

**IL VERDE**

**Il giardino  
d'inverno  
non ha paura  
del freddo**

A PAGINA 11



**IL PASSATO**

**Un vero  
e proprio  
bagno  
di nostalgia**

A PAGINA 12



**IL BENESSERE**

**Una palestra  
all'interno  
delle mura  
domestiche**

A PAGINA 15

# *in*Casa

TUTTO CIÒ CHE VI RIGUARDA

AUTUNNO 2016

**ilcaffè**

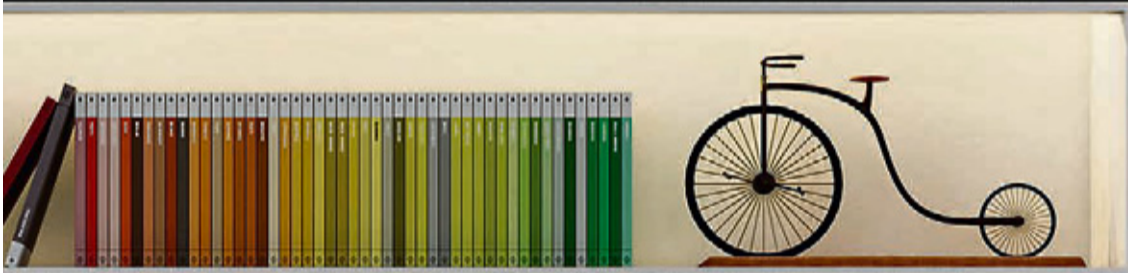
**La tendenza**  
**Il relax**

La cucina del futuro è tornata all'età della pietra  
Il divano sfida la poltrona e in salotto ora vince...

PAGINA 7

PAGINA 9

## A casa mi riscaldo così



**Geotermia, biomassa  
o energia solare...  
Tante le tecnologie  
moderne per dare calore  
alle abitazioni, ma prima  
bisogna sempre isolare**



## Il calore



# Con i piedi al caldo

Geotermia, biomassa o energia solare, ma... occorre prima isolare

MASSIMO SCHIRA

**P**arola d'ordine, prima di riscaldare, occorre evitare gli sprechi. Il maggiore potenziale di risparmio può infatti essere realizzato se le perdite di energia vengono limitate al massimo. È quindi importante già a partire dalla costruzione di un edificio o dal suo ammodernamento, tener conto del principio secondo cui quanto più isolato è un immobile (o parte di esso), tanto più ridotto e a basso consumo potrà essere anche l'impianto di riscaldamento. Bisogna insomma curare anche "l'involucro" della casa, partendo dal tetto, scendendo fino in cantina, senza dimenticare di avere porte e finestre ben isolate. Come del resto suggerisce anche l'Ufficio federale dell'energia.

Tutto ben isolato? A questo punto, non vi resta che sbizzarrirvi nel cercare tra le nuove tecnologie

**Le tecnologie disponibili per le case sono in evoluzione e offrono soluzioni integrate e votate al maggior risparmio**

l'impianto di riscaldamento che preferite. Anche se la soluzione migliore, stando alle ultime tendenze indicate dagli esperti, sembra essere quella dell'integrazione tra varie fonti energetiche. Un trend che registra comunque una certa crescita della geotermia, settore che vede la Svizzera ai primi posti a livello internazionale per l'utilizzo di quella definita "poco profonda", quindi destinata anche alle abitazioni monofamiliari e plurifamiliari. Anche se la produzione in termini di MWh per abitante è ancora lontana dai livelli dell'Islanda, il sistema che prevede l'inserimento di scambiatori di calore nel sottosuolo è molto apprezzato. Non da ultimo perché permette anche di raffreddare i locali durante l'estate seguendo il "principio inverso" rispetto a quanto succede d'inverno. Quando



**STUFETTA BRUNO MINI DA 9 KW**  
Comoda e piccola scalda locali fino a 180m quadri. Con catalizzatore e ventilazione



**L'ACQUA BOLLENTE**  
Altro rimedio è la borsa dell'acqua calda, che aiuta non solo quando si è influenzati ma anche per scaldare il letto



**PANTOFOLE CALDE**  
Non per forza i pavimenti di casa devono essere bollenti. Basta essere previdenti, ad esempio con un paio di pantofole calde

**FINESTRE ISOLATE O PICCOLE ASTUZIE**  
Molti vecchi edifici hanno infissi vecchi che lasciano filtrare l'aria fredda. Eppure bastano piccoli accorgimenti





**IL RISPARMIO**

## Un grado in meno non cambia la vita, ma la bolletta... sì

**VECCHIO E MODERNO**  
Le abitazioni moderne prevedono accorgimenti per trattenere il calore

Ad essere estremamente importanti nella regolazione dei consumi, dell'inquinamento e delle spese per il riscaldamento degli immobili sono anche le decisioni personali dell'utente. Dalla temperatura scelta per la casa ad eventuali investimenti per un'ottimizzazione dell'efficienza energetica dell'abitazione. L'aspetto più interessante da sottolineare per quanto concerne le scelte personali, è che un leggero abbassamento della temperatura in casa si può attuare in poche ore - spiegano gli esperti nell'ambito della società a 2.000 Watt - e gli effetti sono chiaramente riscontrabili. Ogni grado in meno richiesto all'impianto di riscaldamento permette di risparmiare circa il 7% di energia. Passare, ad esempio, da 24 a 22 gradi in casa non comporta certo un cambiamento radicale nel modo di vivere, ma consente di contenere i costi e le emissioni di quasi il 15%. È una percentuale notevole, se si pensa che stiamo parlando della differenza tra il restare a casa in t-shirt, oppure indossare un maglioncino leggero. Un piccolo gesto che incide comunque certamente anche sulla bolletta. E di questi tempi...



Un altro aspetto su cui si insiste molto è invece quello dell'efficienza energetica delle costruzioni. Dalle tecnologie Minergie che sfruttano le più recenti conoscenze in materia di risparmio, passando per l'esigenza di vivere in immobili meglio isolati, per evitare che il calore si disperda troppo facilmente, facendo crescere i consumi e, quindi, anche le im-

missioni nell'ambiente. A differenza della scelta personale per la temperatura, l'isolazione di un immobile o la qualità di porte e finestre non è comunque un problema che può essere risolto da un giorno all'altro. Richiede tempo e anche investimenti piuttosto onerosi. La tendenza in Svizzera è però quella di puntare su abitazioni più efficienti e non prevede a corto termine inversioni di tendenza spinte solo e soltanto da un minor costo temporaneo delle energie fossili.

Alle vecchie tecnologie, secondo gli esperti, si continueranno a preferire quelle più moderne e più efficienti, anche se azzardare previsioni troppo a lungo termine è rischioso, anche se negli ultimi tempi ci sono stati infatti molti cambiamenti e non si può escludere qualche sorpresa negli anni a venire. Il trend è comunque quello di andare verso impianti che integrino sempre più le varie tecnologie disponibili. Ad esempio energia solare e geotermia (vedi articolo principale).



## Il teleriscaldamento rinasce anche grazie alle fonti rinnovabili

L'idea di impiegare le eccellenze di calore provenienti dai grandi impianti di produzione di energia e di incenerimento dei rifiuti per riscaldare edifici residenziali e commerciali e soddisfare il relativo fabbisogno di calore è indubbiamente innovativa, ma non nuova. Ne sono testimoni i noti progetti di teleriscaldamento degli anni Sessanta e Settanta. Energia2000, il programma della Confederazione che ha preceduto SvizzeraEnergia, promuoveva l'impiego del calore residuo con il teleriscaldamento attraverso iniziative mirate. Oggi il teleriscaldamento torna alla ribalta anche nell'ambito delle energie rinnovabili, grazie all'impiego di grandi centrali termiche a legna e impianti geotermici. Il calore a distanza viene prodotto in un impianto centrale, ad esempio una centrale termica a legna o un impianto di incenerimento dei rifiuti o dei trucioli di legna, e successivamente distribuito agli utenti attraverso una rete di condutture sotto forma di acqua calda destinata al riscaldamento degli edifici e alla produzione di acqua calda.



## Ora aprire le finestre diventa "superfluo" grazie alle ventilazioni

Gli impianti di ventilazione controllata dei locali rientrano oggi sempre più spesso nella dotazione standard dell'impiantistica degli edifici di nuova costruzione e di quelli interamente risanati. La ventilazione controllata dei locali convoglia aria fresca nei locali 24 ore su 24, in modo automatico, senza formare correnti d'aria. Il sistema espelle l'aria aspirata e gli odori attraverso il sistema di evacuazione dell'aria. Diventa così superfluo aerare regolarmente i locali e si recupera così il prezioso calore che altrimenti andrebbe perso aprendo le finestre.

La ventilazione controllata dei locali espelle automaticamente l'aria aspirata e gli eventuali odori attraverso le condotte di sfogo. Al tempo stesso, l'aria fresca e ricca di ossigeno affluisce nei vari locali attraverso la rete di condotte di alimentazione dell'aria. L'aria in entrata viene depurata da filtri ad alta efficacia che trattengono polvere, impurità e pollini. Tra le vostre quattro mura potrete così usufruire di un'eccellente qualità dell'aria, ciò che favorisce sensibilmente il comfort abitativo di tutti e non solo di chi soffre di allergie. Anche i rumori molesti non entrano in casa.

locali sono molto caldi, il sottosuolo è certamente più freddo. Analogamente quando i locali sono freddi, a qualche decina di metri di profondità troviamo temperature chiaramente superiori. Gli impianti geotermici sono in grado di far scambiare queste temperature a piacimento.

Altro settore in forte evoluzione in Svizzera è quello del fotovoltaico, che coinvolge sempre più spesso anche le tecnologie di riscaldamento domestico e non più soltanto la produzione di energia elettrica. Nelle abitazioni si può infatti utilizzare l'energia solare termica, sia per la produzione dell'acqua calda sanitaria, sia per il riscaldamento. In effetti, l'energia solare termica offre sinergie di costo in caso di sostituzione della caldaia, ad esempio attraverso uno scaldacqua. È una soluzione semplice e conveniente per la quale la maggior parte dei Cantoni offre anche incentivi e aiuti. Molto interessante anche la tecnologia che permette di raffreddare, un po' come succede con i sistemi geotermici. Potrebbe sembrare una contraddizione di termini, ma con il sole si può anche raffreddare.

**Oltre ad aumentare la temperatura molti nuovi impianti sono in grado anche di raffreddare, grazie agli scambiatori di calore e alle pompe**

Una tecnologia già parecchio in uso in Spagna e in alcune zone della Germania sta iniziando a far breccia anche in Svizzera con l'apparizione dei primi impianti di ultima generazione.

