è la bevanda zuccherata e gassata. Anche quella denominata “zero” perché contiene moltissimi fosfati. Non è solo lo zucchero in quelle bevande a fare male, c'è molto altro che non fa bene, visto che ha un contenuto eccessivo di polifosfati aggiunti, non certo salutari”. Queste, dunque, sarebbero le nozioni base per evitare il diabete ma, La Mi-

Aperta tutti i giorni

SAN CALIMERO FARMACIA
Dott.ssa NERINA

Vendita medicinali
Farmacia dei servizi
Consulenze personali
omeopatiche e fitoterapiche

Prodotti naturali
senza parabeni, conservanti e nichel, integratori, macerati e altro a marchio nostro...

PASTURO (LC) Piazza Vittorio Veneto 3/4 ...di fronte al comune
Tel. 0341.955505 - 371 6140615 - nerinamichelelaura@gmail.com- farmacia.sancalimero@federfarma.lecco.it



lia è chiaro su questo, se chi è già diabetico ritorna a un peso forma normale, aumenta l'attività fisica, potrebbe quasi guarire dal suo stato diabetico.

È possibile evitare o guarire dal diabete senza fare una delle due cose? Ovvero non curando l'alimentazione o non facendo movimento?

Naturalmente no. La Milia spiega: "La cosa principale è l'alimentazione, però il movimento fa bene anche per altri motivi: attiva la circolazione corporea, tonifica il cuore, i muscoli... E negli anziani avere una tonicità muscolare che impedisce le cadute, le fratture, quindi un movimento moderato, è consigliabile. Basta poco: cercare di fare le scale, non prendere l'ascensore, camminare per andare a fare la spesa, e così via... Non è necessaria la palestra, insomma, a tutti i costi".

I nuovi farmaci, quelli che promettono perdita di peso senza sforzi grazie ai nuovi ritrovati anti-fame, sono utili. Ma anche "pericolosi" per la falsa credenza che possano essere assunti da tutti indiscriminatamente:

"Attenzione – avvisa il primario di Medicina
- perché molti abusano di questi farmaci. Se devono perdere 2-3 chili non vanno assolutamente usati, sarebbe assolutamente sbagliato. I farmaci sono farmaci e quindi vanno prescritti da un medico, in questo caso un diabetologo, un nutrizionista, un endocrinologo, perché hanno degli effetti collaterali. A parte i costi stratosferici, possono avere effetti collaterali anche gravi e quindi vanno prescritti assolutamente e solo da un medico per casi specifici.



Ovvero da un medico competente per l'obesità; e non sono sempre un toccasana, perché finito poi il ciclo di terapia, se il soggetto non segue una dieta rigorosa riprenderà rapidamente il peso che ha perso con questi farmaci, quindi l'alimentazione poi rimane sempre alla base di ogni discorso sul diabete".

**ob
ottica
beri**
occhiali
lenti a contatto
foto

INTROBIO LC
via V. Emanuele, 10
tel. 0341.980500
otticaberri@alice.it

L'OLIO DEL NOSTRO LARIO: una ricchezza che resiste e fa bene

Di Remo Mugreppi

Sulle pendici scoscese che guardano la sponda orientale del Lario, l'autunno non è soltanto una stagione: è una prova di resistenza. Le olive maturano lentamente, strette tra vento, funghi, mosche e un clima che negli ultimi anni sembra divertirsi a cambiare le carte in tavola.



È in questo scenario sempre più incerto che il frantoio di Biosio, a Bellano, ha appena chiuso una delle stagioni più difficili degli ultimi tempi. Poche le olive provenienti dal lago, molte di più quelle arrivate da Valtellina e Alta Brianza, territori che hanno saputo difendere meglio piante e raccolti. Il resto è un mosaico di piccoli produttori in calo, pas-

sioni che si spengono, terrazze che rischiano l'abbandono.

Eppure, l'olio nuovo che esce dal frantoio conserva ancora una forza antica. Un colore che vibra tra il verde e l'oro, un profumo discreto, una voce che racconta una storia che nel lecchese non si vuole smettere di ascoltare. Non si tratta solo di un prodotto locale: l'olio lariano è spesso considerato un nutriceutico, sintesi rara di gusto e benessere.

Le basi scientifiche non mancano. Secondo il CREA e il Ministero della Salute, l'olio extravergine è ricco di acidi grassi monoinsaturi, in particolare acido oleico, fondamentale per tenere sotto controllo il colesterolo. L'EFSA, l'Autorità europea per la sicurezza alimentare, riconosce ai polifenoli presenti nell'olio di qualità la capacità di contribuire alla protezione delle cellule dallo stress ossidativo. Non è un farmaco, e non pretende di esserlo, ma è uno di quei rari alimenti che uniscono piacere e salute senza chiedere sacrifici.

Le olive lariane, quando la stagione collabora, sanno trasformarsi in un olio fine, aromatico, dalla dolcezza apparente che nasconde una struttura sorprendente. È il risultato di una geografia poco accomodante: ulivi aggrappati a muretti a secco, pendenze che non perdonano, microclimi mutevoli che costringono chi coltiva a un'attenzione quasi artigianale. Questa cura minuziosa è ciò che permette al territorio di competere, senza imitazioni, con aree olivicole più famose. Ma è anche ciò che oggi rischia di svanire, perché sempre più mani lasciano il mestiere



senza essere sostituite da nuove. Per chi vive la terza età, l'olio locale non è solo un piacere: è un alleato quotidiano. Le linee guida nutrizionali ufficiali lo collocano tra i grassi migliori da portare in tavola, soprattutto nella maturità della vita. A crudo conserva i suoi polifenoli, valorizza minestrini e verdure d'autunno, accompagna legumi e pesce di lago. In cottura è stabile, ma è nel piatto appena servito che rivela la sua identità. È un sapore discreto ma persistente, come accade spesso alle cose che durano.

La sua conservazione richiede la stessa cura che merita il territorio da cui proviene: bottiglie scure, luce lontana, calore evitato. Va consumato entro l'anno, perché la sua



fragranza non tollera lunghe attese. Una regola semplice, ma anche una metafora del presente: l'olio lariano è un bene prezioso proprio perché non eterno.

Ecco perché la difesa degli oliveti non riguarda solo agricoltura e gastronomia.

È una questione culturale e paesaggistica. Dove gli ulivi scompaiono, la montagna ricomincia a erodersi e la memoria del lavoro umano si sfuma nell'incuria. Dove resistono, invece, tengono in vita una storia fatta di fatica silenziosa e di comunità che non vogliono arrendersi al declino.

In questo autunno difficile, l'olio del Lario resta un piccolo atto di fiducia: una goccia che racchiude una tradizione fragile ma ostina-

ta, capace ancora di parlare al presente. Un gesto quotidiano che, nelle cucine del lecchese, continua a significare appartenenza. E futuro.



Spi, il Sindacato che si prende cura di Te

In un contesto sociale sempre più caratterizzato da fenomeni di solitudine e frammentazione delle relazioni, l'Area Benessere dello SPI CGIL di Lecco si conferma uno dei pilastri fondamentali all'interno della nostra comunità in grado di offrire una risposta concreta e partecipata ai bisogni degli anziani promuovendone il ruolo attivo nella società attraverso la realizzazione di importanti momenti di coesione. Le varie attività sviluppate nell'ultimo anno hanno messo al centro la salute fisica e mentale, la socialità e la partecipazione attiva, elementi indispensabili per garantire un invecchiamento sereno, equilibrato e ricco di stimoli. L'offerta dell'Area Benessere si è, quindi, articolata in un ricco mosaico di proposte progettate per rispondere ad una vasta gamma di interessi e necessità affinché nessuno venga lasciato indietro, riflettendo così il principio cardine di inclusione del sindacato.

Le gite culturali, per esempio, sono uno strumento fondamentale per promuovere l'apprendimento continuo e la socializzazione. La prima uscita dell'anno è stata a Cremona e Crema per il Carnevale del Pensionato

dove i 300 partecipanti hanno potuto ammirare i principali punti d'interesse dei centri storici delle due città lombarde. La gita a Volpedo e Crespi d'Adda ha offerto, invece, un duplice valore culturale unendo la scoperta artistica dei paesaggi che ispirarono il pittore Giuseppe Pellizza alla riflessione sul patrimonio storico del lavoro con la visita all'interno del Villaggio operaio bergamasco, oggi patrimonio dell'Unesco. Un'altra uscita molto affascinante è stata quella alla scoperta di due gioielli della Toscana: Pietrasanta e Lucca, in un fine settimana all'insegna dell'arte e della bellezza rinascimentale.

