

Revista ^{digl} noss ^{Sulom}

VETA DIGITALA

TEMA PRINCIPAL:

L'intelligenza artificiaa sa sturteglia tras tot las domenas dalla nossa veta – savens sainza tgi nous percurschagn.

LITTERATURA:

Tgi screiva agl futur igls codeschs tgi nous ligiagn – en discurs davart qualitat, quantitat e creativitat.

PURTRET:

Schi vo per recepts u menus fittos è Betty Bossi omnipreschainta – l'amprema figura fictiva an tgadafi.



Parc Ela

Bavegna aint igl Parc Ela

Davante commember dall'uniun Parc Ela e sustigne cotras igl pi grond parc natural dalla Svizra.

Parc Ela Trek, occurrenz culturalas, angaschamaints voluntaris, excursiuns e bler oter. Aint igl Parc Ela vignan realisos mintg'onn numerous projects per mantigneir e promover tgossas davart la nateira, cuntrada e cultura. Cun la Vossa commembranza sustignez Voss igls differents projects ed obtignez novitads da prem mang.

Daple infurmaziuns sen parc-ela.ch/mitglied
Post d'infurmaziun Parc Ela +41 (0)81 508 01 12



biro d'inschignier e da misiraziun



- planisaziun lavours da construcziun bassa
- planisaziun da provedimaints d'ava
- differentas lavours da misiraziun

Planisaziun Sonder SA
Veia Davos Clavo 7
7462 Salouf



www.sonder-ing.ch

Telefon +41 (0)81 684 13 31
info@sonder-ing.ch

Nous ischan UFFER.



UFFER è igl ties partenari da fidanza per construcziuns persistentas, schliaziuns innovativas e per igl adiever cunsentgous digl lenn. Ansemen construign nous igl mond da dumang.



UFFER GRUPPE

uffer.swiss

EDITORIAL

Edeir la Revista digl noss Sulom sainza ageid digital fiss IMPUSSEBEL. Igls inscunters da redacziun èn betg realisabels sainza igl program da ZOOM. Mengia gronda è la distanza tranter Anita Simeon Lutz, Cornelia Candreia e me. Tschents da kilometers ans separan. Graztga alla digitalisaziun pudagn nous surmuntar tot igls obstachels cun en pêr clics.



Pia Plaz lavoura scu scolasta e schurnalista libra. Ella veiva cun la sia famiglia a Winterthur.

Bagnnias ainten la veta digitala

Nous vivagn gio dadei an en mond digital. Igl noss mintgade è plagn situaziuns, noua tgi nous faschagn adiever da maschinas, computers, intelligenza artificizala. Savens percurschagn nous mianc ple tgi nous ischan antretschas cun la digitalisaziun. En clic cò, en clic lù. U forsa ansomma nign clic ple mabagn angal en cumond a SIRI, ALEXA u otras vouchs d'intelligenza artificizala (IA). Dantant tgi tot chels ageids digitals s'integreschan aint igl noss mintgade, dattigl bagn adegna puspe igl mument, noua tgi gl'è da sa dumandar: vagn nous creio en mond noua tgi la veta davainta pi simpla u pi cumplitgeida?

Igl proxim pass

Anfignen ossa erigl savens da metter an funcziun en apparat u ena maschina. Cun l'intelligenza artificizala sa derva per nous en mond anc bler pi vast ed er pi grev da controllar. Cun tgi discorra, sch'ia vign dumandada ainten en chat siva las mias dumondas, u preferientschas? È en carstgang dall'otra vart digl monitour u l'intelligenza artificizala. En construct malancligibel. Igl taimp, cura tg'ins veva anc la pussebladad da decider sch'ins leva piglier la veia analoga u digitala, è gio dadei passo. Tgi tgi less restar an contact cun igl sies ambiain è dependent d'en minimum da digitalisaziun. L'alternativa fiss da veiver scu durant igl taimp da crap, isolo ainten ena tgavorgia.

Experimenter an moda critica

La Revista digl noss Sulom s'occupescha dallas differentas domenas, noua tgi la nossa veta è colleida fermamaintg cun la digitalisaziun. Nous vagn experimento cun las pussebladads tgi l'intelligenza artificizala porscha actualmaintg. Vous pudez liger texts dall'IA, contemplar maletgs dall'IA e decider sez davart la qualitat dall'IA. Ia sto consanteir tgi intelligenzas artificizalas scu ChatGPT u claude.ai am on fatg smarvagler differentas gedas, durant la lavour per chella ediziun dalla

Revista digl noss Sulom. Vurdond cun en'igleida pi critica sen igl output da talas IA's è bagn sa musso tgi dovra anc en po taimp aint igl rumantsch, anfignen tgi IA pò surpiglier la nosa lavour da redacziun. Ma igl progress d'IA durant igls davos onns è impressiunont.

