

# Cappello e Boner han guadagnà

45avel Passlung da Martina a Scuol

■ (fmr/fa) Pel giubileum da la cuorsa da passlung in Engiadina Bassa es gnü prolungà il traget leivmaing e vaiva üna lunghezza da 22 kilometers. Dominà la cuorsa han pro las damas Seraina Boner e pro'ls homens Florian Cappello. In dumengia a las 10.30 sun partits a Martina 170 partecipantas e las partecipants dal 45avel Passlung Martina-Scuol. Sco l'on passà vaiva quista cuorsa tradiziunala in stil liber e classic eir ingon üna lunghezza da 22 kilometers: «Fond a Martina amo ün'anza tilla vaina prolungada per circa ün kilometer», ha declarà Jachen Bass, il president dal comité d'organisaziun (CO) da la cuorsa, «uschea s'haja pudü trar fingià al principi la cuorsa ün pa ourdgioter e dar als partecipants ün pa daplü lö.» A Scuol i'l areal dal böt a Serras-Runà han ils aspettatoors vis fingià intuorn las 11.20 a passar ad üna prüma grupp da nov curriduors suot il cumünin da Pradella oura.



Ils prüms trais chi sun rivats in dumengia a Scuol – Cappello, Galli e Giusti – han dovrà damain d'ün'ura.

FOTO D. TAUBER

## Success pels Talians

Cunquai cha Toni Livers nu vaiva pudü far la cuorsa d'eira in dumengia il favorit Morris Galli da Livigno. Ot jadas ha'l fingià guadagnà la cuorsa. Al di da la cuorsa però es stat Florian Cappello da Laas i'l Tirol dal süd plü svel: El ha dovrà ün temp da 55.55,4 per rivar a Scuol. Seguond es gnü Morris Galli cun 55.56,6 e terz Mattia Giusti da Prad (56.00,1). Ils plü svelts Engiadinais sun stats sco settavel Nicola Defila

da Chapella, ottavel es gnü Andrea Florinetti da Scuol e deschavel Noe Näff da Sent. Pro las duonnas es rivada la favorita Seraina Boner da Tavo cun ün temp da 59.33,0 sco prüma tras il böt a Scuol. Ella ha battü a Flurina Eichholzer-Bott da Zernez chi vaiva guadagnà las cuorsas dal 2018 e 2019. Quella es rivada i'l böt cun ün temp dad 1:01.27,1. Terza es gnüda la Tessinaisa

Maria Adele Zampa da Carone (1:03.40,7). La seguondsvelta Engiadinaisa es statta Tinetta Strimer da Scuol chi ha fini la cuorsa sco tschinchavla. Sesavla es gnüda Aita Kaufmann da Ftan, ottavla Christine Buzzetti-Moritz da Samedan e deschavel Simona De Stefani da San Murezzan.

Tuot ils resultats as chatta i'l internet: [www.passlung.ch](http://www.passlung.ch)

## «Giodü eir la 45avla cuorsa»

(fmr) Armon Nuotclà (annada 1948) dal Club da skis Sent es l'unic chi ha fat tuot las 45 cuorsas da passlung il prüm da Scuol a Martina e davo viceversa. La FMR ha discurrü cun el davo la cuorsa ch'el ha fat cun ün temp dad 1:26.54,0.

**FMR: Ingio ha'l cumanzà Sia carriera da passlung?**

**Armon Nuotclà:** Cumanzà a far passlung n'haja cun 16 ons. Da quel temp stavn in Engiadina Ota e là n'haja fat eir ün pèr jadas il Maraton engiadinais. Cur cha no eschan gnüts dal 1974 ad abitar in Engiadina Bassa vaivan Giovanni Mathis ed oters güsta fundà la cuorsa Scuol-Martina, ed eu tilla n'ha fatta da prüma davent.

**Che ambiziuns vaiva'l ed ha'l cur ch'el es a la partenza?**

(ria) Las prümas ot fin desch cuorsas n'haja fat cun l'ambiziun dad esser plü svel pussibel. Davo n'haja cumanzà a far la cuorsa plütost cunter mai svesa e provar da batter il temp da l'on avant. Uossa m'es il resultat secundar, eu vegn da qua aint dapermai giodond la cuntrada.

**Co s'ha sviluppada la cuorsa in quists 45 ons?**

Il prüm d'eira la cuorsa propcha üna cuorsa populara. L'important d'eira da tour part. I'l fratep es gnü ün pa damain da quels chi pensan uschea. I füss flot schi füssan daplüs curriduors populars chi pigliessan ün pa plü pacific.