Oltre a nutrire la mente e lo spirito attraverso la cultura, l'opera dell'Area Benessere dello SPI si concentra con pari



intensità anche nella tessitura di una fertile rete sociale, fondamentale per contrastare l'isolamento e promuovere un solido senso di appartenenza comunitaria.

Espressione di ciò sono certamente i Giochi di LiberEtà giunti quest'anno alla 31^a edizione e diventati ormai un appuntamento consolidato e altresì partecipato della programmazione annuale del sindacato. Infatti, alla mostra di Villa Mariani a Casatenovo sono state presentate ben 125 opere tra pittura, fotografia, racconti, poesie e manufatti. Parallelamente al concorso sono state organizzate numerose attività ludico-ricreative con particolare attenzione all'inclusione delle persone diversamente abili attraverso le gare di bocce e pesca del programma "1+1=3".



L'impegno dell'Area Benessere si estende anche alla promozione della salute fisica e della sicurezza quotidiana degli anziani, offrendo strumenti pratici per migliorare la qualità della vita e affrontare le sfide di ogni giorno con maggiore consapevolezza. Per esempio tramite le lezioni di ginnastica pelvica che si tengono in primavera e in autunno a Lecco e Casatenovo e gli incontri informativi sulle truffe.

Infine, il progetto "Vite di Fabbrica" rappresenta una delle iniziative culturali più innovative e raggardevoli realizzate quest'anno dello SPI CGIL di Lecco. Nato con l'obiettivo di preservare la memoria storica del lavoro nelle grandi fabbriche lecchesi, tra cui Badoni, Acciaierie del Caleotto, Forni Impianti, SAE e FILE. Il documentario raccoglie le testimonianze dirette di chi ha vissuto quell'epoca e grazie alla collaborazione con il Simul e il Comune di Lecco entrerà a far parte stabilmente del percorso espositivo di Palazzo Belgiojoso.

Tutte queste iniziative, dunque, non sono solo semplici occasioni di svago, ma momenti cruciali per valorizzare i talenti individuali, favorire lo scambio intergenerazionale e promuovere un'inclusione attiva e concreta, dimostrando che ogni persona può contribuire al benessere della propria comunità con una partecipazione attiva alla vita collettiva. Guardando al futuro, l'obiettivo è proseguire con determinazione lungo il percorso tracciato ampliando ancora di più le nostre proposte per rispondere con sempre maggiore efficacia alle esigenze di una società in costante cambiamento.

Chi fosse interessato alle attività dell'Area Benessere può rivolgersi alla sede SPI CGIL di Lecco oppure contattare una delle nostre sedi aperte in tutto il territorio lecchese.



Addio Spid come attivare la CIE_ID

Di Marcello Villani

Lo Spid, il sistema pubblico di identità digitale altro non è che un servizio per l'identificazione digitale dell'utente su vari siti in cui sia importante che avvenga un riconoscimento, seppur elettronico, della persona che sta interagendo con l'amministrazione pubblica. Lo Spid, insomma, può servire per iscriversi a un concorso, per consultare il proprio registro sanitario elettronico, per collegarsi all'Agenzia delle Entrate e visitare il proprio cassetto fiscale, per comunicare con l'ente di previdenza Inps, o con l'Inail.

Più semplicemente può servire per ottenere dalle anagrafe elettroniche di tanti comuni, Lecco compreso, un certificato senza per forza doversi recare allo sportello.



Eppure

Il futuro dello Spid, così utile, ma anche tanto complicato, è a rischio. In teoria la Unione Europea ha sancito che lo Spid venga progressivamente sostituito dalla **Carta d'Identità Elettronica (Cie)** e dall'**IT Wallet**, un portafoglio digitale che verrà integrato nell'app Io. Il passaggio avverrà gradualmente, con il 2026 come data ipotetica di chiusura, ma è importante notare che alcuni servizi Spid stanno già diventando a pagamento o a rischio di chiusura per inattività. Insomma, meglio dotarsi di un sistema di identificazione elettronica alternativo. E per questo la Carta d'Identità Elettronica (Cie) è l'ideale per accedere ai servizi online.

Come si può utilizzare?

Si possono seguire questi passaggi:

Innanzitutto ci si può autenticare nei sistemi online della pubblica amministrazione utilizzando la Cie. Questo consente di accedere a vari servizi digitali, come la prenotazione di appuntamenti o la richiesta di certificati.

Certo, **prima di utilizzarla, bisogna averla**: oramai tutte le nuove carte d'identità sono Cie, ma se ne hai una vecchia, cartacea, e hai bisogno di richiedere la Cie o di effettuare altre pratiche, puoi prenotare un appuntamento sul sito del Ministero dell'Interno www.prenotazionicie.interno.gov.it.

Quando ti presenti all'appuntamento, assicurati di avere con te:

- **Carta d'identità (o denuncia in caso di smarrimento o furto);**
- **Fototessera recente;**
- **Tessera sanitaria.**

Se hai bisogno di supporto, puoi contattare l'ufficio competente via email all'indirizzo

cie@comune.lecco.it.

E se hai bisogno di supporto per l'accesso ai servizi digitali in genere, puoi sempre rivolgerti al servizio "Punto Digitale Facile" del Comune di Lecco, che offre assistenza e formazione per l'utilizzo delle nuove tecnologie. Puoi trovare maggiori informazioni su questo servizio e prenotare un appuntamento

[www.comune.lecco.it/prenota_appuntamento#/.](http://www.comune.lecco.it/prenota_appuntamento#/)

Ma proviamo a vedere come funziona.

Innanzitutto quando si fa la carta d'identità elettronica si riceve una parte della password della Cie (l'altra sarà mandata separatamente in posta), e una parte del Puk che è il codice che ci consentirà di sbloccare la Password se la inseriamo sbagliata per tre volte.

“**Entra con Cie**”, comunque, è lo schema di identificazione che consente l’accesso ai servizi digitali erogati in rete di pubbliche amministrazioni, mediante l’impiego della Carta di Identità Elettronica (Cie appunto), e permette ai cittadini in possesso di una Cie di autenticarsi ai servizi online abilitati con diverse modalità:

www.asa-villaserena.it



Villa Serena

RESIDENZA INTROBIO (LECCO)

ASA - O.N.L.U.S.

Associazione al Servizio degli Anziani

Servizio sanitario

Servizio di riabilitazione motoria

Servizio di animazione

Servizio religioso

Servizio alberghiero

Retta giornaliera € 63,00

Esclusa lavanderia individuale



INTROBIO (LC) - Via Don Arturo Fumagalli, 5 - Tel. 0341 981589 - E-mail: info@asa-villaserena.it

1) Desktop – l’accesso avviene tramite un computer a cui è collegato un lettore di smart card contactless per la lettura della Cie. Per abilitare il funzionamento della Cie sul proprio computer è necessario installare prima il “Software Cie” che si trova sul sito del ministero dell’Interno all’indirizzo <https://www.cartaidentita.interno.gov.it/info-utili/software-cie/>

2) Mobile – l’utente accede usando uno smartphone dotato di interfaccia Nfc e dell’app “CielD”, con il quale effettua la lettura della Cie . Maggiori info a <https://www.cartaidentita.interno.gov.it/info-utili/cie-id/>.

3) Desktop con smartphone – l’accesso al servizio avviene da computer. Per la lettura della Cie l’utente invece del lettore di smart card contactless usa il proprio smartphone dotato di interfaccia Nfc e dell’app “CielD”.

Lo diciamo subito: se non avete dimestichezza con la tecnologia è meglio rivolgervi ai facilitatori digitali del Comune. Non è, quella della registrazione della propria Cie sull’App o sul sito del software, una procedura difficile, ma prevede delle skills (abilità) non in possesso di tutti.

Ricordiamo però che queste difficoltà sono dovute al fatto che la Cie è uno strumento di identità digitale riconosciuto anche in Europa. In conformità al Regolamento eIDAS (Regolamento (UE) n. 910/2014) la Cie è stata infatti notificata alla Commissione europea e agli altri stati membri con la pubblicazione nella Gazzetta Ufficiale dell’Unione europea C 309 del 13 settembre 2019, ed è stata integrata con il nodo eIDAS.

Insomma, è per questo che all’interno della UE e di Schengen serve anche come “passaporto”. Per questo il suo utilizzo è normato e ti fa entrare in diretto contatto con l’amministrazione pubblica.



MANDELLO: la sfida dei carri di Natale. Un'esperienza unica e indimenticabile

Di Gloria Valli

Con l'avvicinarsi del periodo natalizio si riscopre il piacere delle tradizioni e dello stare insieme che sono parte fondante della nostra cultura popolare.