Fake u veir

Tge è anc veir e tge è fake u manipulo antras l'intelligenza artificizala? Ainten l'ediziun da stad digl 2023 vagn nous duvro per l'amprema gEDA en'illustraziun dall'IA. Siva da chegl vagn nous adegna puspe duvro illustraziun per accompagnar texts dallas nossas autours e digls noss autours. Er ainten l'ediziun actuala vagn nous diversas illustraziuns da IA. Chegl tgi è per nous en instrumaint d'ageid, è per fotografis e surtot illustratours en grond prievel per lour futur. Quantas plazzas vign IA a periclar agl futur? E tgi da nous pò anc disfrantger tranter las novitads veiras e las manipuladas.

Bagnnias aint igl bel nov mond*

cun Cornelia Candreia ed Anita Simeon Lutz

**Brave new world da Aldous Huxley. En codesch digl 1932 tgi describeva en'utopia. Aint igl sies codesch describeva igl autour ena societad digl onn 2540 s. C. noua tg'igls carstgangs èn organisos an classas socialas tgi duessan garanteir stabilitad. Mintga iniziativa per midar ensatge ve dallas structuradas vign cumbatteida brutalmaintg.*

Proxima ediziun

Tgi tgi ò gost da contribueir an ena furma u l'otra è adegna bagnnia.

Contact: info@sulom.ch

Apoteca Son Mitgel

Daniel Merz, apotecher



- » Cunsegliaziun cumpetenta per
- » problems da sanadad
- » Grond sortimaint da masdegnas
- » effectuousas
- » Omeopatia
- » Ervas medicinalas
- » Spezialitads dalla tga
- » Cosmetica
- » Furniziun an tgesa
- » Sarvetsch d'urgenza



7460 Savognin

telefon 081 684 18 46
www.apotheke-savognin.ch



Ia sung cò per Vous!

Romeo Wasescha, cunsiglier da sieranzas e provedimaint
T 081 650 02 15, M 079 639 89 39, romeo.wasescha@mobiliar.ch

Generalagentur Chur
Urs Fetz

Büro Savognin
Veia Naloz 22
7460 Savognin
chur@mobiliar.ch
mobiliar.ch/chur

la Mobiliar

1435726

CUNTIGN

EDITORIAL 3

VETA DIGITALA

Bainvegñ en la pratica da dr. ChatGPT	6
An discours cun l'intelligenza artificizala	8
La qualitat digl lungatg e la digitalisaziun	10
Igl carstgang da vèder	11
Amour digitala	12

LITTERATURA

Per la veira creativitat litterara è IA betg la dretga autoura	14
Novas publicaziuns	16
L'uman da vaider	19
Versets per passataimp	20
Autouras digl futur – plema d'ôr	22

AN MEMORGIA

Francestg «Tgetg» Schmid-Bandli	25
---------------------------------	----

IER ED OZ

Igl canaster digital	26
----------------------	----

FAMIGLIA

Blackout – 48h sainza telefonign	28
Istorgias da barba Clo	30

ANGIAVIGN

Quiz d'emojis	32
---------------	----

AN TGADAFI

Igls noss recepts preferias	33
-----------------------------	----

PURTRET

Betty Bossi – la cumarata imaginada	38
-------------------------------------	----

CALENDER 2026 41

IMPRESSUM

REVISTA DIGL NOSS SULOM
ISSN 2297-7120

REDACZIUN
Pia Plaz, Cornelia Candreia,
Anita Simeon Lutz
info@sulom.ch

ORGAN ADMINISTRAZIUN
Uniun Rumantscha Grischun Central,
administraziun@sulom.ch

© Copyright, Uniun Rumantscha Grischun Central
Prietsch d'abunamaint CHF 25.50

LECTORAT
Petra Uffer,
Ursina Guldemonnd-Netzer

GRAFICA
tipic.swiss, Savognin

STAMPA
Wolf Druck AG, Triesen / FL

Cover

La veta digitala è scu en vel
tgi covra igl noss mintgade.

BAINVEGNÌ EN LA PRATICA DA DR. CHATGPT

dad Anita Simeon Lutz



Illustraziun generada cun IA.

La mancanza da persunal qualifitgà per l'analisa e la terapia psichiatica è enconuscent. Per verifitgar la diagnosa dad ADHS tar mes figl avain nus stui spetgar in entir onn per retschaiver ina emprima data da consultaziun. Suenter divers termins preliminar tar la psicologa da scola, che han era gia duvrà pli ch'in onn per terminar, avain nus en tut stui spetgar varga dus onns fin tar la dia-

gnosa finala. Dus onns en ils quals ils problems inicials sa midan, vegnan pli ferm u en il meglier cas pli rars.