La Svizzera è poi un Paese ricco di foreste e quindi anche tutto il settore dell'energia fornita attraverso la legna risulta particolarmente interessante e al centro di una progressiva evoluzione tecnologica. Che si divide in due settori principali: quello dei ceppi e quello del pellet. Impianti che dotati dei corretti filtri ed utilizzati secondo le norme sono anche ad impatto neutro dal punto di vista delle emissioni di anidride carbonica, quindi non subiscono alcun influsso dal profilo dei costi per quanto attiene alle tasse sul Co2.

Dal profilo generale, sono comunque ancora sempre le energie fossili a fare la parte del leone in Svizzera con i sistemi di riscaldamento ad olio combustibile ad essere ancora ampiamente diffusi sul territorio. Anche in questo ambito, però, i passi avanti dal profilo tecnologico e della cura dell'impatto ambientale sono stati notevoli negli ultimi anni. Soprattutto perché agli impianti sono state abbinate abitazioni più efficienti dal profilo energetico.

mschira@caffe.ch  
@MassimoSchira

**Le possibilità**

**1 LE POMPE DI CALORE**

Si tratta della produzione di energia termica estratta dal suolo, dalla falda freatica (dall'acqua) o anche dall'aria. Le soluzioni sono diverse



**2 CON L'ENERGIA DEL SOLE**

Attraverso il sole si può ottenere un ottimo impianto di riscaldamento. Capace anche di raffreddare la casa nei mesi estivi di gran caldo

**3 LA BIOMASSA DA SFRUTTARE**

La Svizzera è ricca in legna e la tecnologia evolve molto rapidamente anche per gli impianti a ceppi o a pellet. Raggiungendo le emissioni zero

**4 GAS E GASOLIO TRADIZIONALI**

Molto più evolute rispetto al passato sono anche le caldaie a gas o a gasolio. Sono le più tradizionali e sono ancora molto diffuse in Svizzera

**5 LA VARIANTE TELERISCALDAMENTO**

In diverse zone, anche in Ticino, stanno nascendo vere e proprie centrali di teleriscaldamento, capaci di rifornire interi quartieri con un'offerta unica



**LA CLASSICA COPERTA**  
Ce n'è per tutti i gusti e per tutte le tasche, ma sul divano, davanti alla tv, restano un must le coperte

**LE "VECCHIE" CALZE DELLA NONNA**

Un buon metodo per tenere i piedi al caldo sono gli intramontabili calzoncini di lana della nonna



## Con il Combi-Steam cucinare diventa un piacere.

V-ZUG vi facilita la vita con soluzioni semplici e individuali, ad esempio per cucinare. Il nuovo Combi-Steam MSLQ è il primo apparecchio al mondo in cui si riuniscono le modalità di cottura a calore convenzionale, vapore e microonde. Così cucinare in maniera sana e veloce è un vero passatempo: [vzug.com](http://vzug.com)

### Nuova esposizione

V-ZUG SA, Viale Portone 3, 6500 Bellinzona  
tel. 058 767 38 20, fax 058 767 38 29, [bellinzona@vzug.com](mailto:bellinzona@vzug.com)



La perfezione svizzera a casa vostra

## Gli investimenti.

Come orientarsi nella giungla dei tassi d'interesse, dei profili di rischio e delle trattative



# Proprietari Si diventa

I tassi ipotecari bassi e l'ampia offerta di immobili, specie sul mercato ticinese, rendono l'attuale momento assai interessante per chi vuole acquistare una casa o un appartamento. Per riuscire a concludere felicemente il proprio "affare", però, ci sono alcune regole generali da osservare. A partire dall'accensione di una ipoteca in banca

**L'EVOLUZIONE DEL MERCATO**  
La Svizzera per molti anni è stato un Paese in cui si viveva in affitto ma oggi i tassi ipotecari favorevoli e l'evoluzione del mercato hanno spinto molte persone all'acquisto della casa

### Tassi d'interesse



**N**ei prossimi 12 mesi la fascia degli interessi di riferimento dovrebbe restare invariata tra -1,25% e -0,25% (stima Credit Suisse, settembre 2016). Pertanto i tassi sulle ipoteche flex-rollover (cioè a tasso variabile) permarranno sui loro minimi. Per quanto riguarda i tassi d'interesse delle ipoteche fix (cioè a tasso fisso) l'andamento dipenderà dai costi di garanzia, che attualmente generano interessi negativi per gli istituti finanziari.

Su 12 mesi, nell'ambito delle ipoteche fix con scadenze medio-brevi, ci si deve attendere complessivamente un movimento marginale. Al contrario, per le scadenze lunghe, i tassi d'interesse dovrebbero crescere leggermente di 5-30 punti base. È quindi necessario valutare con attenzione le differenti offerte, basandosi in primo luogo sulla proiezione della propria disponibilità salariale e di eventuali capitali.

### Profilo di rischio



**C**ontrarre una ipoteca immobiliare, come qualsiasi prestito bancario, presuppone avere chiaro il proprio profilo di rischio. Qualsiasi banca offre soluzioni adatte ai diversi profili. Se, per esempio, il profilo di rischio è orientato alla sicurezza, cioè si teme l'oscillazione dei tassi e si è poco flessibili ad affrontarla, e ci si orienta su una restituzione dell'ipoteca a medio-lungo termine, è consigliabile accedere a prodotti ipotecari con durate differenziate: 40% ipoteca a tasso fisso a 8 anni o 60% a 12 anni; se, invece, il profilo d'investitore è più dinamico, cioè aperto al rischio dell'oscillazione dei tassi con un orizzonte di estinzione del debito a breve, si può prevedere un mix ipotecario con un 30% dell'ipoteca a tasso fisso e 70% a tasso variabile. Ma, come detto, ogni profilo di rischio è personale: conviene sempre quindi affidarsi ad un consulente di fiducia e valutare più soluzioni. Il fai-da-te in questo campo non esiste.

### Il capitale iniziale



**L**a quota di capitale proprio richiesta per acquistare una proprietà abitativa è generalmente di almeno il 20 per cento. A questa quota si aggiungono i costi accessori all'acquisto, le imposte e le tasse legate alla conclusione della transazione e alla registrazione della proprietà fondiaria presso le autorità, nonché i diritti di agenzia, se ci si affida ad un'intermediazione professionale.

Il capitale proprio può essere composto da somme liquide in conto corrente, titoli azionari, account di quote ereditarie, donazioni ricevute, prestiti da parte di parenti o amici, fondi di previdenza, quote assicurative.

Attenzione: in caso di finanziamento mediante ipoteca è richiesto che una quota minima del 10% del capitale proprio non provenga dagli averi della cassa pensione o del terzo pilastro. Ma da fondi propri in senso stretto.

### La trattativa



**L**a prima ipoteca può generalmente ammontare fino a circa il 65% del valore dell'immobile; se questa percentuale non è sufficiente per il finanziamento, si può accendere una seconda ipoteca fino a raggiungere l'80%, ossia per un ulteriore 15%. Dato che in questo caso il rischio è maggiore, in genere le banche riscuotono un interesse più elevato. È sempre utile, però, documentarsi e farsi un'idea delle offerte ipotecarie: tutte le maggiori banche svizzere sui loro siti internet espongono soluzioni ipotecarie a tasso fisso e variabile secondo diversi profili di rischio. Un colloquio preliminare con due o tre consulenti di banche diverse consente di farsi un'idea. Poi, vale sempre la fiducia riposta come clienti verso la propria banca.

In ogni caso è opportuno valutare più offerte, in modo da capire bene le differenze e scegliere la via migliore per il proprio profilo.

Publicità

**Leggeteci a mezzanotte.**

La versione digitale del Caffè nella notte tra sabato e domenica.

**PROVALO, È GRATIS PER SEMPRE!**

Sul sito [caffè.ch](http://caffè.ch) trovate anche lo sfogliatore e-paper

real estate  
interior design  
residence services

lindo 'home'

via varenna 46  
ch - 6600 locarno

tel +41.91.751 43 47  
[www.lindohome.ch](http://www.lindohome.ch)

Scopri tutte le novità su  
[www.sapori-saperi.ch](http://www.sapori-saperi.ch)

# sapori saperi

15<sup>a</sup> edizione



## Mercato Coperto Giubiasco

21-23 ottobre

Fiera dei Prodotti Agroalimentari Ticinesi

Venerdì 17:00 - 21:00

Sabato 10:00 - 21:00

Domenica 10:00 - 19:00

alpina**VERA**  
+ cooperazione

Ingresso gratuito

Svizzera. Naturalmente.

Promotore



Sponsor principale

**MIGROS TICINO**

Media Partner



Organizzazione



Sponsor



GASTRO**TICINO**



**TICINOWINE**  
promozione vitivinicola ticinese



## Le cucine.

L'alternativa al "teflon" arriva dal... passato. Un materiale duro ma anche duttile, che permette una cucina sana ed è facile da utilizzare



### L'ESTREMA DUTTILITÀ DELLA PIETRA OLLARE

La sua duttilità permette di ottenere lastre dalle dimensioni e della forma desiderata, poi impiegate per la costruzione di piastre per la cottura all'aperto o come base per la produzione di stufe o di pentole