Ricordare gli usi e costumi di un tempo attraverso feste, canti, ricette e riti rappresenta un vero tesoro di saperi e valori che disegnano la nostra identità presente e futura. Ogni paese ha il proprio sapere tramandato che viene costantemente interpretato e innovato nel passaggio da una generazione all'altra.

Sul territorio leccese uno degli eventi folkloristici natalizi più interessanti per la sua originalità che racchiude tutti questi aspetti è sicuramente **la sfilata dei carri di Natale di Mandello del Lario**, probabilmente l'evento più fuori stagione dell'anno, che ogni vigilia di Natale richiama sul lago una marea di curiosi e turisti. Il successo della manifestazione risiede nella sua semplicità, inoltre l'incantevole cornice del lago regala la sensazione di vivere un'autentica atmosfera natalizia.

La sfilata prende ispirazione dai carri di Carnevale e trae le sue origini dalla tradizione contadina perché in passato si girava per il paese coi carri per il bestiame. Poi, negli anni settanta, un gruppo di mandellesi la sera del-



la vigilia di Natale decise di portare in giro un presepe vivente per celebrare la nascita di Gesù. Da allora la sfilata è diventata una consuetudine nota su tutto il Lago di Como e non solo.

"Per noi rappresenta una delle tradizioni più sentite durante il periodo natalizio - spiega

l'assessore al commercio e turismo Silvia Nessi - soprattutto per la sua eccezionalità sul nostro territorio. Inoltre, la manifestazione ha la straordinaria capacità di riunire tutta la società civile mandellese: le famiglie, le associazioni, le scuole e le varie attività commerciali si prodigano con entusiasmo

e minuziosità nell'addobbare un carro o un motocarro che, ogni anno, è unico nella sua fattezza".

Infatti, la partecipazione attiva ed appassionata della comunità mandellese è il vero motore di questa festa che, anno dopo anno, è





in grado di trasmettere ai numerosi avventori un entusiasmo naturale per la memoria e le tradizioni collettive.

“È un evento adatto a tutta la famiglia dai più piccoli alle persone anziane. Ogni vigilia - continua l’assessora - ci riempie d’orgoglio vedere tante persone che vengono da fuori per parteciparvi. Come Comune continueremo a sostenere la sfilata all’interno del programma del Magico Natale che include anche il concorso ‘Andando per Presepi’, un altro evento che mira a coinvolgere ancora di più la nostra comunità. Tornando alla sfilata è un evento antico che piace anche ai giovani, infatti dopo il tradizionale corteo, in piazza mercato c’è anche un dj-set per continuare la serata di festa insieme”.

Il corteo prende puntualmente il **via alle 20:30** da viale della Costituzione ed è guidato dal Corpo Musicale Mandellese che con la sua musica allegra inizia a trasportarci nella gioiosa atmosfera natalizia. Poi i Re Magi a cavallo e gli alpaca ci fanno fare letteralmente un tuffo nel passato. Infine i carri, motocarri o ape car decorati a tema natalizio o fiabesco trasformano Mandello in un vero palcoscenico a cielo aperto pieno di luci, suoni e colori. La sfilata attraversa il centro storico salendo fino a Molina e toccando le varie frazioni per poi riscendere fino a piazza Mercato dove il gruppo degli Alpini distribuisce vin brûlé e caldarroste creando un clima di calore e convivialità.

La sfilata dei carri non è, dunque, **solo** un corteo ma il culmine delle celebrazioni natalizie, un momento in cui l’attesa si converte in festa. Un evento strategico che catalizza

l’energia di un’intera comunità, trasformando un rito tradizionale in uno spettacolo coinvolgente per tutte le età. Inoltre, in un’epoca in cui il turista cerca sempre più esperienze genuine e radicate nel territorio, tradizioni autentiche come la sfilata dei carri di Natale è una risorsa di inestimabile valore che permette a Mandello di differenziarsi dalle altre località lacustri facendo sentire tutti coinvolti in un’esperienza viva e originale.



www.leccofm.it - 3662141376



LECCOfm
VISUAL RADIO STATION

ALCUNI DEI NOSTRI PROGRAMMI

TELECRONACA DIRETTA PARTITA CALCIO LECCO
VENERDÌ - SABATO - DOMENICA

RASSEGNA STAMPA
TUTTI I GIORNI ALLE 8:40

BAR BALICCO 71
MARTEDÌ - GIOVEDÌ

IL CAPPELLO SULLA NOTIZIA
LUNEDÌ - MERCOLEDÌ - VENERDÌ

Per la pubblicità su LECCOfm chiama EMMEPI 0341 285110



San Pietro al Monte, una perla sopra Civate

Di Gloria Valli



Uno dei tesori architettonici più affascinanti del nostro territorio è certamente l'Abbazia romanica di San Pietro al Monte, situata a 662 metri di altezza, nella Valle dell'Oro a Civate. L'abbazia è stata recentemente esclusa dalla lista per diventare bene patrimonio dell'Unesco con grande rammarico della Fondazione Comunitaria del Lecchese e di tutti coloro che prestano il proprio contributo volontario alla valorizzazione di quest'opera di inestimabile pregio artistico e architettonico.

A prendersi cura del complesso monumentale sono i volontari dell'Associazione Amici di San Pietro al Monte che, dal 1975, collaborano alla conservazione e alla manutenzione della basilica, dell'oratorio benedettino e nell'accoglienza dei tanti visitatori che giungono da ogni parte del mondo.

L'Associazione è stata fondata da don Vincenzo Gatti che per oltre cinquant'anni ha coordinato i lavori di restauro e a lui si deve la rinascita stessa di San Pietro al Monte. Oggi i volontari guidati da Andrea Valsecchi continuano a portare avanti il lavoro di don Vincenzo per far splendere ancor di più il meraviglioso complesso mon-



nastico situato alle pendici del Cornizzolo.

Il sodalizio, infatti, per mezzo delle offerte raccolte negli ultimi anni ha sistemato un sentiero per raggiungere più agevolmente il sito, restaurato il ciborio, ripulito gli affreschi, costruito un magazzino completamente interrato destinato a deposito di attrezzi e materiali indispensabili per la quotidiana e straordinaria manutenzione e disposto di un impianto di illuminazione tecnologicamente avanzato nella basilica.

Inoltre, c'è in progetto di rendere agibili gli spazi dell'antico monastero, di cui oggi rimangono solo i resti, per inserirli in nuovi percorsi di visita e di studio, oltre a sistemare quegli spazi inutilizzati all'interno della basilica per ospitare delle mostre.

Raggiungere San Pietro al Monte è possibile solamente a piedi. Si parte dalla località Rii a Civate, in via del Rii, dove ci si arriva in auto. Da lì muniti di bastone e scarponcini da trekking, si raggiunge la località Pozzo e superato il Crotto del Capraio si imbocca il sentiero 10 per il Cornizzolo, passando per la località Oro. Il percorso si sviluppa su un'antica mulattiera acciottolata da cui si può osservare la bellezza dei colori che la natura offre a seconda delle stagioni. Lungo il tragitto si incontrano diverse Casote, gli antichi rifugi





dei pastori costruiti in pietra a secco.

Terminata la mulattiera, ci si addentra nel bosco e inizia il tratto più impegnativo fatto da gradoni in pietra che vi porteranno sino all'Abbazia.

Prima di iniziare la ripida scalinata si può scegliere se proseguire o percorrere il sentiero sulla sinistra, indicato con un cartello di divieto d'accesso alle bici, che porta anch'esso alla Basilica che è molto meno scosceso ma più lungo. Il percorso è stato costruito recentemente grazie all'abile lavoro dei volontari dell'Associazione Amici di San Pietro per permettere il trasporto di materiale da lavoro in cima.

Se scegliete la scalinata lungo il tracciato ci sono diversi pannelli illustrativi che descrivono le bellezze interne ed esterne del complesso e vi consentiranno di tirare il fiato, inoltre, ci sono diversi animali intagliati nel legno difficili da non notare. Una volta in cima e superato l'arco con il motto benedettino "Ora et Labora" ci si trova



di fronte, in tutto il suo splendore, la basilica e l'oratorio di San Benedetto circondato da una rigogliosa radura da cui godersi il meraviglioso panorama sui monti della Brianza, sul lago di Annone, sul monte Barro, e sul Resegone.