Armon Nuotclà es l'unic passlunghist chi ha fat tuot las 45 cuorsas dal Passlung.

FOTO F. ANDRY

## Il böt es da viver in sgürezza

Sent: La Pro Senectute ha invidà ad ün inscunter culla pulizia

DA BENEDICT STECHER / FMR

■ La Pro Senectute da Sent cun sia organisatura Chatrina Ritzmann ha invidà ad üna davomezdi d'infuormaziun per seniors illa Chasa Misoch a Sent. René Schuhmacher da Panaduz da la pulizia chantunala ha infuormà als preschaints davart sgürezza e prevenziun. La pulizia chantunala dal Grischun cul post da prevenziun ha orientà ils seniors da Sent davart sgürezza e prevenziun e sün che chi'd es da dar bada i'l minchadi. René Schuhmacher ha referi in möd competent e cun umur davart ils privels dal minchadi impustüt per persunas ill'età avanzada. Ils seniors da Sent as chattan adüna darcheu ad inscunters cun temas chi's referischan impustüt eir a gliued attempada e pon dar buns tschögn. La Pro Senectute Grischun cun post da cusglianza pel Grischun dal süd a Susch trametta periodicamaing ün fögl volant cul program d'inscunters chi'd han lö per regla a Sent illa Chasa Misoch. Davo la part officiala s'allegran ils preschaints da passar amo üna pezza pro tuorta e café. «No ingoisain dad october fin mai var ot inscunters cun giantars, davomezdis da gös, ma eir cun referats d'infuormaziun per nossas senioras e noss seniors. Indicaziuns detagliadas vegnan publicadas i'l 'Mas-chalch', ha dit Chatrina Ritzmann.

### Rutina po esser eir fich privlus

Tenor Schuhmacher as poja evitar imprevisas negativas cun prevenziun: «Quai cha no lain hoz trattar insembel es sgürezza ill'età avanzada. Per incleger plü bain da che chi's tratta laina eir dudir ün pèr cifras davart la statistica criminala sainza lair far temma. Ün punct fich important es il cuntgnair da minchün.» Il post da prevenziun spordscha instruziun da deport sün via impustüt eir per scoulas. «No fain eir cussagliaziuns per cha'l dachasa dvainta plü sgür ed ün grond tema es hozindi mobbing. Plü bod as faiva quai cun discuurer obain culs

puogns, hozindi va la dispitta inavant cun mobbing chi muossa fuormas cun terror psichic e là eschan no da la prevenziun dumandats.» Sco ch'el ha dit haja dat cas in Grischun ingio cha giuvenils s'han bod tut la vita pervi da mobbing. Schuhmacher ha muossà ün pèr detagls da la statistica criminala e là s'haja vis chi ha dat dal 2018 in Svizra s-chars 560 000 cas o delicts criminals, da quels s-chars 9000 in Grischun. Trais quarts da quists delicts sun dal cudesch penal ed il rest pertoccan la ledscha da narcotizaziun e da la ledscha d'esters. Schuhmacher ha lura muossà a man dad exaimpels co chi's po evitar imprevisas negativas, per manzunar be ün pèr: Serrar la porta d'entrada da la chasa ed impustüt quella chi va our in üert, serrar fanestras, na laschar d'intuorn s-chalas, metter al sgür la buorsa dals raps, in butias na laschar la tascha aint il charin sainza survista, pro'l bancomat suogliar il pin e bler oter plü. «No provain da render malsgürs a laders e criminals cun plü gronda preschentscha da pulizia e cun prevenziun. Ün tema fich actual sun pulizists fos chi provain in tuot las manieras d'imbruoglar.»

## Il servezzan da la Pro Senectute

La Pro Senectute dal Grischun es l'organisaziun la plü importanta per agüd e servezzan per persunas ill'età avanzada in Grischun. Ella dispuona da ses posts regiunals da cusglianza a Cuaira, Tavo, Glion, Samedan, Susch e Tusan. In quels vain sport cusglianza sociala pro'l abitar ill'età avanzada, per gliued cun demenza, pro'l provedimaint da dret, cun cussagliaziun finanziala ed oter plü. Pel post per cusglianza per l'Engiadina Bassa e valladas dal süd es respunsabel Hermann Thom cul post a Susch.