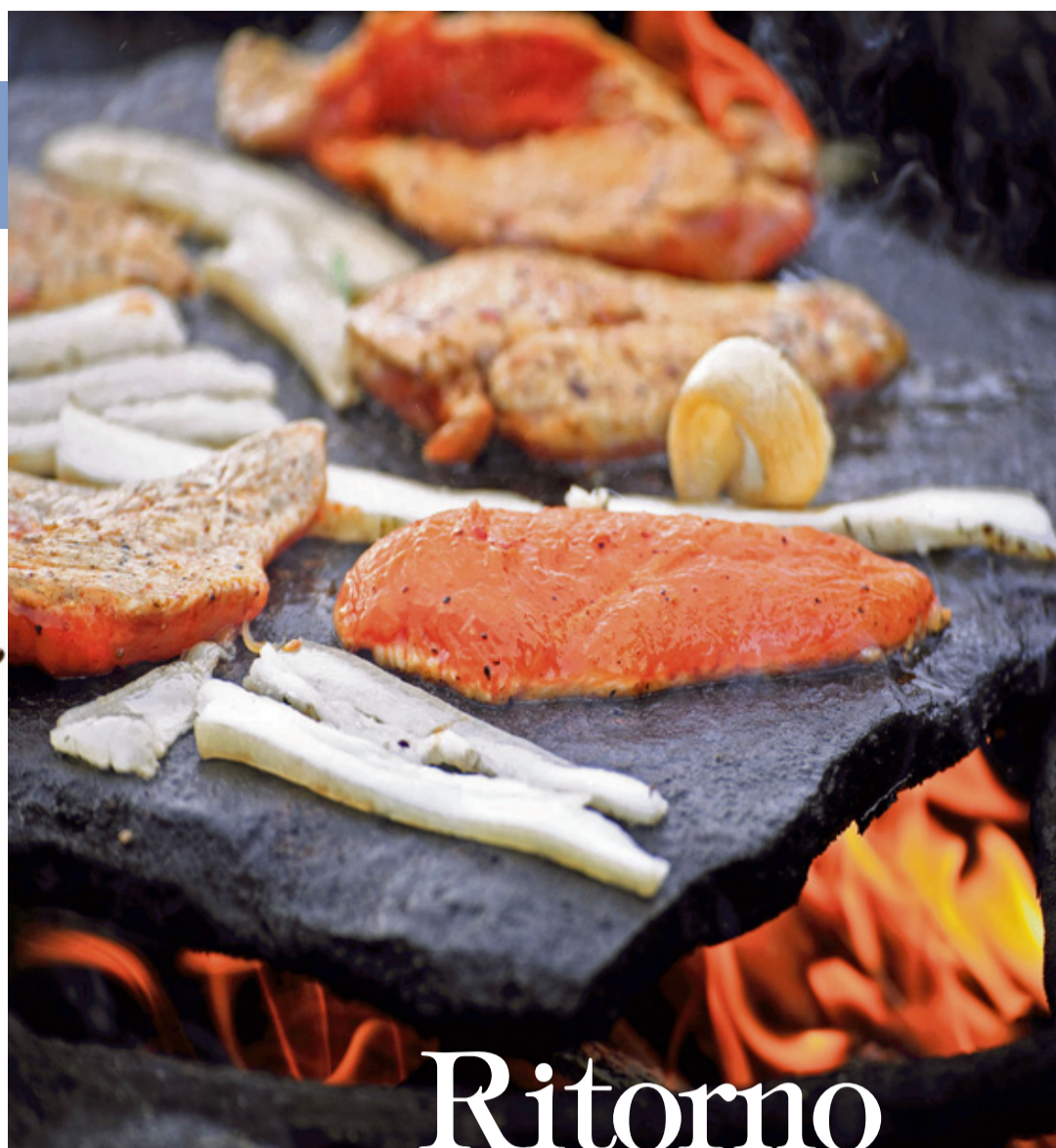
### TEMPERATURA COSTANTE

Pentole e piastre in pietra ollare si scaldano lentamente e, raggiunta la temperatura desiderata, la mantengono costante per un lungo periodo. Niente bruciature, quindi. Il materiale antiaderente non rende necessaria l'aggiunta di...



### NESSUN UTILIZZO DI OLI O GRASSI

... Nessuna aggiunta di olio, burro o altri grassi per cucinare con la pietra ollare. Per cuocere e dare sapore gli alimenti sulla piastra o in pentola basta appena un poco di erbe o delle spezie



# Ritorno all'età della pietra

La pietra ollare è l'ultima frontiera della cottura: è una roccia, può assumere colorazioni diverse, dal grigio al verde al nero, ed è diffusa in tutto il mondo. Il termine "ollare" deriva dal latino "olla", che significa pentola. Di questo materiale sono fatte le piastre per la cottura sulla brace e pure le stufe, le pentole e le padelle. Ideale per una cucina sana e dietetica, la pietra ollare è perfetta per carni e verdure e si rivela una salutare alternativa alla cottura sulla griglia classica. Inoltre, non utilizzando oli o grassi vengono mantenuti i valori nutritivi degli alimenti. Unico handicap delle pentole è la manutenzione, ma s'impara in fretta, e il loro costo è di almeno il doppio di una normale casseruola in alluminio antiaderente.

**Fino ad oggi considerato un elemento povero della tradizione il "sasso" è ormai uno status symbol**

Caratteristica principale della pietra ollare è la capacità di distribuire il calore in modo uniforme e di mantenerlo a lungo, anche se tenuta lontana dal fuoco. È molto duttile e permette di ottenere lastre di varie forme e dimensioni che resistono molto bene, senza modificarsi, agli sbalzi termici. La sua capacità di conduzione termica può essere anche di dieci volte maggiore rispetto alle pentole tradizionali. Ottimo questo materiale anche la sua capacità di accumulare calore.

Il maggior vantaggio della pietra ollare con-

siste nel poterla utilizzare per cucinare senza l'aggiunta di grassi. Per cuocere e dare sapore agli alimenti, sulla piastra o in pentola, basta aggiungere erbe o spezie, oppure marinare prima gli ingredienti, ad esempio nel vino. Il condimento va fatto dopo, a parte, su un piatto o un vassoio. Oltre a ciò, la cottura risulta molto uniforme. I cibi si cuociono senza attaccarsi sul fondo. Unica precauzione, sia la piastra che le pentole devono essere riscaldate lentamente. È sufficiente una fiamma molto bassa per mantenere una temperatura costante. Inoltre, conservata sia al freddo che al caldo non assorbe gli odori degli alimenti. Ottima per cucinare una fiorentina o fette sottili di carne, che basterà scottare soltanto per pochi minuti. Ideale anche per cuocere i gamberi o altri tipi di pesce, ma anche i formaggi tipo scamorza o provola e varie verdure tagliate fini. Oltre ad essere molto resistente all'usura del tempo, è pressoché eterna e quindi essere tramandata di generazione in generazione senza alcuna alterazione delle sue caratteristiche.

Di pietra possono essere anche gli ambienti, che richiamano alla tradizione dei nostri avi. Mentre dai nuclei dei villaggi spariscono le cosiddette "cucine economiche", che sono servite a intere generazioni, non solo per la preparazione dei cibi, ma anche come modo per riscaldare, i designer più moderni stanno riscoprendo la proprietà termiche della pietra. D'estate infatti conservano l'ambiente fresco, mentre d'inverno, se riscaldate dall'interno, mantengono il locale ad una temperatura gradevole. r.c.

L'esperienza di un tempo unita alle tecniche moderne per ottenere il meglio da questa roccia resistente alle alte temperature

### I MATERIALI



### LE CUCINE CAPRICCI DEGLI ARCHISTAR

Il pallino più recente degli archistar è la creazione di cucine dagli stili unici e innovativi. Ideati e pensati per chi ha gusti esigenti, sono vere opere d'arte in eterno equilibrio tra modernità e tradizione

### IL CARATTERE UNICO DELLA PIETRA NATURALE

pani di lavoro in pietra naturale conferiscono alla cucina un carattere inconfondibile. Le lastre in pietra naturale sono di granito, gneiss e altre rocce e variano a seconda della colorazione e delle venature



### LA PIETRA ACRILICA PRATICITÀ E DESIGN

I pannelli di pietra acrilica sono realizzati in materiale legato con resina. Il materiale delle superfici è resistente e il piano di lavoro è senza giunture visibili. Disponibili in diversi colori e variazioni si rivelano una pratica alternativa

Pubblicità



## OTTOBRE 50% DI SCONTO\*

### IL DIVANO CHE TI CAMBIA LO STILE DI VITA

LEDER DIVANI // CH-6594 CONTONE // VIA CANTONALE  
+41(0)91 858 20 50 // WWW.LEDERDIVANI.CH

**LEDER** DIVANI  
CONTONE  SVIZZERA

\*IL MESE DI OTTOBRE SCONTO FINO AL 50% SU TUTTI I MODELLI IN PROMOZIONE

## La lettura.



Di design. Classiche. Modulari e multifunzionali. Così le biblioteche di casa rispecchiano la personalità

**Q**uando s'iniziò a intonare il "de profundis" per il libro, reso antidiluviano dall'avvento e dalla diffusione degli e-reader, le comode tavolette elettroniche in grado di immagazzinare migliaia di libri in formato digitale, anche la sorte delle librerie domestiche apparve segnata. Il fenomeno era così eclatante che - si disse - persino il gigante dei mobili Ikea avrebbe depennato dal catalogo la storica "Billy", la più economica e versatile libreria in commercio. Macché. Certo, il mondo dell'editoria non sta vivendo il suo periodo d'oro, ma i libri - in qualsiasi formato appaiano - restano la forma d'intrattenimento, di cultura e svago più diffusa e più accessibile. E le librerie continuando ad appoggiarsi alle pareti delle nostre case nelle forme più disparate: di design, classiche, plurifunzionali, ergonomiche, griffate...

Anzi, esistono librerie che sono un tutt'uno con la casa, inalienabili con tutti i loro "contenuti", e librerie possono ormai definirsi d'autore, tanto rispecchiano la personalità del proprietario. "Per quanto 'disordinate' come la mia, giusto per usare il primo aggettivo che mi viene in mente se devo descriverla - dice lo scrittore Andrea Fazioli, ultima fatica "L'arte del fallimento" edito da Guanda, che di volumi ne custodisce qualche migliaio -. In realtà cerco di mantenerli divisi in ordine alfabetico e di genere, e avrei una stanza quasi trasformata in biblioteca, ma non c'è niente da fare: li prendo, li leggo, li consulto e finiscono per ritrovarsi un



# Librerie d'autore

po' ovunque. Ormai è difficile stabilire dove finisce la casa e dove la libreria". Ovviamente esistono anche delle case in cui la libreria è parte integrante dell'architettura d'interni. Struttu-

re e scaffalature modulari, vere e proprie pareti attrezzate nei legni più pregiati, dalle essenze all'esotico wengé, che non di rado finiscono per ospitare le collane di libri più preziosi eleganti,

spesso dal colore del dorso intonato alle tonalità dell'ambiente circostante. "Sì è vero, ma quelle sono le librerie che fanno 'status', non lettore - commenta divertito Fabrizio Quadranti, ex di-

rettore scolastico e ideatore e direttore della rassegna "Tutti i colori del giallo" che ha tre locali della sua abitazione interamente rivestiti da oltre 10mila volumi -. Non è il mio caso, io non uso neanche il Kindle perché devo sottolinearli, trattarli male, prenderci appunti... Insomma devo sentirli miei. Certo per quanto ordinati sulle mensole delle tante librerie un filino di spazio lo occupano, ma faccio fatica ad immaginare una casa senza libri". Problema di spazio che avverte anche la 33enne deputata prlnt Natalia Ferrara, che si autodefinisce "divoratrice di libri": "Diciamo che ho una biblioteca decisamente impegnativa, migliaia di libri divisi per autore e genere ai quali continuo ad aggiungere volumi ed effettivamente un po' di spazio viene a mancare - spiega Ferrara che, giusto per non farsi mancare niente, usa anche l'e-reader quando è fuori casa -. Tra l'altro amo leggere in lingua originale, italiano, tedesco e francese, così finisco per avere più versioni dello stesso libro, come ad esempio tutte le opere di Friedrich Dürrenmatt". Anche per Ferrara, comunque, le librerie fanno parte integrante dell'arredamento di casa, quando non addirittura fanno locale a sé. "Esatto, infatti ho trasformato l'anticamera d'ingresso con librerie che fanno da pareti - ammette -. E ho usato l'espedito di lasciare sempre due scaffali vuoti per ospitare nuovi libri. Un trucco, però, che non ha funzionato; si riempiono subito e confesso di avere libri ormai anche nel sottoscala...".

e.r.b.