Dopo aver goduto della vista mozzafiato si può fare una visita guidata all'interno del complesso in stile romanico accompagnati dalle preparate guide dell'Associazione Amici di San Pietro. All'interno della basilica si possono contemplare i bellissimi affreschi che raffigurano l'Apoteosi finale del Cristo e il Trionfo dei Giusti, oltre che il ciborio, i particolari altorilievi a stucco, la cripta dedicata alla Madonna e l'oratorio che un tempo era un monumento funebre. Inoltre, scoprirete ulteriori dettagli sull'architettura del luogo e sulle origini del

complesso stesso da attribuire in primis ai Longobardi nella seconda metà dell'VIII secolo. Leggenda narra, infatti, che fu re Desiderio a costruirlo per compiere un voto fatto dal figlio, Adelchi, che perse la vista durante una battuta di caccia al cinghiale e poi miracolosamente guarito grazie all'acqua di una sacra fonte sita nei pressi dell'Abbazia.

In seguito, il monastero ha vissuto altre ricostruzioni nel IX secolo e poi tra il X ed l'XI, trasformandosi nella meravigliosa architettura romanica che ancora oggi possiamo ammirare grazie all'immenso lavoro dei volontari che ogni anno accolgono più di 100mila persone.





Christmas Time!



LA MAGIA ROSSA DELL'INVERNO: i segreti delle Stelle di Natale



Quando dicembre bussa alle porte e l'aria profuma di festa, c'è una pianta che più di ogni altra veste le nostre case di calore e colore: la Stella di Natale, con le sue brattee rosso intenso che incorniciano piccoli fiori gialli al centro.

È il simbolo vegetale del Natale, capace di trasformare anche l'angolo più semplice del salotto in un piccolo scenario di festa. Ma dietro la sua bellezza c'è una storia affascinante e, per chi ama il giardinaggio, qualche accortezza da conoscere per farla durare a lungo.

UN DONO CHE PORTA BUONUMORE

La Stella di Natale non è solo bella: diversi studi dimostrano che avere piante in casa migliora l'umore e riduce lo stress, specialmente durante l'inverno. È anche un regalo che parla di affetto e augurio, perfetto per parenti e amici, ma anche per sé stessi.

Coltivarla è come prendersi cura di un piccolo simbolo di gioia: fragile all'apparenza, ma capace (con un po' d'attenzione) di restare viva e colorata molto oltre le feste.

E così, ogni anno, la magia rossa dell'inverno può rifiorire ancora, dentro le nostre case e nei nostri cuori.



UNA STELLA CHE NASCE LONTANO

Nonostante sia diventata un classico delle nostre feste, la **Stella di Natale (Euphorbia pulcherrima)** viene da molto lontano. È originaria del **Messico**, dove cresce spontanea come arbusto e può raggiungere anche tre metri d'altezza. Gli antichi Aztechi la chiamavano Cuetlaxochitl e la consideravano un simbolo di purezza e di rinnovamento.

Il suo legame con il Natale nasce invece nel XIX secolo, quando l'ambasciatore statunitense in Messico, **Joel Poinsett**, ne rimase affascinato e portò alcuni esemplari negli Stati Uniti. Da allora, in inglese, la pianta è nota come Poinsettia. In Europa arrivò poco dopo, conquistando rapidamente vivaisti e appassionati.

ROSSA, MA NON SOLO

Sebbene il rosso sia il colore tradizionale, oggi esistono varietà dalle brattee rosa, bianche, crema o persino marmorizzate, frutto di selezioni e incroci realizzati dai vivaisti. Tutte, però, condividono la stessa eleganza e la stessa esigenza di cure delicate.



Il nome “Stella di Natale” deriva proprio dalla forma delle sue brattee (le foglie colorate) che ricordano una stella, e dal periodo in cui raggiunge il massimo splendore: dicembre.



COME FARLA VIVERE A LUNGO

Molti pensano che la Stella di Natale sia una pianta “a scadenza”, destinata a durare solo il periodo delle feste. In realtà, con qualche attenzione, può accompagnarci per anni.

Ecco i consigli fondamentali:

- **Luce e temperatura:** ama la luce, ma non il sole diretto. Tienila in una stanza luminosa, lontano da correnti d'aria e fonti di calore come termosifoni o caminetti. La temperatura ideale è tra 18 e 22 gradi.
- **Annaffiature:** non bisogna esagerare. Il terreno va mantenuto leggermente umido ma mai fradicio. Un buon trucco è toccare la terra: se è asciutta, aggiungi poca acqua, meglio se a temperatura ambiente.
- **Umidità:** nelle case invernali l'aria è spesso secca; vaporizzare un po' d'acqua intorno alle foglie (senza bagnarle direttamente) aiuta la pianta a stare meglio.
- **Foglie cadenti?** Se le brattee si afflosciano, probabilmente ha preso freddo o troppa acqua. Basta spostarla in un luogo più temperato e controllare l'irrigazione.

E E E E DOPPO LE FESTE ?

A gennaio, quando perde il colore, non gettarla! Taglia i rami a circa 10 cm, riduci le annaffiature e lasciala riposare in un luogo luminoso ma fresco. In primavera potrà tornare a crescere con nuove foglie verdi. In estate puoi anche portarla all'aperto, purché al riparo dal sole diretto.

Per farla “rifiorire” il Natale successivo serve un piccolo trucco: da ottobre, la pianta va tenuta al buio per circa 14 ore al giorno (coprendola con una scatola o spostandola in un ambiente senza luce).

È questo “riposo di buio” che stimola la colorazione delle brattee.



“L'angolo della Lettura”

Per gli appassionati di libri vi proponiamo tre interessanti uscite: un giallo, un romanzo e un'importante ricerca.

Di Gloria Valli

In Superficie

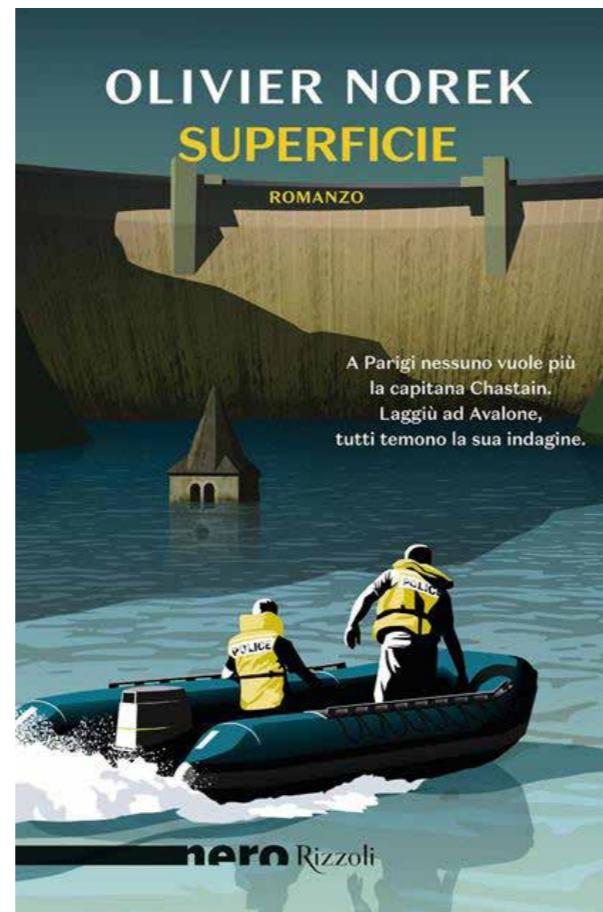
di Oliver Norek



Per i fan del giallo vi proponiamo un appassionante polar campione d'incassi dello scrittore francese Olivier Norek che è stato pubblicato in Italia nel 2022 riscuotendo il favore di critica e pubblico.

L'autore racconta la storia della capitana della squadra antidroga, Noémie Chastain, miracolosamente sopravvissuta dopo essere stata colpita in pieno volto da un colpo di fucile durante un blitz all'interno in una banlieu parigina. Invece che essere elogiata come eroina, per il capitano della Polizia Giudiziaria il suo viso terribilmente sfregiato è un richiamo inquietante ai rischi del mestiere, e di conseguenza potrebbe fiaccare il morale dei colleghi che lavorano con lei.

Così senza fronzoli Chastain viene trasferita ad Avalon, un piccolo villaggio sperduto nella campagna francese, sulla carta per rimettersi in sesto, ma di fatto è un trasferimento strategico per prendere tempo e inchiodarla per sempre a una scrivania. In questa son-



nolenta cittadina di provincia dove nulla accade, la capitana inizia il processo di accettazione del suo nuovo viso e indaga per risolvere un caso che emerge letteralmente in superficie dalle profondità del lago: un cadavere avvolto in un fusto di plastica.

Nulla è ciò che sembra e Chastain dovrà andare oltre le apparenze per dipanare la fitta rete di segreti tessuta dagli abitanti di Avalon, anche se le risposte sembrano essere ormai svanite nelle pieghe del tempo e irrimediabilmente compromesse dalle acque del lago.