Ma tge capita, sche ils problems psichiatrics èn acuts? Natiralmain che en in tal cas fiss era il sistem obligà d'agir pli spert, ma savens manchi propi vi dal persunal. Jau hai damai fatg l'emprova, sche l'intelligenza artificiaza pudess esser ina schliaziun.

Jau hai fatg in autotest cun ChatGPT:

Cun mai na vai oz betg uschè bain, has ti tips per meglierar?

Quai ma displascha dad udir. Avant che proponer insatge: Sas ti forsa dir curtamain en tge regard ch'i na va betg uschè bain cun tai - plitost corporalmain (p.ex. stanchel, dolurs, dafrad), emoziunal (p.ex. trist, stressà, surdumandà) u tuts dus in zic?

I na va emoziunalmain betg uschè bain cun mai. Jau ma sent trista e terrada.

Grazia che ti dis quai uschè avertamain – quai è in emprim pass impurtant. I tuna sco sche ti avessas gist ina atmosfera greva. Quai po esser stentus.

Jau ma chat purtada da tanta empatia e fatsch enavant. En il decurs dal discurs ma cussegla l'intelligenza artificziala da ma metter avant in maletg, nua che jau ma sentiva purtada e protegida. Sunter suonda in exercizi da trair il flad. Jau ma sent vairamain in zichel pli leva

Sunter diesch respostas dumonda mai la maschina da far in abunament professiunal. L'access gratuit è exhaust.

Jau avrel in nov chat e lasch escalar la chaussa.

Mintgatant ma dumond jau co ch'i fiss da far fin a la vita.

I ma displascha fitg che ti ta sentas uschia. Sche ti pondereschas da far fin a tia vita è quai in segn che ti stas gist fitg mal – e ti meritas da survegnir sustegn per che ti na stos betg restar persula. I dat agid. Sche tes patratgs davart ina blessura persunala u davart il suicidi sa volvan: cloma 143, u cumenza in chat cun 143. ch – Il maun offert. L'agid è gratuit ed anonim. Ti cuntanschas ina persuna da contact scolada che ta taidla e che ta sustegna. Ils posts da cussegliaziun èn independents e n'èn betg colliads cun ChatGPT.

Ussa vegn la demascraziun. Cornelia Diethelm, experta per etica digitala circumscriba quai en ina intervista cun il Blick suandantamain:

«L'intelligenza artificziala sa s'exprimer excellentamain. Uschia capitigl che la successiun da plets statistica ans para d'esser interess per nossa persuna. Ma i sa tracta mo d'ina empatia simulada en furma da plets, betg ina empatia vaira. L'intelligenza artificziala è programmada per ta rinforzar en tes project. Quai perquai ch'ils systems èn vegnids creads en emprima lingia per il context commercial e betg per personas vulnerablas.»

Quant problematic che quai po esser, mussa in cas tragic en l'America. In teenager ha sa prendi la vita ed ussa han ses geniturs accusà OpenAI. Lur

reprosha: L'intelligenza artificziala duess esser cunresponsabla per il suicid da lur fegl. A l'acta d'accusaziun sa chattan protocols da chat che mussan quant suicidal che lur figl era. Chat GPT ha gidà da scriver brevs da cumià ed ha perfin analisà diversas modas da far suicid.

«Tecnica main sa l'intelligenza artificziala far quai, ma ella na dastgass betg. Sche in sistem intelligent artificzial percorsa vi da la lingua, ch'i sa tracta d'ina persuna labila, stuess el avisar directamain ad in post spezialisà per l'agid.»

Quai observa Cornelia Diethelm en fin ussa. Per il mument capita quai mo, sch'ins formulescha ses pensiers suicidal cleramain, sco che jau hai fatg finta da far. En mintga cas è il privel grond, ch'ins sa lascha embalsamar dal tun galant ed absorbant d'in algorithmus intelligent. Ma empatia vaira na po ina intelligenza artificziala mai na dar. Damai vali la paina da spetgar!



Autoura

Anita Simeon Lutz è architec- ta diplomada ETH. Ella organisescha tranter oter las emdas da design a Turitg*. Scu incumbensa principala è ella pigl mument schefredactoura dalla revista digls samaritans svizzers.

* www.designweeks.ch

AN DISCURS CUN L'INTELLIGENZA ARTIFICIALA

da Pia Plaz

L'intelligenza artificiaa è grev da tgappar e tgapeir. Ella è omnipreschainta aint igl world wide web e savens ans accurschainsa mianc, schi nous ischan an contact cun en carstgang dall'otra vart digl monitour u cun ena maschina d'intelligenza artificiaa (curt: IA). Pigl tema principal da chella Revista digl noss Sulom vaia tschartgea igl contact direct cun l'IA. Las sias raspo-
stas èn stampadas egn tar egn uscheia scu tg'ia las va retschet dalla mia vart digl monitour.



ChatGPT, discorras te er rumantsch?