Pubblicità



Studio d'architettura per la costruzione bioecologica

www.archigea.ch

## archiGEA

considera il territorio che ci circonda e le sue risorse come un bene limitato, filosofia che porta a rispettare l'ambiente e le materie prime, con una particolare attenzione alla salute e al risparmio energetico.

## archiGEA

si propone di equilibrare le esigenze progettuali del committente con un sano rapporto "uomo-natura". Rilevanza è data allo studio della tecnologia dei materiali odierni, optando ogni volta per la soluzione meno invasiva e più performante.

## archiGEA

al fine di avere un progetto oculato e sostenibile, tiene in considerazione molteplici aspetti tra i quali: geomanzia, impatto ambientale, insolazione, comfort, qualità di materiali e impianti. Nel rispetto dei territori non ancora edificati, prediligiamo recuperi e ristrutturazioni di edifici esistenti, in particolare nei nuclei storici.



## archiGEA

ritiene che un aspetto importante sia la progettazione partecipata, ovvero il coinvolgimento dei futuri inquilini in ogni passo dello sviluppo della costruzione. In tal senso sono esperienze interessanti i progetti di cooperative abitative che consentono di ridurre i costi di costruzione, rispondendo alle odierne esigenze sociali.

archiGEA snc di Barbara Gatto e Andrea Engeler

Piazza San Domenico 12  
CH-6991 Neggio  
Tel. +41 91 600 92 16

www.archigea.ch

gatto@archigea.ch  
+41 76 504 33 20

engeler@archigea.ch  
+41 79 330 93 12

Le più belle

## Gli scaffali più invidiabili sono quelli in formato Vip



**C**elebre e fulminante la risposta di Umberto Eco a chi gli chiedeva se avesse letto tutti i libri che riempivano la sua biblioteca personale, disposta addirittura in corsie: "No, questi sono quelli che devo ancora leggere, gli altri sono in cantina". Allo scrittore Giuseppe Pontiggia, invece, bastò mostrare l'appartamento sotto la sua abitazione (affittato appositamente per ospitare la sua libreria, che ora è patrimonio della città di Mendrisio) per suscitare i sintomi della sindrome di Stendhal alla sua improvvida interlocutrice che aveva "osato" chiedergli quanti libri leggesse in un mese. Forse sorprende un po'

scoprire che lo stilista Karl Lagerfeld ha una delle più grandi biblioteche private del mondo. Una libreria con 300mila volumi, la maggior parte in materia di moda e arte, con tanto di scala a chioccola e passerella che circonda tutto lo spazio, a circa 15 metri dal pavimento. E che dire del chitarrista dei Rolling Stones, Keith Richards, che come "libreria" ha una stanza ottagonale, multifunzionale, con scaffali progettati ad hoc tutto intorno? Comunque "piccola" rispetto a quella dell'imprenditrice belga Diana Von Furstenberg: gli scaffali bianchi colmi di libri raggiungono i 10 metri d'altezza...



## ZIGZAG

Remake del modello lanciato vent'anni fa, la libreria in acciaio disegnata da Konstantin Grcic per Driade è completata da due tipologie di ripiani in legno, in quercia e in noce americano, con fermalibri a clip

## KANT

L'originale libreria a giorno bifacciale progettata disegnata da Itamar Harari, architetto israeliano di fama internazionale, per il brand Morelato è realizzata in legno di noce canaletto ed è modulabile con più elementi

## LLOYD

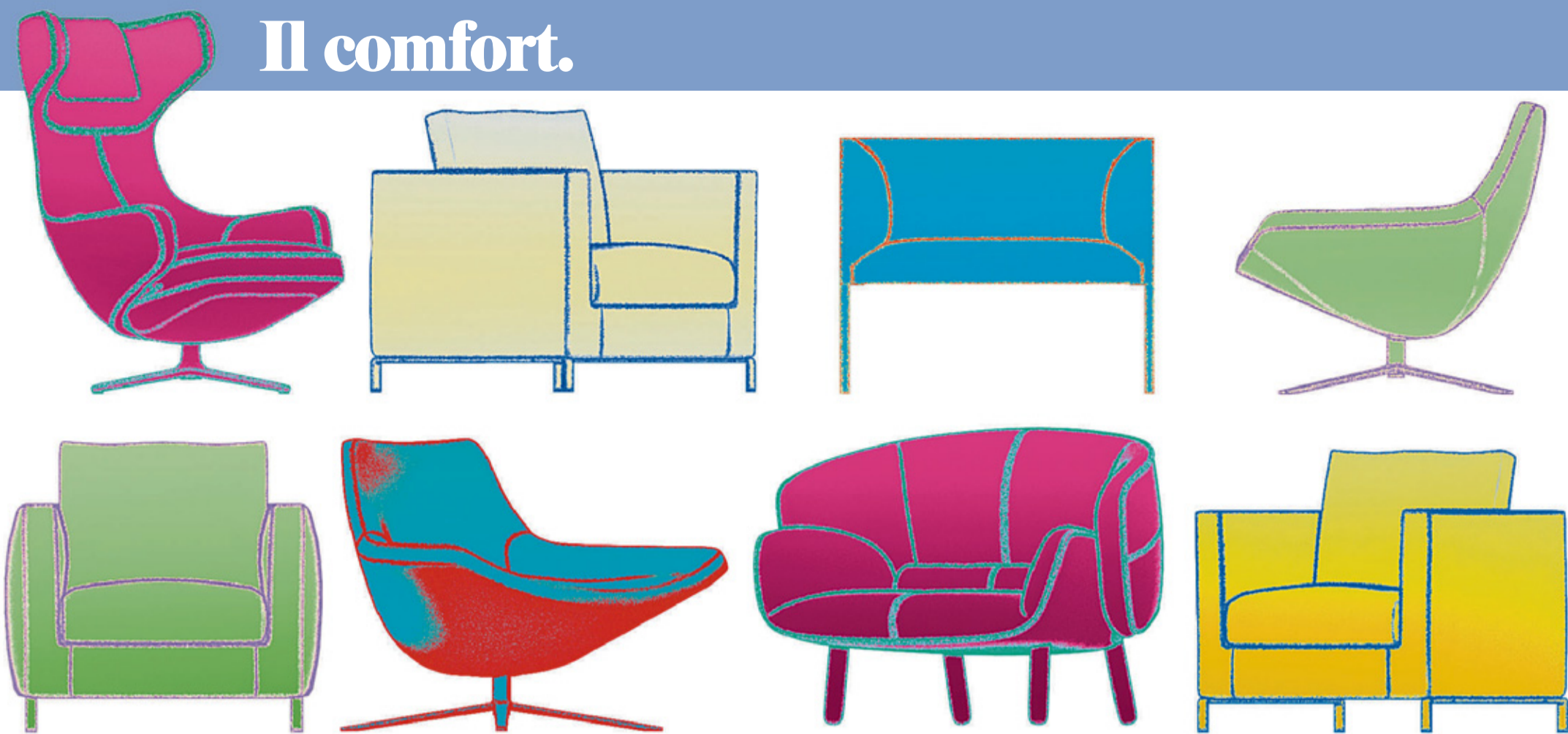
L'esclusiva libreria in rovere progettata per Poltrona Frau da Jean-Marie Massau consente un sistema di contenitori a geometria variabile con sottili bacchette di legno verticali scorrevoli su binari invisibili

## HANIBAL

La minimalista Hanibal di Tojo progettata da Floyd product design è una libreria componibile la cui struttura è modulata su elementi base a forma di H. Questi sono facilmente impilabili uno sull'altro e fissabili



## Il comfort.



### LA EGG

La prima girevole rivestita, progettata nel 1958 dal danese Arne Jacobsen, è entrata nella storia del design quasi come un oggetto mistico



### LA LC4 LE CORBUSIER

Disegnata nel 1928 dal designer svizzero Le Corbusier la regina delle chaise longue tuttora in produzione in diverse varianti e stili da Cassina



### LA VANITY FAIR

Nata nel 1930 e simbolo dell'artigianato made in Italy il modello Frau è tutt'ora considerata l'archetipo dell'eccellenza della poltrona moderna



# Sua Maestà la poltrona

## L'inevitabile rivincita sul divano per il meno "social" degli arredi

EZIO ROCCHI BALBI

Forse è dovuto a una piccola crisi di rigetto nei confronti di tutto quanto è "social". Forse, da un punto di vista demografico, la vita da single è molto più diffusa di quanto crediamo. O forse ancora in questa era di "sharing economy", in cui si condivide tutto dalla casa all'auto, dagli utensili ai libri, abbiamo bisogno di qualche punto fermo, con un filino di egoismo tutto nostro...

Ecco. Forse ci sono un po' tutti i motivi elencati se, ultimamente, la poltrona si sta concedendo una rivincita sul divano. O più semplicemente, come suggeriscono gli esperti e i fashion-blogger del settore, è la poltrona che s'è evoluta trasformandosi in un elemento d'arredo a sé, multifunzionale, di design o rivisitata dal classico, ma in grado di ritagliarsi un suo spazio in salotto. Pardon, nel "living", perchè sala, salotto e tinello sono stati banditi dalla nomenclatura dell'arredamento.

E il bello è che sempre più architetti d'interni la propongono come "special guest" in camera da letto, foss'anche per utilizzarla giusto per affidarle la camicia, la gonna o i pantaloni della giornata. Certo, un banalissimo appendiabiti, un "servo muto" sarebbe più funzionale e anche una sedia risulterebbe meno ingombrante, ma volete mettere la sciccheria di esibire una poltrona ai piedi del letto?

In ogni caso non è solo questione di snobismo, perché a giudicare dai modelli in commercio è evidente l'esigenza di usufruire di una o più poltrone che non abbiano comunque nul-

la da invidiare, in termini di comodità, comfort e praticità, al divano. E non parliamo certo delle incredibili poltrone multimediali, con sistema audio 2.1, Bluetooth, vibrazione per videogiochi incorporate come

altoparlanti laterali e subwoofer... Sì, ci sono anche quelle, ma lasciamole pure a quei nativi digitali, che hanno camerette sovradimensionate e soldi da buttare a iosa. Le nuove poltrone che fanno tendenza,

invece, sono quelle che tendono a "coccolarci". Seduta e inclinazione regolabile, gusci morbidi e avvolgenti, schienali sinuosi ed ergonomici, alzate che le trasformano in chaise-longue e braccioli che non

danno mai la sensazione di sgomitare per conquistare un po' di spazio in più.

Insomma, nel caso non si fosse capito, una bella poltrona è "tua", è il tuo spazio, da gestire e orientare come vuoi senza che nessuno ti dica il fastidioso "scusa ti puoi spostare un po' più in là?". Sulla poltrona non bisogna intavolare un summit internazionale col resto della famiglia, o anche solo col partner, per stiracchiarsi, stendere le gambe o accoccolarsi. Non tollera la promiscuità che concede il divano che, per quanto grande, largo e modulare inevitabilmente scatena sempre conflitti "territoriali".