AUTORE: Olivier Norek
EDITORE: Rizzoli
COLLANA: Rizzoli narrativa
ANNO EDIZIONE: 2022
PAGINE: 336 p., Brossura
EAN: 9788817147545



Farmacia F.G.S.
Dott.ssa Chiara Gentili Spinola
- I N T R O B I O -



A soli 350 mt dalle Poste

Da noi puoi trovare prodotti di dermocosmesi, erboristici, omeopatici, fitoterapici, cosmetici, sanitari, integratori, prodotti elettromedicali e veterinari.

**APERTO dal LUNEDÌ al SABATO
8.30-12.30 e 15.30-19.30**

FARMACIA GENTILI SPINOLA

Via Vittorio Emanuele II, 31/D

INTROBIO (LC)

Telefono 0341 980332

Whatsapp 335 6640862

Seguiteci sulla pagina

FARMACIA G.S.



F B G P O E Z S D I A N W R I U E F A B G P O E Z S D I A N W R I U E F A B G P O E Z S D I A N W R I U E F A B G P O E Z S D I A N W R I U E

Da Shippo: pasti caldi e gatto ospitale

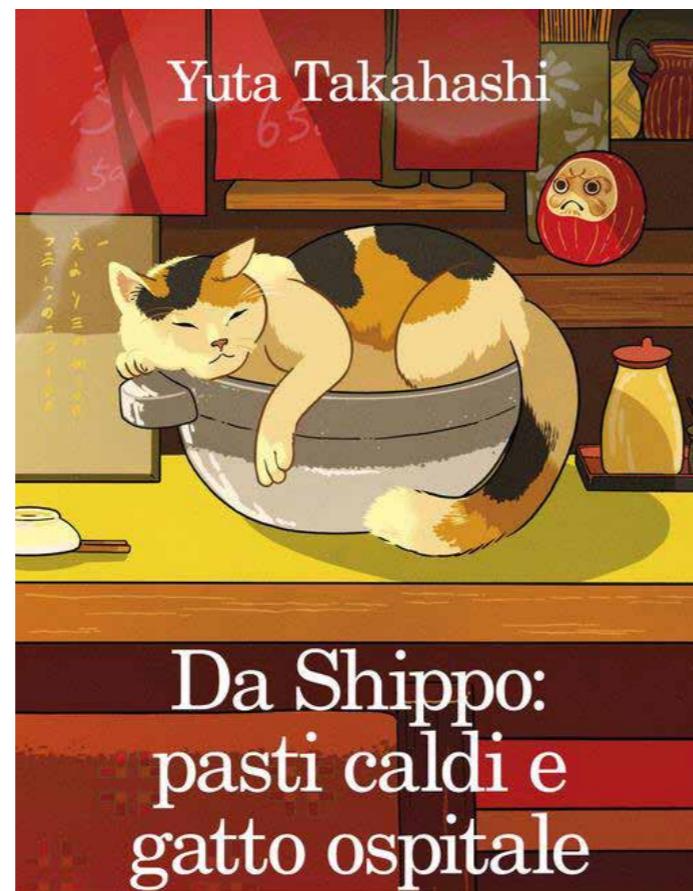
di Yuta Takahashi

Dopo il bestseller 'La locanda dei gatti e dei ricordi', lo scrittore giapponese Yuta Takahashi torna con un nuovo romanzo, un comfort book capace di regalare serenità e fiducia nel prossimo a chi lo legge.

L'autore narra la storia di Tsumugi una cantautrice che, dopo aver perso il lavoro presso l'emittente televisiva locale, si ritrova a vagare senza meta nella cittadina di Kirasazu dove scopre, vicino ad un santuario shintoista, una piccola locanda da un'insolita insegnna: "Da Shippo: pasti caldi a menù fisso, locale con gatto". Aperta la porta d'ingresso è proprio il gatto ad accogliere la ragazza con un affettuoso miagolio. Il locale è caldo e raffinato intriso del profumo del legno, pieno di ceramiche fatte a mano e dove il tempo sembra rallentare.

Il proprietario ruvido nei modi ma dall'animo gentile accoglie Tsumugi e le dà una nuova possibilità lavorativa. Lì conosce i vari avventori: una futura mamma che sta assistendo il marito malato, una ex direttrice d'asilo che vive nella nostalgia dei suoi alunni e del senso di utilità che la sua professione le dava e un timido liceale innamorato.

All'interno della locanda che non è solo un ristorante ma un vero e proprio rifugio emo-



tivo tutti, compresa la protagonista, trovano conforto e speranza. Tra piatti gustosi e confidenze, Tsumugi ritrova entusiasmo per la vita che pur nelle sue difficoltà sa offrire sempre delle seconde possibilità.

AUTORE: Yuta Takahashi
EDITORE: Feltrinelli
COLLANA: Fluo
ANNO EDIZIONE: 2025
PAGINE: 192 p.
EAN: 9788807970061



Il team MP
augura un
buon Natale





Bulldown.Storia di Giada

di Giada Canino e Claudia Conidi Ridola

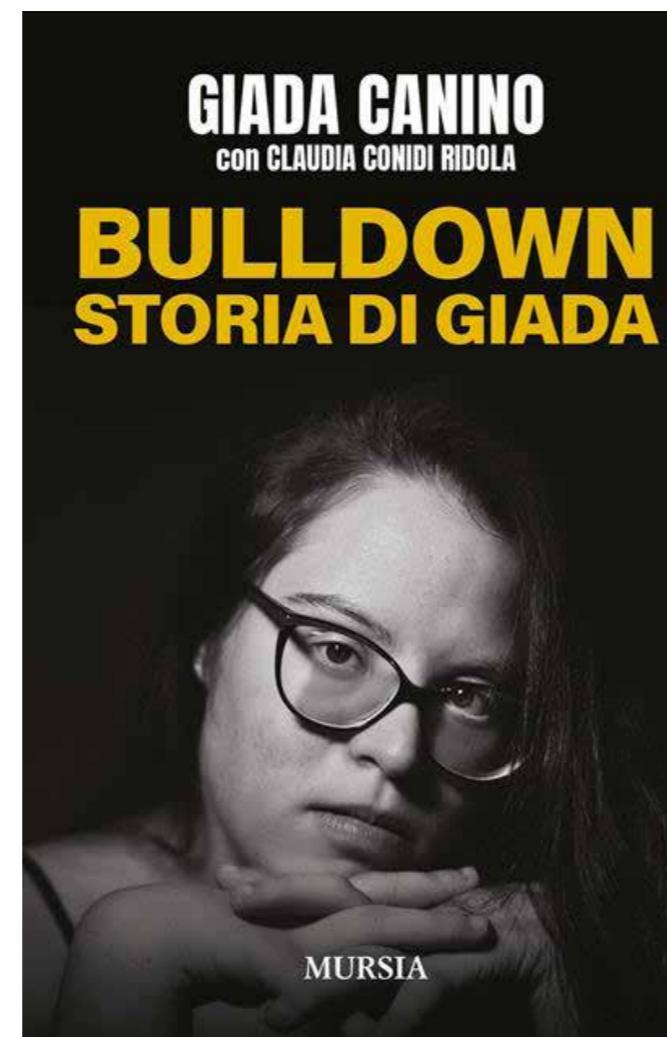


L'avvocatessa e scrittrice, Claudia Conidi Ridola, racconta in Bulldown la storia di Giada Canino, la ventenne calolziese diventata campionessa mondiale di danza sportiva paralimpica superando mille difficoltà e pregiudizi.

Giada è nata con un angelo custode al suo fianco chiamato Trisomia 21, più comunemente detta sindrome di down. Lei, però, vive serenamente la sua vita, sempre col sorriso finché un giorno a scuola un ragazzo le dice che lei è down, e quindi diversa. Allorché Giada si chiede cosa voglia dire essere diversa e cosa normale. Questa è la stessa domanda che si porrà il lettore interrogandosi sul senso delle parole che siamo soliti utilizzare ogni giorno e come queste possano avere un peso specifico molto importante nelle vite altrui.

Giada, infatti, sin da piccola ha subito diversi episodi di bullismo e discriminazione ma nel libro si parla di come la ragazza ha reagito e di come li ha affrontati trasformando il suo dolore in riscatto personale diventando, oggi, testimonial contro il bullismo e cyber-bullismo. Il libro, inoltre, racconta la storia dei genitori di Giada, mamma Lella e papà Elio, e di come le sono stati sempre accanto intraprendendo insieme a lei un percorso di crescita condivisa. Bulldown è un libro semplice che ti entra subito nel cuore e ti insegna il valore della diversità.