## Da la musicalità e dal desideri d'incleger tuot

Sairada cun prelecziun da texts da Jacques Guidon

DA FLURIN ANDRY / FMR

■ «Nuschella» as nomna l'ultima publicaziun litterara da Jacques Guidon cun üna novantina da texts. Per cha la lingua clingia e resuna dessan ils texts rumantschs gnir lets ad ota vusch. Daspö ün pèr ons sun lavuors da Jacques Guidon omnipreschaints a Madulain. I's tratta però dad ouvras artisticas e na da litteraras: Silvia Sulz-Zindel expuona purtrets da Guidon illa galleria La Suosta. In gövgia passata vaiva ella organisà in sala cumünala üna sairada litterara cun l'artist da Zernez e cun Rico Valär, il professer per cultura e litteratura rumantscha a l'Università da Turich chi'd es oriund da Zuoz. Els han preschantà la publicaziun «Nuschella» da l'artist cun talent interdisciplinar e discus üna schelta da quels texts. La sala a Madulain d'eira bain occupada cun cuntschaints e gliued interessada da tuot l'Engiadina.

### Caleidoscops chi dan impuls

«Da preschantar a Jacques Guidon es sco da portar aua sül muglin», ha dit Valär ed ha dat be üna cuorta survista: «El es nat dal 1931 a Zernez sco figl da paur, ha fat il stüdi da magister secundar ed instrui a Puntraschigna, Zuoz e Zernez e lavurà pella Lia Rumantscha sco promotur regiunal.» A partir da l'on 1970 ha Guidon cumanzà a far eir da pittur artistic e caricaturist, «ed eir dad autur da poesias, raquints e teater.» Valär ha manzunà cha'l giuven Jacques vaiva survgni ün caleidoscop e chi gnia dit minchatant cha quai haja dat l'impuls da dvantar artist. «Schi, il caleidoscop ch'eu vaiva survgni am fascinaiva enormamaing, cun til stordscher daja mincha jada ün oter impuls», ha dit l'artist, «e per scriver douvra eir impuls, inscunters, mumaints sensitivs.»



L'autur Jacques Guidon (sch.) ed il moderatur Rico Valär in discussiun.

FOTO F. ANDRY

### Laschar ir las associaziuns

Illa publicaziun Nuschella douvra Guidon, sco ch'el scriva i'l pream, plets vegls chi sun pac frequaints illa lingua da minchadi. Cha blers nu savaran plü che cha quists plets vegls significhan nun es per l'autur ingün motiv da na tils dovrar: «I nu's sto incleger tuot, il cling dals plets dess portar l'orma inavant», ha accentuà Guidon, «i stess esser pussibel per minch'uman d'avair ün muond parallel ch'el nun inclegia dal tuot, sco chi nu's po neir incleger ils purtrets.» Valär ha dumandà schi dessa esser ün laschar ir las associaziuns? «Hej, precis uschè, in quists texts ha la lingua da tunar, minchatant n'haja vis chi dovraiva ün oter pled per chi clingia e n'ha tut p. ex. il pled jauer jaja invezza da tanta.» Sco cha l'autur ha manzunà dovraiva sia mamma fich blers da quists plets vegls ch'el ha tschernü pels texts da las Nuschellas. «Nuschels sun la nudritüa preferida da las cratschlas, ellas zoppa la nuschella e 90 pertschient da quella chatta darcheu», ha Guidon declarà,

«eu n'ha eir zoppà mia nuschella, e minchatant chatta darcheu ün o tselch pled.»

### La difficultà culla traducziun

La publicaziun Nuschella es bilingua. Tuot ils texts ha Guidon tradüt eir in tudais-ch. «Illa traducziun va sforzadamaing a perder la melodia dals texts», ha constatà l'autur, «istess n'haja tradüt perquai ch'eu n'ha uschè blers amis chi nu san rumantsch, per els n'haja provà da tradüer.» Illa discussiun ha manzunà Romedi Arquint la caricatura da Guidon cul mail rumantsch e'l verm tudais-ch chi fa gnir marsch il früt: «Tü est adüna stat ün fervent cumbattant pella lingua e scrivast uossa eir tudais-ch, est gnü plü tolerant?» – «Eu sun adüna stat tolerant», ha respus Guidon cun ün surrier, «eu provu almain dad esser quai, las cornas n'haja schon glimà giò ferm.» I's texts illa Nuschella as bada il plaschir da l'autur, Jacques Guidon giova culs plets rumantschs, culs vegls, ma adüna darcheu eir cun novs.