Poi, se vogliamo farne una questione di stile, di eleganza, non abbiamo che l'imbarazzo della scelta. Forma e colore, ovviamente, dovrebbero essere in perfetta sintonia con l'ambiente. Ma una bella poltrona in cuoio d'antan riesce a essere più che ben accetta anche in un

contesto ultramoderno. Poi si può disquisire sulla selezione delle pelli e dei tessuti, sulle cuciture sartoriali e sugli eventuali inserti di leg-

gni esotici. Si può anche esaltare l'alto livello d'artigianalità che ha prodotto il pezzo praticamente unico. Ma non è questo il punto; dopo anni di divano finalmente non è la poltrona che ti ha conquistato, sei tu che hai conquistato il "diritto" alla poltrona

erocchi@caffe.ch  
@EzioRocchiBalbi

### Il design

## Gli irrinunciabili oggetti di culto che soddisfano anche la vanità

Va da sé che a una poltrona si richiede soprattutto un'elevata dotazione di comfort. Poi che sia da lettura, da relax, da "cinema", da conversazione, con schienale reclinabile per la pennichella, eccetera, è solo questione di scelta. È pure questione di scelta (anche se decisamente costosa) quella che fa di una poltrona una forma di "investimento". Sì, perché ci sono poltrone famose che raccontano la storia del design contemporaneo e senza rinunciare alla comodità e al confort. Veri e propri "must", oggetti di culto irrinunciabili per chi ama circondarsi da oggetti pregiati, eleganti ed originali.

C'è chi farebbe carte false, ad esempio, per la chaise longue definita "la macchina per il riposo" dal suo creatore Le Corbusier che l'ha disegnata e ideata nel 1928. Il rivoluzionario e geniale architetto, disegnatore, urbanista e pittore svizzero (al secolo Charles-Edouard Jeanneret-Gris) la presentò per la prima volta a Parigi al "Salon d'Automne des Artistes Décorateurs" l'anno dopo e da allora la poltrona a inclinazione variabile, che si adatta alla posizione che il corpo vuole assumere è diventata da "collezione". Sorte analoga per la mitica Vanity Fair, la poltrona Frau nata nel 1930 e tutt'ora considerata l'archetipo dell'eccellenza della poltrona moderna, un oggetto simbolo, sinonimo di eleganza e buon gusto made in Italy. Un successo contrassegnato dai suoi 250 chiodini d'ottone rivestiti in pelle, rigorosamente messi a mano, che rifiniscono lo schienale e i braccioli, che forse neanche il suo creatore, Renzo Frau, aveva immaginato. Infatti le prime poltrone prodotte

quasi un secolo fa (oggi battute all'asta a non meno di 20mila franchi) avevano solo un numero, "904", per classificarle. Il nome Vanity Fair se lo conquistò successivamente, quando il colossale boom di vendite in tutto il pianeta ne giustificò la "vanità".

Poco meno di 60 anni, invece, ha la "Egg", la prima poltroncina girevole rivestita. Progettata nel 1958 da Arne Jacobsen (che la leggenda vuole abbia costruito il primo modello, interamente in cera, nel garage di casa) per arredare l'esclusiva hall del Royal Sas Hotel di Copenhagen, è entrata nella storia del design quasi come un oggetto mistico. La poltrona, infatti, voleva rappresentare il guscio, quindi la protezione, la sicurezza, il rifugio e l'intimità...tutte caratteristiche che oggi stanno contrassegnando la rivincita della poltrona sul divano.

Poi ci sarebbe la Barcelona disegnata da Mies van der Rohe e Lilly Reich nel 1929 (si dice appositamente per il re e la regina di Spagna), e la "Lc2" sempre di Le Corbusier. Incredibile pensare che questa poltrona, nata nel 1928, sia riuscita ad abbinare l'essenzialità alla funzionalità. In fondo è una struttura in acciaio cromato che, come una "gabbia", ospita quattro cuscini, rivestiti in pelle o in tessuto. Semplice, così semplice che ancora oggi è replicata in più varianti. Insomma, un cult.





# FASHION PILLS by Sabina

**Tutti i giovedì su**  
centroluganosud.ch

**f** Facebook/centroluganosud  
**ig** Instagram/centroluganosud  
**# CLS**



INSERZIONI PUBBLICITARIE

INSERZIONI PUBBLICITARIE

## IL PRODOTTO DELLA SETTIMANA

In collaborazione con  Cronodeal.ch

### Addio piedi gelati

*Tepore assicurato con le pantofole Warm Hug Feet*

Avere i piedi caldi vi sembra un sogno irrealizzabile? Con il tempo siete diventate delle esperte dei vari rimedi casalinghi? Avete già provato con strati di calzoncini di lana, borsa dell'acqua calda e pezzetta elettrica ma i risultati non vi hanno soddisfatto, tanto che avete finito la serata con i piedi a mollo nell'acqua calda per cercare di togliervi il freddo dalle ossa? Per risolvere il problema adesso vi basta avere un forno a microonde e un paio di Warm Hug Feet. Queste pantofole sono in morbidissimo pile e al loro interno nascondono un segreto: un sacchettino di semi, proprio come quelli che si usano per sciogliere le tensioni muscolari. Basta estrarlo, metterlo per 90 secondi a 80° nel forno e reinserirlo nella suola. I semini ri-



lasceranno il calore gradatamente avvolgendo tutto il piede. Tepore assicurato per ben un'ora e mezza. L'effetto rilassante è garantito anche quando vi infilerete nel letto: nessun urlo raccapricciante vi darà la buonanotte quando allungherete i piedi sotto le lenzuola.  
*Sabrina*

#### Punto forte



*Comodissime*

#### Punto debole



*Danno dipendenza*

### BUONO SCONTO 10 CHF\*

Codice: **CFCR32T9**

Buono valido su tutto l'assortimento del sito [www.cronodeal.ch](http://www.cronodeal.ch) Iscriverti al sito per poter utilizzare il buono. Per ritrovare il prodotto dell'articolo cercare il nome nella barra di ricerca della prima pagina.

\*Valido su tutto il sito a partire da 50.- fino al 15.10.201



## L'ATTIVITÀ DELLA SETTIMANA

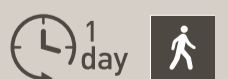
In collaborazione con **TICINO | TOP | TEN .CH**



### Lugano Trekking

Una giornata all'insegna di splendidi panorami su Lugano e il suo lago dominati dal Monte San Salvatore, affettuosamente definito il "pan di zucchero" della Svizzera. Dopo la salita in funicolare sul Monte Brè, si visita il pittoresco villaggio omonimo, luogo di villeggiatura e residenza di artisti. Dal villaggio parte una passeggiata circolare di circa 5 ore che porta sul Monte Boglia, dal quale si gode di un'altra magnifica prospettiva sul golfo di Lugano, sulla sponda italiana del lago a sud e sulle montagne (fra cui le caratteristiche cime dei Denti della Vecchia) a nord.

Tourist Office, Palazzo Civico - Piazza Riforma, Lugano  
Tel. +41 588 666 600 - [info@luganoturismo.ch](mailto:info@luganoturismo.ch)



#### Altre attività e informazioni le trovate:



Edizione cartacea  
150.000 copie distribuite  
in Organizzazioni turistiche, hotel e punti d'interesse



Il sito  
[www.ticinotipten.ch](http://www.ticinotipten.ch)

## Il verde.



# Giardino d'inverno

Non basta affidarsi solo alla fortuna per far superare a piante e aiuole i mesi più freddi dell'anno



# d'inverno

**C**'è chi si affida alla fortuna e chi, in modo più drastico che pragmatico, dà per scontato che piante, cespugli e aiuole che non reggeranno i mesi più freddi vadano giustamente "licenziate" e sostituite con nuovi acquisti. Poi, fortunatamente, c'è anche chi cura il proprio giardino e si attrezza per salvaguardarlo nell'inverno e ritrovarselo in buono stato nella prossima, ennesima primavera. Magari anche più forte e lussureggiante di prima.

Ma un "pollice verde" che si rispetti non s'accontenta certo dei lavoretti di ordinaria manutenzione. E non è certo la brutta stagione ad ostacolare la sua passione per paletta, terriccio e sementi varie. Chi vuole godere, ad esempio, delle "bulbose" più colorate dall'inizio della primavera e fino all'estate, sa benissimo che il periodo per metterle a dimora in giardino è proprio da ottobre fino alla prima metà di dicembre. Ricordando che i bulbi si interrano in piccoli gruppi a una profondità doppia rispetto alla loro altezza, e lasciando tra uno e l'altro la distanza corrispondente al diametro del bulbo stesso, non resta che l'imbarazzo della scelta tra tulipani e narcisi, anemoni e ciclamini, crocus e iris, freesie e giacinti, ranuncoli, allium, scille e così via.

Di queste bulbose possiamo benissimo "dimenticarci" per mesi (tranne memorizzare dove le abbiamo piantate), ma non è così, invece, per buona parte della vegetazione che impreziosisce il nostro giardino. Un giardino che, in Ticino, tende ad essere sempre più "mediterraneo" anche le condizioni climatiche non sono esattamente quelle originali, dove le estati sono molto calde e le temperature medie invernali

non vanno mai al di sotto dei cinque gradi. Basta guardarsi intorno per apprezzare olivi, corbezzoli, Allori, oleandri, mimose, lentischi, gelsomini e persino mirti e agrumi. Nulla di male, anzi, ma come ricorda il giardiniere paesaggista Gianni Cattaneo (vedi intervista a fianco), "bisogna mettere in conto che, per quanto molte di queste piante possano darsi ormai per acquisite, basta un inverno particolarmente rigido per assistere a vere e proprie morie di piante che avevano resistito agli ultimi dieci, quindici, venti inverni senza alcun danno". Prima o poi la Natura tende a far pagare lo scotto delle "forzature" fatte nella scelta delle specie da mettere a dimora in giardino, e spesso sono errori inconsapevoli nella valutazione delle caratteristiche delle piante, ma non per questo bisogna rassegnarsi all'idea di circondarsi unicamente di piante "compatibili" con le nostre condizioni climatiche.