AUTORE: Giada Canino, Claudia Conidi Ridola
EDITORE: Mursia
COLLANA: Memoirs
ANNO EDIZIONE: 2025
PAGINE: 96 p., Brossura
EAN: 9788842570004



FARMACIA PRIMALUNA *da 30 anni in Valsassina*

PRIMALUNA

- 📍 Via Provinciale 67
- 📞 0341 982027
- 📞 379 1787411
- ✉ farmaciadiprimaluna@gmail.com
- 🌐 farmaciadiprimaluna.it

CARTA FEDELTA'

Via Provinciale 67, 23818 Primaluna (LC)
farmaciadiprimaluna@gmail.com
farmaciadiprimaluna.it
+39 0341982027
+39 3791787411

Carta valida in entrambi i punti vendita

PARAFARMACIA VALSASSINA

PASTURO

- 📍 Via Provinciale 93
- 📞 0341 955433
- 📞 379 1073687
- ✉ parafarmaciapasturo@gmail.com
- 🌐 parafarmaciavalsassina.it

PARAFARMACIA VALSASSINA

Via Provinciale 93, 23818 Pasturo (LC)
parafarmaciapasturo@gmail.com
parafarmaciavalsassina.it
+39 0341955433
+39 3791073687



UNIVERSITÀ DELLA TERZA ETÀ: un'opportunità per anima e mente

Di Gloria Valli



Albert Einstein diceva che “La mente è come un paracadute, funziona solo se si apre”. Con questo spirito bisogna intraprendere la vita, un viaggio ricco di conoscenze e di esperienze. La curiosità, infatti, non si ferma con l'avanzare dell'età e il nostro cervello va sempre nutrita con nuove nozioni e passioni.

Le Università della Terza Età vengono alla luce proprio con questo intento oltre che essere un'importante occasione di socializzazione per gli anziani. La prima Università

della Terza Età in Italia nasce nel 1975 a Torino, mentre nel lecchese sono arrivate solo recentemente: nel 2012 a Lecco, nel 2019 a Valmadrera e nel 2024 in Valsassina.

Nel capoluogo di provincia l'UTE nasce come associazione senza scopo di lucro grazie alla collaborazione tra i Lions Club del territorio. Le lezioni si tengono il martedì e il giovedì pomeriggio presso Teatro Invito. “Negli anni - come spiega la presidente Cinzia Cesana - il numero dei partecipanti è aumentato in maniera esponenziale passando da 216 a circa

600 iscritti. I nostri corsisti, grazie all'ottimo lavoro della nostra coordinatrice culturale Anna Meda, apprendono nozioni su astrologia, storia, intelligenza artificiale, medicina, arte e molto altro. Inoltre, al mercoledì si tengono incontri di manualità creativa presso Casa Don Guanella. Durante l'anno, inoltre, organizziamo diverse gite didattiche sia in regione che fuori. Al momento dell'iscrizione chiediamo un piccolo contributo al fine di realizzare importanti progetti di finalità sociale”.

“Tra le iniziative più significative c’è il progetto ‘Mai soli se solidali’ per la valorizzazione artistica di via Carlo Porta. Insieme alla Fondazione Comunitaria del Lecchese contribuiamo al premio Paolo Cereda e allo sviluppo di progetti giovanili all'interno delle Rsa. Inoltre, l'Università sostiene il Circolo della Scherma e Actm. Tramite l'associazione Kukula Onlus finanziamo orti sociali in

Madagascar per l'auto sostegno delle donne. Mentre, dall'anno scorso abbiamo scelto di supportare un prestito d'onore di una ragazza che si deve laureare in Medicina. Tutte queste iniziative sono molto apprezzate dai nostri corsisti che vivono le lezioni come una grande opportunità di socializzazione”.

L'importante funzione sociale delle Università della Terza Età è sottolineata anche dall'assessore alla cultura di Valmadrera, Rita Bosisio: “Capita che a lezione si ritrovino le vecchie compagne di scuola delle elementari e si formino dei gruppi che si danno appuntamento di settimana in settimana”.

A Valmadrera il progetto dell'UNI3 è nato sei anni fa con la precedente amministrazione e proseguito dall'attuale guidata dal sindaco Colombo. L'assessore alla cultura racconta il successo dell'iniziativa:





“Sei anni fa agli incontri partecipavano una ventina di persone, ora riempiamo l’auditorium del Centro Culturale Fatebenefratelli. I temi sono molto vari e presentati in maniera leggera stimolando la partecipazione e la curiosità. Le sedici lezioni in programma sono gratuite e si tengono al mercoledì pomeriggio e sono aperte a tutti. Ogni anno cambiamo i relatori e le materie in modo da offrire sempre nuovi stimoli cercando di tenere in considerazione il nostro territorio sia dal punto di vista artistico che produttivo”.

“La teoria poi si traduce in pratica perché anche quest’anno si terranno delle uscite guidate: a febbraio visiteremo la ‘Fornace Artistica Riva’ a Briosco con la prof.ssa Laura Polo D’Ambrosio che poi accompagnerà gli



ALLOGGI PROTETTI PER ANZIANI

La soluzione che mette d'accordo autonomia e assistenza

Gli alloggi protetti per anziani sono appartamenti autonomi dotati di sensori di monitoraggio per la tua sicurezza, con ingresso indipendente, che permettono di accedere a interventi:

- che assicurano la cura e l'assistenza
- per il recupero e/o mantenimento delle proprie capacità
- a sostegno delle relazioni

**7 NUOVI ALLOGGI PROTETTI
a Lecco da giugno 2026**

Pensi che possa essere una buona idea per te o per un tuo caro? Vuoi visitare gli alloggi protetti o opzionare un appartamento senza impegno?

Le prenotazioni sono aperte! Scrivi a: borsieri@sacrafamiglia.org



SACRA FAMIGLIA
Fondazione Onlus

studenti anche alla nuova edizione di ‘Capolavoro per Lecco’. A marzo, invece, ci sarà la visita alla Chiesa de ‘La Santa’ a Civate. Infine a maggio, si potrà trascorrere un’intera giornata in Valtellina con visita alla Madonna della Sassella e alla cantina Negri”.

L’ultima nata in ordine di tempo, a febbraio 2024, è l’Università della Terza Età della Valsassina. Le lezioni si tengono il mercoledì pomeriggio presso la sede della Comunità Montana a Barzio, anche se in questo momento si svolgono in Villa Migliavacca a Introbio.

“L’anno scorso è andata benissimo per essere il primo anno accademico dell’Uniter - conferma il presidente Enrico Baroncelli - abbiamo proposto diverse iniziative di livello tra cui un corso per diventare apicoltori. Quest’anno abbiamo una sessantina di iscritti agli incontri che sono partiti a settembre e che spazie-

ranno dalla storia alla letteratura, dalla filosofia alla cultura enogastronomica, inoltre non mancheranno uscite conviviali per conoscere meglio il nostro territorio”.

Tutte le Università della Terza Età rappresentano, quindi, un modello solidale vincente che incentiva la socializzazione e l’incremento attivo offrendo sempre nuovi stimoli intellettuali e opportunità di confronto che mantengono il cervello attivo e aperto.

Come diceva Einstein solo in questo modo può funzionare.

ERRATA CORRIGE

Nel numero scorso, nell’articolo intitolato: “Non sei solo: l'estate degli anziani con Auser e Anteas” è stato erroneamente indicato Claudio Dossi come presidente di Anteas.

Si precisa che **Claudio Dossi è presidente di Auser Lecco**.

Ce ne scusiamo con l’interessato e con i lettori per l’imprecisione. Si ringrazia per la cortese attenzione.

La direzione e l’editore



grigna
immobiliare

La tua casa in Valsassina

Vende Affitta

VIENI A TROVARCI PRESSO LE NOSTRE SEDI :



BARZIO

Via Roma 41
0341/996571

barzio@immobiliaregrigna.it



MOGGIO

Via Ing. C. Rancilio 1
0341/918078

info@immobiliaregrigna.it



BALLABIO

Via Mazzini 35/d
0341/530697

ballabio@immobiliaregrigna.it

www.immobiliaregrigna.com

SUCCESSIONE E DONAZIONI IN VITA: DONAZIONE O TESTAMENTO?

Di Marcello Villani

Daniele Minussi, notaio in Introbio, con studio anche a Lecco in via Balicco, è uno dei più esperti sulla piazza. A lui abbiamo fatto una domanda semplice e insieme molto complessa: se ho una casa e voglio “darla” ai miei figli o a uno di essi, meglio farlo con donazione (in vita) o testamento (dopo la morte)? I vantaggi e gli svantaggi di una donazione sono il nostro “focus” di questo numero di “Serenamente”.



1) Notaio Minussi, innanzitutto in che periodo storico siamo?