Certo, si può ignorare il problema degli inverni freddi e mettere in conto una loro ricorrente sostituzione. Oppure, con una filosofia meno "consumistica", si può limitare l'uso di queste piante in quei giardini dove la loro esposizione verso sud e la presenza di protezioni come muri e ridossi di vario tipo possono attutire i danni da freddo. Oppure, ma è un'alternativa costosa anche per chi gode di una serra, piantandole in vasi ad hoc da ricoverare nella stagione fredda. Oppure, ed è la soluzione suggerita dai giardinieri con esperienza pluridecennale, scegliere quelle piante che, pur avendo caratteristiche mediterranee, riescono a sopportare bene temperature anche di 10-15 gradi sotto lo zero: lavanda, ibisco, acacia, frassino, eucalipto... **e.r.b.**



**Miglior scegliere specie che pur avendo le caratteristiche delle mediterranee sopportano le basse temperature**

**I CONSIGLI**

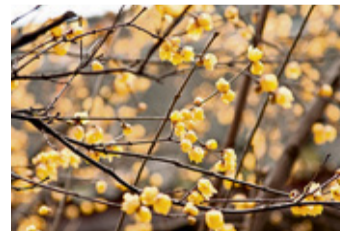


#### L'ALBERO DI GIUDA

Resistentissima alle basse temperature di facile coltivazione è una delle prime piante a fiorire in primavera, con bellissimi boccioli di un colore rosa intenso

#### L'IBISCO CINESE

L'ibiscus syriacus ha uno sviluppo vigoroso, quindi è consigliabile potarlo dopo la fioritura, prima dell'arrivo dell'inverno, ed intervenire anche a fine inverno levandoli i rami rovinati



#### IL CALICANTO

Il profumatissimo "calicanto praecox" ha il raro privilegio di fiorire d'inverno. È una pianta rustica, originaria delle foreste montagnose della Cina e resiste fino a temperature di -20 gradi

#### LE LAVANDE

Tra le piante aromatiche la classica lavanda comune (lavandula angustifolia) resiste bene al freddo; se nel giardino c'è un muro contro cui piantarla al sole, è ancora meglio

#### I TAMERICI

L'arbusto ornamentale molto diffuso nei giardini ticinesi anni Sessanta, viene riscoperto proprio grazie alla sua longevità e versatilità nell'adattarsi a ogni tipo di clima

### L'intervista

Gianni Cattaneo, paesaggista

**"Una buona manutenzione e niente paura per la neve e per le gelate"**

**P**reservare il giardino in inverno è semplice: basta tanta fortuna e un buon giardiniere". È una battuta quella del 60enne Gianni Cattaneo, giardiniere paesaggista di Lugano Bré con quarant'anni d'esperienza, ma riassume un po' tutte le difficoltà che i pollici versati devono superare nei mesi più freddi. Soprattutto quelli, e sono i più, che si sono circondati di bellezze tipicamente mediterranee, dagli olivi alle mimose, dai gelsomini naturali agli oleandri. "Se è per questo c'è anche chi ha in giardino lentischi siciliani e mirti sardi - ricorda Cattaneo -, ma nel complesso bisogna riconoscere che molte piante mediterranee possono ormai essere considerate 'acquisite' dal nostro territorio e dal nostro clima".

**Ma l'habitat di queste "mediterranee" non prevede che le temperature medie invernali non vadano mai sotto cinque gradi?**

"Sì, di norma è così, ma in realtà queste piante reggono temperature più rigide, anche le gelate, a patto che non siano persistenti per più di un paio di giorni. Nel 1983, ad esempio, le temperature furono così rigide da provocare una vera moria, gelarono tutte le mimose e si persero mediterranee che pure resistevano da venticinque anni in Ticino".

**E in caso di neve?**

"La nevicata non è un problema, ma bisogna avere l'avvertenza di rompere quella accumulata su fronde, arbusti come le azalee, e cespugli aiutandosi con una canna di bamboo. Si tende infatti a dimenticare che un metro cubo di neve corrisponde ad un peso di 300 chili; molto meno bastano e avanzano per spezzare rami o deformarli".

**Naturalmente in inverno non c'è bisogno di annaffiare le piante in giardino...**

"Non esageriamo; diciamo che un mese di secco viene sopportato benissimo, e in gennaio se il terreno è gelato l'acqua non filtrerebbe lo stesso. Ma anche le sempreverdi hanno bisogno di acqua, ma quando c'è il disgelo e comunque nelle ore più calde del giorno".

**Quali sono le piante che aiutano a fare bello il giardino e non soffrono come le mediterranee le basse temperature?**

"Ce ne sono molte, a partire da calicanto e amamelis che proprio in inverno offrono fiori profumatissimi. Poi c'è l'albero di Giuda, gli ibischi siriacus, le lavande, le albizzie della famiglia delle acacie, oppure degli arbusti come le abelie e i tamerici che ornano i giardini degli anni Sessanta. Per le aiuole, invece, le robustissime santoline".

**Tutte piante a prova d'inverno?**

"Beh, come ho detto, per il resto un po' di fortuna e un buon giardiniere non guasterebbero...".

## Il design.

Dalla vasca in ferro coi piedi ai lavabi Old England. Le tendenze retrò per una Spa casalinga d'antan, senza dimenticare la tecnologia

**VECCHIO SÌ, MA AFFASCINANTE**  
Lo stile "vintage" non è sinonimo di vecchio. Affascinante e anche pratico conquista sempre più amanti degli oggetti in perfetto stile Art Déco, nonostante il prezzo

# Un bagno di nostalgia



Quando lo stile "vintage" entra in bagno, è il momento di lasciarsi andare ad un autentico tuffo rigenerante nella nostalgia. Il trend è piuttosto chiaro, quanto piuttosto radicato. A sempre più persone piace decorare la stanza più intima della casa con oggetti di richiamo passato. Anche antico. E il mercato, beninteso, segue le mode. Quindi largo a ritorno delle vasche con i piedi, meglio se in ferro smaltato - nonostante il prezzo - ai rubinetti in perfetto stile Art Déco. Dagli specchi rigorosamente retrò alle ceramiche, anch'esse smaltate come un tempo.

Mentre in molte abitazioni è l'ultra moderno condito di alta tecnologia ad avere la meglio (vedi a fianco), in alcuni bagni si può compiere un autentico viaggio nel tempo. Basta visitare lo "show room" delle principali aziende di accessori da bagno per rendersene conto. Accanto alle forme essenziali di tazze, lavabi e vasche dal design più recente, ecco rispuntare anche accessori più "barocchi" in un certo senso. Ma rigorosamente rivisitati, nel senso che i

materiali e le rifiniture sono sempre più di altissima qualità.

La capacità più apprezzata dai clienti è quella di abbinare il design "vintage" alle più moderne soluzioni. Come per il rubinetto-doccia che richiama le avventure e lo stile di Hercule Poirot nei romanzi di Agatha Christie. A prima vista è una rubinetteria d'antan, salvo poi capire che il sistema è dotato dei più moderni ugelli nel soffione della doccia. Capaci di autopulirsi e di limitare gli effetti del calcare.

Ma l'oggetto cult che non deve mancare in un bagno retrò di classe è certamente la vasca con i piedi. Un vero e proprio marchio di fabbrica, al punto che i principali produttori di vasche da bagno hanno reinserito nei cataloghi vere e proprie sezioni dedicate a questo tipo di scelta stilisti-

**Praticamente tutte le case produttrici inseriscono nei loro cataloghi una sezione che guarda al design di inizio Novecento**

ca. E i prezzi variano di conseguenza. Per una vasca tradizionale si possono tranquillamente spendere anche migliaia di franchi, soprattutto se si scelgono materiali come quelli che erano in voga alla fine dell'Ottocento.

Ma non è tutto, perché accanto ai lavabi "Old England" con tanto di tradizionali piedistalli in cui "celare" anche sifoni e scarichi, non va dimenticata la decorazione del bagno. Quindi spazio alle piastrelle dal design d'epoca, con motivi floreali o geometrici, spesso bianche e blu o bianche e nere. Il tutto in un contesto sempre in bilico tra antico e moderno, con le più recenti soluzioni in vetro blindato ad accompagnarsi in modo perfetto a tazze, bidet e lavabi che sembrano usciti da un romanzo del primo Novecento. Infine, come dimenticare la biancheria da bagno? Spazio allora al lino, sia per gli asciugamani, sia per gli accappatoi.

m.s.

Pubblicità

PUBBLIREDAZIONALE

PUBBLIREDAZIONALE

## Mantenete la libertà di scelta

Le reti di teleriscaldamento sono sempre più popolari in Svizzera. D'altro canto, questi sistemi spesso limitano la libera scelta della generazione di calore per i proprietari di casa. Nei loro comprensori si prevedono frequentemente allacciamenti coatti e i proprietari restano vincolati da contratti di fornitura di lunga durata.



I proprietari di case sono spesso vincolati da contratti di fornitura a lungo termine.

Nel corso di progetti di risanamento di opere pubbliche si prevedono sovente anche impianti di teleriscaldamento. Questi progetti sono frequentemente sostenuti con argomentazioni ambientaliste e prospettive di sostegno all'artigianato e al commercio locali. In tal modo vengono talvolta giustificati anche gli obblighi di allacciamento che privano però il singolo della libertà di scelta del sistema di riscaldamento.

Quali vantaggi ha un proprietario che può scegliere liberamente il suo sistema di riscaldamento ad olio combustibile?

### Costi energetici ridotti

Siccome l'allacciamento a una rete di teleriscaldamento comporta spesso un vincolo pluriennale, è opportuno soppesare attentamente una tale decisione.

Per contenere le perdite energetiche, le condotte delle reti devono essere adeguatamente isolate. Questi investimenti e i corrispondenti costi di manutenzione sono spesso più elevati rispetto alle soluzioni individuali.

Diversi esempi pratici comprovano che un proprio riscaldamento ad olio comporta costi energetici più bassi. La disponibilità di un proprio serbatoio

dell'olio consente al proprietario di casa di determinare liberamente il momento dell'acquisto del combustibile. Ciò gli permette di approfittare dei vantaggi di prezzo stagionali e di risparmiare denaro.

### Il riscaldamento ad olio copre le interruzioni nella produzione di calore

Rispetto ad altri vettori energetici, l'olio combustibile è facilmente immagazzinabile. Per questo motivo, anche le reti di teleriscaldamento fanno spesso affidamento su questo efficiente combustibile. Per garantire la sicurezza d'approvvigionamento affiancano al proprio generatore di calore un impianto di combustione ad olio con relativo deposito di olio com-

bastibile. In caso d'emergenza si attiva il riscaldamento ad olio - ciò significa che anche nelle reti di teleriscaldamento è sovente l'olio combustibile ad assicurare, all'insaputa degli utenti, la fornitura senza interruzioni di calore e acqua calda.

### L'efficiente riscaldamento ad olio

Una moderna caldaia ad olio a condensazione raggiunge un grado di rendimento del 99%. Grazie ai brevi percorsi delle tubature il calore generato giunge direttamente nei vani da riscaldare. Questo sistema è molto efficiente e contribuisce in modo sensibile a risparmiare costi di riscaldamento. D'altronde è evidente che una soluzione di

riscaldamento individuale può essere più facilmente commisurata al relativo oggetto di una soluzione di teleriscaldamento. Infine, è possibile scegliere una soluzione adatta all'oggetto tra varie tecnologie combinate (impianto solare per l'acqua calda, boiler a termpompa o sistema di riscaldamento ibrido).

Con queste combinazioni il contributo alla protezione dell'ambiente del proprietario è spesso paragonabile a quello ottenuto con l'allacciamento a una rete di teleriscaldamento. Inoltre si sostiene l'artigianato locale che con la sua manodopera specializzata provvede alla progettazione, all'installazione e alla manutenzione dei numerosi riscaldamenti ad olio, impianti solari e bollitori a pompa di calore.

Rivolgetevi per una consulenza gratuita al nostro ufficio regionale:

Responsabile del Centro d'informazione regionale

Giorgio Bergomi  
T 0800 84 80 84

www.olio.ch

**OLIO COMBUSTIBILE**  
L'energia raffinata



I costi d'investimento e manutenzione delle condotte di teleriscaldamento sono elevati.



**I nuovi stili**

Sanitari, materiali, rivestimenti e luci all'avanguardia per un benessere 3.0

**F**issaggi invisibili, chiusure soft, pannelli di comando elettronico integrate nel bordo vasca, erogatore di vapore con dispenser per aromaterapia, cromoterapia, impianto audio e sistema di decalcificazione. Ma non è ancora tutto. I bagni moderni 3.0 hanno potenzialità tutte da scoprire. Materiali, sanitari, singoli componenti e rivestimenti possono conferire agli spazi dedicati al benessere effetti scultorei scenografici fatti di design e funzionalità, che valorizzano la luce attraverso i rilievi che danno vita a sinuose forme.

In commercio esistono collezioni uniche di arredo bagno che interpretano l'eccellenza unita alla più alta espressione estetica del de-

sign e della funzionalità. Grazie a linee smart, a un design contemporaneo e a geometrie moderne personalizzabili con soluzioni modulari e componibili che permettono geometrie moderne personalizzabili. Perché la parola d'ordine nell'arredamento è personalizzare. Dal materiale alle finiture, dalle ante ai colori. E per chi ha un animo ecologico, proposte eco-friendly, dal vetro extrachiaro alla pietrabianca o opaca alla ceramica. Se lo spazio è poco, mobili con pannelli in conglomerato ecologico di legno idrorepellente con ante e maniglie a scomparsa. E per l'illuminazione il dimmer s'impone. Solo così avrete un controllo totale sulla luce.

p.g.

**LA FUNZIONALITÀ**  
Le nuove collezioni di arredo bagno interpretano l'eccellenza, unendo la più alta espressione estetica del design al massimo della funzionalità. Geometrie tridimensionali, moderne e ricercate, legni naturali, mobili sospesi, soluzioni modulari e componibili. Praticità e stile si incontrano per acccontentare le esigenze più sofisticate arredare gli spazi più particolari. Senza dimenticare di prendere in considerazione finiture, elementi effetto, accessori, illuminazione e ogni altro dettaglio che dettaglio non è



# ASSOFIDE VENDE



## NUOVA RESIDENZA DOLCEVITA

Appartamenti 1 ½ - 4 ½ locali

### PORTE APERTE

Via d'Alberti 5, Muralto

Venerdì 14 ottobre 2016  
dalle 15:00 alle 19:00

Sabato 15 ottobre 2016  
dalle 10:00 alle 16:00



- |   |   |  |   |   |
|---|---|--|---|---|
| <br><b>LOCARNO MONTI</b><br><i>Residenza primaria</i>   | <br><b>CAVIGLIANO</b><br><i>Residenza primaria</i>   | <br><b>LOCARNO MONTI</b><br><i>Residenza primaria</i>   | <br><b>PIAZZOGNA</b><br><i>Residenza primaria e secondaria</i>   | <br><b>LOCARNO</b><br><i>Residenza primaria e secondaria</i>   |
| <br><b>Appartamento di 2 ½ locali</b><br><b>CHF 470'000.--</b><br>al pianterreno rialzato; in zona soleggiata e tranquilla; balcone con bella vista lago; piscina esterna e grande giardino ad uso comune; superficie abitabile ca. 62 m <sup>2</sup> ; 1 posteggio in autorimessa | <br><b>Casa di 6 ½ locali</b><br><b>CHF 1'350'000.--</b><br>in zona residenziale, soleggiata e vicina a tutte le infrastrutture; locale hobby; giardino d'inverno; superficie abitabile ca. 300 m <sup>2</sup> ; superficie del terreno 508 m <sup>2</sup> ; 1 garage + 2 posteggi esterni | <br><b>Lussuoso appartamento</b><br><b>CHF 1'480'000.--</b><br>con stupenda vista aperta sul lago; 2 ½ locali trasformabile in 3 ½ locali; terrazza ca. 111 m <sup>2</sup> ; fermata del bus davanti a casa; superficie abitabile ca. 120 m <sup>2</sup> ; 2 posteggi in autorimessa | <br><b>Casa unifamiliare + Studio</b><br><b>CHF 890'000.--</b><br>4 ½ locali + studio con entrata separata; locali ampi e luminosi; giardino con stupenda vista lago; superficie abitabile ca. 220 m <sup>2</sup> ; superficie del terreno 1'166 m <sup>2</sup> ; 2 posteggi esterni | <br><b>Residenza "In Selva"</b><br><b>da CHF 525'000.--</b><br>nuovi appartamenti di 3 ½ - 4 ½ locali; zona soleggiata e centrale; grandi balconi coperti e giardino per quelli al PT; superficie abitabile da ca. 93 a 134 m <sup>2</sup> ; posteggi in autorimessa o box |



# L'igiene

## DALLA TABELLA DI MARCIA ALL'ACETO

Per sopravvivere ai vari e pesanti compiti casalinghi serve una ferrea tabella di marcia. Ogni giorno pianificare cosa fare e in quale locale. E poi indispensabili gli attrezzi e i prodotti, da quelli più tecnologici ai classici metodi della nonna: aceto e bicarbonato, separati o uniti un mix vincente

## LE DRI TTE

### SPUGNE E PANNI

Meglio assegnare un colore diverso ad ogni ambiente per non mescolare le spugne. Ad esempio: spugne rosa per il bagno, azzurre per la cucina, bianche per tutto il resto



### DUE SECCHI

Meglio avere a portata di mano due secchi, uno con acqua e detersivo e uno con solo acqua per sciacquare gli stracci prima di immergerli nel detersivo, in modo che rimanga



### IGIENIZZARE

Gli elettrodomestici a vapore hanno il vantaggio di pulire e igienizzare senza detersivi. Vantaggioso se si hanno bimbi piccoli o animali in casa perché più sensibili agli effetti dannosi di agenti chimici

**P**olvere, aloni, sporco, peli di animali, macchie, unto, incrostazioni... Fare le pulizie di casa è un lavoraccio. Si finisce di qua, si inizia di là... e poi si ricomincia. Nessuna soddisfazione. Dopo avere tirato a lucido pavimenti, mobili, vetri, porte, cucina, bagni e tappeti basta un niente e bisogna ripigliare in mano spazzolone, strofinaccio, spugne e detersivi. Eppure... Con un po' di metodo, di organizzazione, con i prodotti giusti, gli elettrodomestici adatti e (almeno) un minimo di entusiasmo, la casa può "brillare" quotidianamente. Vediamo come.

Partiamo dall'abc. Esistono due prodotti che sono dei veri alleati in casa: l'aceto e il bicarbonato. Assieme, o separati, bastano per fare tutte le pulizie casalinghe. Una sorta di aso pigliatutto. Se mescolati, danno origine ad una piccola reazione chimica effervescente perfetta per sturare lo scarico o per eliminare le incrostazioni più ostinate. L'unico accorgimento è evitare di respirarne i fumi. Sui prodotti torneremo più in là. Intanto, importantissimo, è fare un programma settimanale. Ad esempio, il lunedì è il gior-

Polvere, grasso, aloni e macchie...  
Avere una casa sempre brillante non è semplice. Ma esistono alcuni trucchi per faticare meno. A partire da una buona organizzazione domestica



# Le pulizie? Così si fan da sole

no ideale per passare lo straccio per terra. Se durante il fine settimana capita di avere qualche ospite non vale la pena pulire prima, si sa che con le scarpe inevitabilmente si porta in casa dello sporco. Il martedì lo si può dedicare alla polvere, il mercoledì ai bagni. Il trucco è non caricarsi di troppi lavori in un solo giorno, ma distribuirli sull'arco

della settimana. Anche per stirare, prendetevi un giorno fisso nel limite del possibile.

Ovviamente, questo discorso funziona meglio per chi non lavora tutto il giorno e può quindi organizzarsi come meglio crede. Per gli altri è un po' più complicato fissare una rigida tabella di marcia. Eppure, è il solo modo per non farsi seppellire dai vari

impegni casalinghi. Un'idea potrebbe essere quella di alzarsi una mezzoretta prima la mattina, o approfittare della pausa pranzo, oppure la sera, cenando più tardi e infilandoci dentro qualche attività domestica.

Riprendendo il discorso prodotti, oltre ad aceto e bicarbonato servono alcuni detersivi antibatterici. Ce n'è per ogni tipo di sporco o d'ambiente. Chi vuole optare per prodotti naturali o bio, in commercio si trovano ottime alternative verdi che inquinano meno rispetto ai detersivi standard. Per problemi di tubature, prima di utilizzare le maniere forti meglio provare l'aceto bollente. Infine, robot ed elettrodomestici a vapore facilitano il lavoro, col vantaggio di igienizzare senza detersivi. Ideale se in casa ci sono bimbi o animali, più sensibili agli effetti dannosi di agenti chimici.

Un'ultima chicca: l'aceto di vino bianco. Ottimo brillantante per la lavastoviglie, toglie il calcare dai vetri. Va bene anche al posto dell'ammorbidente nella lavatrice (un bicchiere), non si sentirà alcun odore una volta asciugati i panni. I vestiti s'induriscono coi lavaggi per via del calcare nell'acqua che l'aceto provvederà efficacemente ad eliminare

p.g.

## Il dettaglio

Per vetri, specchi e box doccia  
aceto, bicarbonato e... giornali

**L**a pulizia dei vetri è una delle attività casalinghe più faticose. Vi si annida ogni tipo di sporco, dalla polvere all'acqua piovana sino a manate e impronte varie se ci sono bimbi o animali in casa. Altrettanto difficili da pulire, gli specchi, le superfici lucide e i box doccia. Ma basta seguire alcuni, fondamentali, accorgimenti. Anche in questo caso, gli ingredienti naturali si rivelano vincenti (vedi articolo principale). Per superfici piccole-medie vanno bene i panni in microfibra o di daino, ma pure la carta di giornale garantisce una pulizia accurata e senza aloni. Nel caso di superfici non lisce meglio spazzolare il vetro con una spazzola dura, bagnata in una soluzione di aceto ed acqua caldissima. Asciugare poi con un panno morbido o con carta di giornale. Per questo tipo di superficie, sono inoltre molto efficaci anche soluzioni di acqua e limone o il detergente spray per il forno.