Chi ha figli lo sa bene: oggi la vita, anche se appare molto più confortevole di quanto lo sia stato nel passato, è molto più complicata rispetto a quando un genitore era giovane. Detto in altri termini: l’aspettativa dei ragazzi di oggi è di avere una condizione di minor benessere rispetto a quello goduto dalla generazione che li ha preceduti.

Ecco che scatta allora il desiderio di aiutare il proprio figlio, “anticipando” in un certo senso, quantomeno in parte, il trasferimento della ricchezza di famiglia mentre ancora padre e madre sono in vita. Il patrimonio familiare degli italiani, nonostante una crisi economica

ormai persistente da anni, è ancora cospicuo. Soprattutto gli immobili non mancano. Se si pensa che l’esigenza prioritaria di un giovane è proprio quello di avere un tetto sulla testa, questo spiega perché possa essere opportuno trasferirgli quell’appartamento, prima affittato o addirittura non utilizzato, oppure addirittura pensare a traslocare in una casa più piccola, lasciando il campo al figlio.

Tra l’altro, chi possiede più unità immobiliari sa bene quanto incidano le imposte (IMU), il cui pagamento è ciclico, annuale: una volta divenuto di proprietà del figlio, quella “seconda casa” diventerà la sua “prima casa”, sulla quale, dunque, non sarà più dovuta l’IMU.





Un altro punto a favore della convenienza di disporre in vita dell'immobile in favore del proprio figlio.

2) Detto questo, in base a quale strumento giuridico si può ottenere questo risultato? Come può essere attuato questo risultato?

L'atto con il quale viene trasferito un bene da un soggetto (nel nostro caso un genitore) ad altro soggetto (in ipotesi, il figlio) senza che quest'ultimo corrisponda un corrispettivo (altrimenti si tratterebbe di una compravendita) si chiama donazione. Essa ha luogo quando, appunto, il trasferimento avviene per puro spirto di liberalità, vale a dire con l'intenzione di arricchire il destinatario. Questo risultato, ovviamente, importa un impoverimento in capo al donante. La donazione è un atto che, in un

certo senso, anticipa la successione del donante con un contratto effettuato mentre costui è in vita. Fatte salve le eccezioni di revocazione previste dalla legge (es.: per ingratitudine o sopravvenienza di figli) la donazione, a differenza di una disposizione testamentaria, è definitiva.

3) Insomma, Chi dona non può "tornare indietro", cambiando idea. Se invece faccio testamento, posso sempre ripensarci fino all'ultimo momento. Non è così?

Certamente. E questa differenza è molto rilevante e va tenuta in debita considerazione perché se si immagina di avere in futuro ripensamenti o non è ben sicuro di voler effettuare l'atto, è bene riservarsi la possibilità di meditare meglio, cosa che si può fare disponendo del



bene mediante testamento. Poiché fare una donazione significa spogliarsi in via definitiva di un bene senza ricavarne alcun vantaggio economico, proprio per questo motivo, la legge prevede rigidi formalismi, che servono a richiamare chi vuole disporre della importanza e del significato del suo gesto. Perciò non si può fare a meno dell'atto notarile pubblico e della presenza di due testimoni: il tutto a pena di nullità.

4) La donazione immobiliare può comportare problemi per la futura circolazione dell'immobile donato?

La provenienza donativa di un bene immobile può infatti rappresentare un rischio per l'acquirente e anche un rischio per la banca che dovesse finanziarlo. Questo perchè, se la donazione dovesse, un domani, rivelarsi pregiudizievole per i diritti ereditari dei legittimari (tali gli altri fratelli del donatario e il coniuge del donante), costoro potrebbero impugnar-

la mediante azione di riduzione. Tale rischio, grandemente esagerato in teoria, nella pratica possiede una rilevanza non determinante, potendo per di più essere superato per il tramite del rilascio di una garanzia fidejussoria che copra il rischio.

l'effettiva presenza di rischi per l'acquirente e l'eventuale banca mutuante. La prima domanda che va posta è se il donante è ancora in vita o meno, e dalla risposta si determina la strategia da applicare. Per di più, una volta trascorsi dieci anni dalla morte del donante o, nel caso in cui costui sia già deceduto, se vi sia stata acquiescenza alle disposizioni effettuate da costui da parte di chi potrebbe vantare diritti di legittima, ogni problema può darsi definitivamente superato.

In ogni caso, al fine di valutare la migliore soluzione, da adattare alla concretezza della fattispecie pratica, non è certo consigliabile il "fai da te": meglio rivolgersi al proprio notaio di fiducia che saprà dare la migliore soluzione.



RIPARAZIONI CORNO

Centro Assistenza Elettrodomestici

ASSISTENZA FUORI GARANZIA MULTIMARCA

Electrolux AEG beko GRUNDIG elica Tecnogas

dal 1981 assistenza tecnica specializzata e ricambi elettrodomestici

039.9930076 Scrivici su Whatsapp 0341.282017

ASSISTENZA A DOMICILIO SU LECCO E PROVINCIA



www.riparazionicorno.com
Seguici sulla nostra pagina Riparazioni Corno



TRUFFE AGLI ANZIANI, COME RICONOSCERLE E PREVENIRLE

Di Gloria Valli

Le truffe ai danni degli anziani sono purtroppo sempre più comuni e diffuse, i malviventi infatti non si fanno scrupoli nei loro confronti, vittime predilette perché facilmente circuibili e raggirabili. Le truffe funzionano perché molto spesso i truffatori mettono in scena un vero e proprio spettacolo abilmente costruito e studiato ad hoc nei minimi particolari. Quest'estate anche la Polizia di Stato di Lecco ha aderito alla campagna "Io non ci casco" per contrastare il fenomeno indicando dei consigli utili per riconoscere ed evita-

re alcune delle tecniche più utilizzate dai malviventi.

Innanzitutto bisogna **diffidare** di chi si presenta all'uscio di casa chiedendo del denaro. Bisogna prestare attenzione perché i truffatori abili nell'inganno si presentano come persone affabili e ben vestite indossando i panni di funzionari di enti pubblici, aziende o anche quelli delle forze dell'ordine. Per non farsi raggirare bisogna sapere che gli enti ufficiali come INPS, INAIL o ASL **non inviano mai personale a domicilio senza preavviso** così come gli istituti di credito. Perciò non bi-

sogna mai aprire la porta a chi si presenta in tale veste per vendite, controlli o riscosse. Anche le parrocchie e le organizzazioni benefiche non inviano mai i propri volontari a casa e le comunicazioni avvengono sempre tramite avvisi in luoghi pubblici. Mentre, per riconoscere un vero agente delle forze dell'ordine bisogna analizzare i particolari. Gli agenti non girano mai da soli ma in coppia e in vetture di servizio, quindi se questi non hanno parcheggiato la volante nei pressi della vostra abitazione è un primo segnale sospetto. Inoltre, bisogna capire immediatamente il motivo della visita al proprio domicilio, controllare con cura il tesserino di riconoscimento ed osservare per quanto possibile i particolari della divisa e gli accessori. Se si

sospetta una truffa bisogna chiamare tempestivamente il 112.

Le modalità della truffa possono cambiare negli anni ma il fine è sempre lo stesso: sottrarre l'altrui patrimonio mediante falsificazioni e raggiri.



TRUFFA N°1: falsi tecnici

Una truffa ben calibrata negli anni è Quella del falso operatore del gas o dell'acqua. Alla porta si presentano uomini in tuta o casacca da lavoro con aria impaziente perché non devono perdere tempo e ti spiegano con cortesia che la centrale operativa li ha mandati sul posto per riparare il guasto. Nel caso del gas sono i finti tecnici ad aver precedentemente vaporizzato il pianerottolo e messo in allarme l'anziano con il rischio imminente di esplosione, permettendo ai tecnici di introdursi nella propria casa facendogli perlustrare ogni angolo nascosto oppure chiedono al malcapitato di mettere i preziosi all'interno del frigorifero per salvarli. Nel caso dell'acqua la truffa è diventata ancora più ingegnosa perché è lo stesso malvivente a causare il danno manomettendo i tombini lungo la strada millantando un'ingente perdita idrica, tubi rotti o un sospetto caso di contaminazione dell'acqua per poi introdursi in casa della vittima per poterlo riparare chiedendo in cambio per l'urgenza denaro, ori e preziosi.



TRUFFA N°2: telefonata ingannevole

Una delle più subdole è quella di un falso incidente accaduto ai propri cari: si riceve la telefonata di un falso carabiniere che vi dice che un vostro parente è stato coinvolto in un sinistro ma qualcosa è andato storto con la sua assicurazione e potrebbe avere guai con la giustizia perciò quella voce al telefono vi rassicura suavemente dicendo che basterà pagare una "piccola cauzione" per risolvere i problemi di vostro figlio o nipote, somma da consegnare ad un supposto avvocato che verrà direttamente a ritirare il denaro al vostro domicilio.