Pubblicità



**stierlin**  
dal 1903

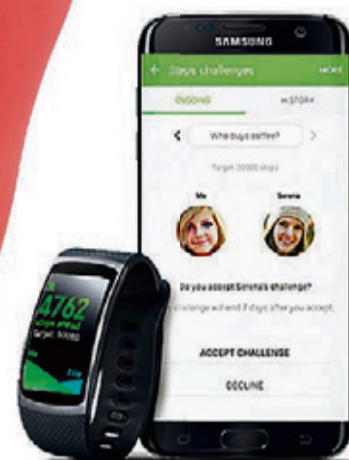
**IL TUO SPAZIO VERDE:  
IL VERO SALOTTO DI CASA TUA...**

- PIANTE DA ESTERNI
- PIANTE D'APPARTAMENTO
- PIANTE AROMATICHE
- LAVORI IN PIETRA
- RECINZIONI
- GIOCHI D'ACQUA, IRRIGAZIONE, BIOTOP
- PROGETTAZIONE, COSTRUZIONE E MANUTENZIONE GIARDINI
- ORCHIDEE

VIA PIODELLA 18, 6933 MUZZANO - TEL. 091 967 12 68 - FAX 091 966 24 17  
info@albertostierlin.ch - www.albertostierlin.ch



# La forma.



Tra le mura domestiche più delle "macchine" da fitness sono utili gli esercizi corretti

# La palestra in casa

I CONSIGLI

## PEDALANDO SENZA FRETTA

Uno dei più classici attrezzi sportivi casalinghi è di certo la cyclette. Che ha subito una netta evoluzione verso apparecchi high-tech capaci di fare di tutto. Anche "inseguire" il Tour de France

## LA MOBILITÀ PERSONALE

La popolazione è sempre più sedentaria, quindi anche secondo gli esperti la prima cosa da recuperare è una corretta mobilità, messa a dura prova dalle lunghe ore seduti in ufficio



## FREQUENZA PIÙ DI QUANTITÀ

Altro consiglio degli esperti è di puntare sulla quotidianità di una minima attività fisica. Oltre alla mobilità anche un piccolo esercizio cardio vascolare è importante per essere più in forma

## PESI CON ATTENZIONE

Se si sceglie di acquistare un "macchinario", ad esempio una panca per i pesi, è necessario capire, magari facendosi aiutare, quali sono i movimenti corretti da fare per evitare infortuni

## LA BASE DI PARTENZA

Per mantenersi in forma con un sistema "fai da te" è opportuno rivolgersi prima ad un professionista per avere i consigli giusti e non rendere inutili gli sforzi effettuati (e le spese)

La filosofia è cambiata. Toglietevi dalla testa la necessità di equipaggiare casa vostra come se fosse un centro di preparazione atletica di un club professionistico di football americano. Per farvi la "palestra in casa" è soprattutto necessario capire le vostre esigenze. Farvi spiegare quali sono gli esercizi giusti e come svolgerli nel modo corretto. Per il resto, bastano e avanzano poche cose. Anche una sedia o uno sgabello possono fare al caso vostro. "Bisogna sempre sottolineare il fatto che pochi esercizi, ben fatti ma soprattutto con costanza, possono fare molto di più che non quelli fatti senza competenze in una palestra dove, di fatto, nessuno ti segue - osserva Rolando Alberti, coach al Crossfit Lugano -. Quindi, la sola via d'uscita è l'automotivazione, che porta ad essere costanti nella pratica e quindi ottenere dei risultati tangibili".

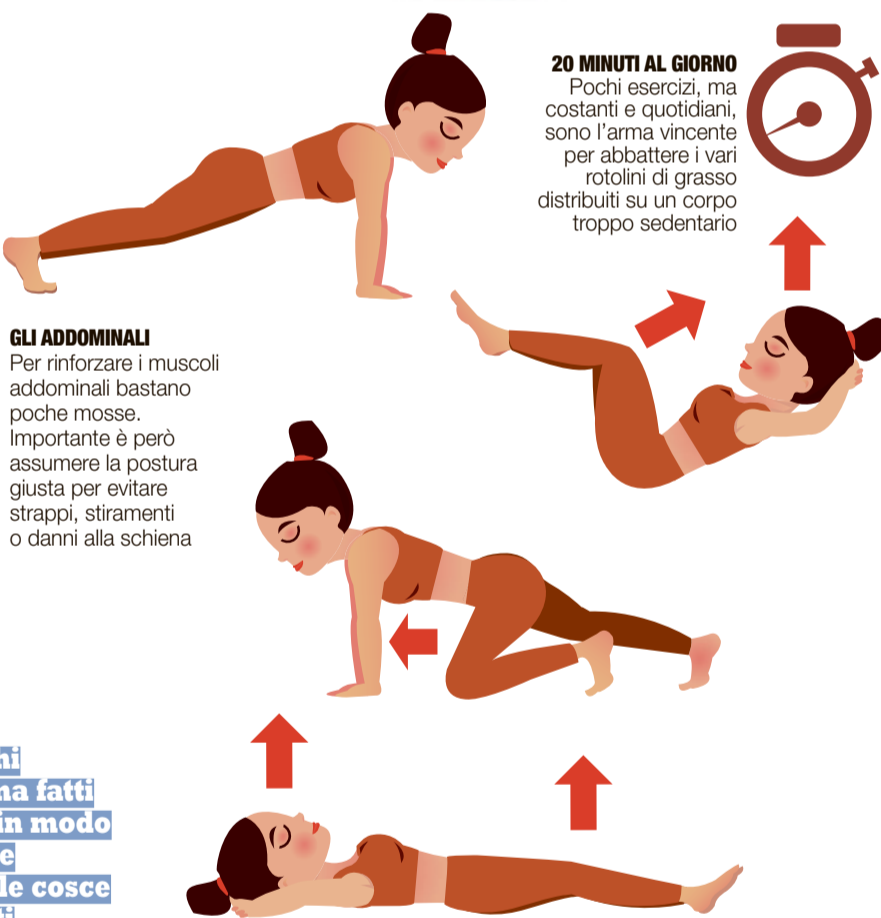
Più che nell'arredamento sportivo, è insomma necessario fare ordine nelle priorità di ciascun individuo. Per trovare il giusto equilibrio per vivere bene e fare un esercizio quotidiano. "È inutile poi fare cose 'da circo' se non si riescono a fare nemmeno gli esercizi fondamentali - spiega ancora Alberti -, per cui, ad esempio, è meglio imparare a fare bene i piegamenti sulle braccia e dedicarci un po' di tempo, magari assistiti da un professionista e solo dopo mettersi a fare esercizi più complessi". Stesso discorso per chi ama restare dentro le mura domestiche per i propri esercizi. L'importante è essere sicuri di compiere i movimenti giusti. Per la frequenza e la "registrazione" delle performance, invece, ci sono moltissime applicazioni per smartphone o tablet.

Anche perché il "target" casalingo dell'attività fisica non è certo rappresentato da persone particolarmente attive o preparate dal profilo atletico. E l'invecchiamento della popolazione non è destinato a cambiare le cose negli ultimi anni. Una situazione anche determinata dal numero crescente di persone occupate nel terziario, quindi spesso in ufficio, con le relative "conseguenze" sulla salute e sulla mobilità individuale. "In fin dei conti le persone che per la maggior parte sono sedentarie non hanno bisogno di praticare uno sport specifico, ma necessitano invece di lavorare sulla loro mobilità e sul loro 'nucleo centrale', che stando sempre seduti si indebolisce. Ecco allora che servono esercizi per la mobilità delle spalle, esercizi cardiovascolari. Pochi, ma ben fatti e soprattutto ogni giorno", conclude Alberti. **m.s.**

Bastano pochi movimenti, ma fatti tutti i giorni in modo corretto, dalle flessioni per le cosce ai piegamenti sulle braccia

## GLI ADDOMINALI

Per rinforzare i muscoli addominali bastano poche mosse. Importante è però assumere la postura giusta per evitare strappi, stiramenti o danni alla schiena



## 20 MINUTI AL GIORNO

Pochi esercizi, ma costanti e quotidiani, sono l'arma vincente per abbattere i vari rotolini di grasso distribuiti su un corpo troppo sedentario



## CIBO MODERATO

L'ideale sarebbero 5 pasti al giorno, piccole porzioni con alimenti equilibrati



## FRUTTA

Frutta tutti i giorni. L'ideale è consumarne almeno tre porzioni



## MOLTI LIQUIDI

Bere tutti i giorni almeno un litro e mezzo di liquidi, non zuccherati



## La curiosità

Come scalare il Tourmalet senza lasciare la comodità del salotto

Un tempo andavano di moda le cyclette con la molla per indurre la pedalata. Poi sono arrivate quelle più moderne, programmabili e con tanto di cardio frequenzimetro integrato. Non sia mai di non monitorare il proprio sforzo. Ora, nell'era della digitalizzazione social a tutti i costi, ecco l'ultimo ritrovato della tecnologia. Una cyclette che ti permette di visualizzare il percorso del Tour de France e di seguire le orme dei vari Froome, Quintana e Nibali. Si chiama "Perform Tour de France" e rischia di diventare un vero e proprio "must have" invernale per chi d'estate si diletta a divorare centinaia di chilometri per strade e passi alpini. Facendo dimenticare i tanto vituperati "rulli".

A questo nuovo gioiello non manca davvero nulla. Si possono montare il sellino della bicicletta da strada o le pedivelle con agganci per le scarpette. Poi c'è l'hi-tech. Si parte dalla capacità della cyclette di seguire l'inclinazione del terreno. La "Perform" è in grado di imitare la posizione su ascese o picchiate fino al 20% di pendenza. C'è poi l'aspetto più informatico. Su un piccolo tablet sono caricati i tracciati della Grande Boucle - ma si possono personalizzare - attraverso Google Maps per Android e i percorsi street view. In questo modo si visualizzano le strade percorse dai corridori mentre la cyclette segue le asperità del terreno. Altro fatto interessante è che questo ultimo ritrovato è dotato anche di un cambio molto simile a quello delle biciclette da corsa, che permette quindi anche a chi la utilizza di adattare il ritmo a dipendenza della situazione e delle sue esigenze. Costa circa 1'600 franchi, ma volete mettere la soddisfazione di postare su Facebook o Twitter in tempo reale, dal salotto di casa, il vostro tempo d'ascesa sul Tourmalet?

# L'enigma in **giallo**

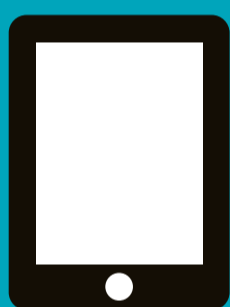
Per te fantastici premi

Ascolta **radio3i** alle 10.30

Seguici su 

Indovina il luogo misterioso

## Vinci



Tablet Samsung

Videocamere Canon



Boom Box!



**AutoPostale** 

La classe gialla.