Per smascherare l'imbroglio conviene chiamare direttamente il Comando interessato per conferma.

TRUFFA N°3: il finto corriere

Un raggiro sempre più comune è il finto pacco da ritirare per il figlio o il nipote da pagare alla consegna al finto corriere o al finto postino che suona al campanello o al telefono, il pacco naturalmente è vuoto ma quando l'anziano se ne accorge ormai il raggiro è andato in porto. Per precauzione quindi meglio chiamare il proprio parente per verificare la veridicità delle informazioni fornite prima di consegnare soldi a degli sconosciuti.



Per riassumere, le principali regole sono:

- Non aprire mai la porta di casa ad una persona sconosciuta, qualunque pretesto s'inventi per entrarci.
- Mai consegnare soldi o beni materiali a nessuno meno che meno ad un agente delle forze dell'ordine.
- Diffidare delle apparenze infatti un sorriso, un abbraccio o un portamento distinto potrebbero essere un modo per ottenere la vostra fiducia.
- Limitare la confidenza al telefono o sui social network al fine di non fornire ai truffatori dati sensibili che gli stessi useranno per inscenare la truffa.

In caso di telefonata sospetta interrompere immediatamente la chiamata e denunciare i tentativi di truffa ricevuti presso le forze dell'ordine che devono essere contattate per le emergenze al numero 112.

**RICHIEDI LA
TUA CARTA FEDELTA'**

**farmacie
LAGO
E MONTI**

BARZIO - PESCALE - LECCO S. GIOVANNI

OMEOPATIA - PREPARAZIONI GALENICHE - SERVIZI IN TELEMEDICINA
COSMESI - TEST INTOLLERANZE - ORTOPEDIA - NOLEGGIO ELETROMEDICALI

BARZIO	Via Roma, 8 - Tel. 0341	Tel. 0341 996190	APERTI la domenica mattina
MOGGIO - DISPENSARIO	Via Rancilio, 5	Tel. 0341 780218	
LECCO San Giovanni	Via Adamello, 22	Tel. 0341 498008	APERTI la domenica mattina
PESCALE	Via Roma, 96	Tel. 0341 363097	

Tutti gli appuntamenti

da novembre a marzo

LE MOSTRE

• ANTONIO LIGABUE E L'ARTE DEGLI OUTSIDER

Retrospettiva dedicata al percorso umano e artistico del pittore e degli altri outsiders dell'arte del '900 italiano. Prorogata fino al 23 novembre a Palazzo delle Paure, prezzo 12 euro.

• LA LUCE E IL SAPERE II: MEMORIE CONTRO LA GUERRA – DIAPOSITIVE SU VETRO 1915-1918

Al Monastero di Santa Maria del Lavello di CalolzioCorte l'esposizione di diapositive didattiche del primo '900 che documentano luoghi e scenari del primo conflitto mondiale. Dal 24 maggio al 30 dicembre 2025. Ingresso 5 euro.

• AVANTI LA STELLA - MOMENTI DI PESA

Installazione en plein air di Carlo Borlenghi dedicata alla Pesa Vegia sulle vetrine di edifici pubblici e negozi bellanesi. Un viaggio fotografico tra simboli, tradizione e identità che dura fino al 20 marzo 2026.

• SOUVENIR. TURISTI IN BRIANZA E DALLA BRIANZA IN ALTRI LUOGHI

AI MEAB di Galbiate la mostra a cura di Massimo Pirovano propone un viaggio nel tempo alla scoperta del turismo in Brianza, un fenomeno che per oltre due secoli ha segnato il territorio. La mostra sarà visitabile fino al 28 giugno 2026, costo 2 euro

• LA NATURA CI OSSERVA

Le opere di quattro artiste esplorano il rapporto tra essere umano e natura, il dialogo tra femminile e maschile, e il ruolo della cultura, dell'economia e del consumo. Fino al 16 novembre in Torre Viscontea, ingresso libero.

• CON GLI OCCHI DI UNA DONNA

Mostra fotografica organizzata da Emergency della street artist afghana Shamsia Hassani. Dal 22 al 29 novembre presso la biblioteca di Suello, ingresso libero.

• MOSTRA DEI PRESEPI E DIORAMI

In Torre Viscontea la 14^a mostra di presepi artigianali e diorami dal 1° dicembre al 12 gennaio 2026, ingresso libero.

EVENTI

• FESTIVAL NAZIONALE DI TEATRO - CITTÀ DI MERATE, dal 4 ottobre al 29 novembre

Nona edizione della rassegna teatrale organizzata da Ronzinante nell'Auditorium Giusi Spezzaferri a Merate.

• ESTATE DI SAN MARTINO, nel mese di novembre

Rassegna culturale-religiosa organizzata dalla Comunità Montana Lario Orientale-Valle San Martino che esplora il paesaggio, la cultura e le tradizioni locali con eventi dei comuni della Valle.

• PRESEPIANDO 2025/26

Durante il periodo natalizio e nelle domeniche di gennaio è possibile visitare la mostra di presepi tradizionali alla casa del presepe a Bulciaghetto in via sant'Agostino 21.

• GIRO DELLE CASCINE, 43^a edizione

Marcia ludico motoria di 7-14-21 km con partenza e arrivo a Monticello Brianza.

Un percorso impegnativo con saliscendi su strade e sentieri della Brianza

• RASSEGNA DEL TEATRO DIALETTALE 32^a edizione

La Rassegna del Teatro Dialettale di Calco si svolgerà da febbraio ad aprile 2026. La rassegna, giunta alla 32^a edizione, si terrà presso l'auditorium San Vigilio e offrirà sei spettacoli serali.

• LUCI SU LECCO da fine novembre al 7 gennaio

Proiezioni e le luminarie natalizie in piazza XX Settembre, piazza Cermenati e lungo le vie della città di Lecco. Dal 22 novembre 2025 al 7 gennaio 2026, tutti i giorni dalle 17:00 alle 23.30. Inaugurazione il 22 novembre alle ore 17:00 in piazza XX Settembre.

MANIFESTAZIONI

• FESTA DI SAN NICOLÒ, 6 dicembre

Il Comune di Lecco celebra il suo santo patrono con una serie di iniziative che a inizio dicembre offriranno a cittadini e visitatori momenti di socialità e di riscoperta delle tradizioni locali.

• TUBA SOTTO L'ALBERO

Evento musicale all'aperto a cui partecipa un gruppo di suonatori di tuba e euphonium che solitamente si riunisce sotto l'albero di Natale di piazza XX settembre a Lecco.

• SANTO NATALE e CAPODANNO, 25 e 31 dicembre

Eventi e celebrazioni nelle varie parrocchie della città e in provincia

• LECCO MAGICO NATALE

Mercatini, luci, pista del ghiaccio e decorazioni scintillanti tra le vie del centro storico di Lecco.

• PESA VEGIA, 5 gennaio

La Pesa Vegia è un immancabile appuntamento delle festività natalizie: da oltre 4 secoli i bellanesi inscenano il corteo dei magi, la corsa delle pese e il falò sul molo.

• CAVALCATA DEI TRE RE, 5 gennaio

A premane una grande folla segue i Re Magi intonando un antico canto dei "Tre Re"; alla fine del percorso viene allestito un presepe vivente situato sul sagrato della chiesa parrocchiale.

• CORTEO STORICO DELLA VALLE SAN MARTINO, 6 gennaio

Tradizionale corteo storico con 300 personaggi in costume d'epoca che si svolge ogni anno per le vie di CalolzioCorte.

• LA NOTTE DEI MAGI, 6 gennaio

Un'occasione speciale per coinvolgere abitanti e turisti di ogni età in una rappresentazione che propone anche la riscoperta di tradizioni, mestieri e cucina della comunità montana di Esino Lario.



LTM LECCHESI TURISMO MANIFESTAZIONI

www.ltmlecco.it

PER RESTARE AGGIORNATO SU TUTTI GLI EVENTI

Inquadra il QR code o scrivi al numero +39 351 068 1466

Seguici anche sui nostri social!



 [eventi_ltm](#)

 [Ltm Lecchese Turismo Manifestazioni](#)

EMMEPI
comunication

*Agenzia di pubblicità
a servizio completo*



LECCO - Via T. Speri, 2 - Tel. 0341 285110 - info@emmegroup.it

Per questo Natale fai Un regalo davvero speciale



Regala un articolo creato su misura per chi ami



Abbigliamento, gadget e stampe
tutto personalizzato!

Lecco Via Tito speri 4 - 0341 283823 - 351 2590635