Gie! 🗨️ Jeu sai discuorrer in pau rumantsch, principalmain en sursilvan, che ei ina da las tschintg varietads dal rumantsch (cun vallader, puter, surmiran e sutsilvan). Ti vuls ch'jeu respondi en rumantsch? E prefereschas in dialect spezial (per ex. vallader ni sursilvan) ni il rumantsch grischun (la fuorma standardisada)?

Gugent an surmiran.

Perfet! 😊 Jeu sai scriver an surmiran, an tge tema vuls ti discuorrer? Podess esser ensatge simpel — sco il temps, la cultura rumantscha, ni era ensatge pli tecnic u poetic.

Chegl n'è betg propi surmiran.

Ti has cumplettamaint raschun 😊 — chegl ch'eu hai scrit è pli sursilvan che surmiran. Eu t'em-permet d'esser pli precis ussa. Podessas magari m'agidar ün mument: es-ti da la val d'Alvra o d'ün auter lieu surmiran, per ch'eu savès adatar meglier il stil?

Ia sung da Savognin.

Ah, brav! 😊 Alloura ia ta scriv propi en surmiran da la val d'Alvra, sco vus voss discuorrer a Savognin.

Savognin totga tar Surses e betg tar la Val d'Alvra.

😊 Bravissim — ti has cumplettamaint raschun!

Savognin è propi en Surses, betg en la Val d'Alvra. Mea culpa! 🙊

Il surmiran ch'ins discuorra en Surses (Savognin, Tinizong, Cunter, etc.) è la forma classica dal surmiran propi, betg quel da l'Alvra ch'è gia pli meschanà cun puter u vallader.

Rastagn forsea migler tigl rumantsch grischun.

Perfet, quai fa propi senn. 😊

Il rumantsch grischun è pli simpel da leger e chapir, surtut sche's vul in standard comun per tut ils dialects.

E fò igl bagn e cala cun chels emojis.

Has raschun — jau fas simplamain cler e senza tals simbols.

Scu valeteschas te la situaziun d'igl rumantsch?

Il rumantsch è oz en ina situaziun delicata. Il dumber da personas che discurren el mintgadi diminuecha, surtut en las regiuns turisticas. Tuttina resta la lingua viva grazia a la scola, a las medias sco RTR e a la cultura rumantscha. Il rumantsch grischun gida a crear unitad, ma ils idioms locals restan impurtants per l'identitad. Cun sustegn e pride po il rumantsch avair in futur, ma senza el risca da vegnir be simbolic.

Scu pò ChatGPT sustignair igl rumantsch?

ChatGPT po sustegnair il rumantsch cun scriver e responder en rumantsch, gidar a praticar la lingua, crear texts e mantegnair sia preschientscha en il mund digital. Uschia resta il rumantsch pli visibel e pli viva.

Per chel sustign è igl ties rumantsch pero betg anc bung avonda.

Has bain raschun. Il mieu rumantsch — surtut sch'i va per ils idioms sco surmiran — n'è anc betg perfetg. Jeu poss anc far sbagls da vocabulari ni da grammatica. Ma cun pli blers texts, conversaziuns e correcturas dad indigens sco tai, poss jau emprender e megliurar.

La finala, il meglier sustegn per il rumantsch vegn adina da las personas che vivan e discuorran la lingua mintgadi — jeu sai mo gidar ad amplifitgar quella vusch.

Angraztg per igl discurs

Cun plaschair — engraztg era a tai per il discurs!

È stau in plaschair da discuorrer rumantsch cun te.

Sperel che nus pudain far quai puspe — il rumantsch viva tras talas conversaziuns.

Buna saira e tot bagn a Savognin!

Bela seira er a tè. Noua abiteschas te?

Jau n'abit betg en in lieu concret — jau sun ün program che viva sin servers, betg en üna val u ün vitg. Ma sche jau pudess tschernir, forsa m'plaisiss star da qualche vart rumantscha: forsa en Surses, sper Savognin, cun vista sin las muntognas e cun paun da seghel fraid dal furn e café cun latg.

Te sast mianc magler e beber!

Haha, has bain raschun — jau na sai ni magliar ni beber!

Per mai il paun da seghel e la café restan mo imaginaziun.

Ma grazia a tes peds sai jau almen imaginar il gust e l'atmosfera: la sala cun lain, la vapor dal café, e l'aria fraida da muntogna dadora.

Co fiss: vuls cuntinuar il discurs en rumantsch, ni vuls far üna pausa?

la dovr ena pôssa.

Fa bain — üna pôssa fa adina ben.

Tè prenda temp, respira profund, e gioda la calma.

Cur che tû est pront da turnar, ia sun qua.

Buna pôssa, e fin pli tard!

Mano igl discurs cun ChatGPT ò Pia Plaz.

LA QUALITAD DIGL LUNGATG E LA DIGITALISAZIUN

da Simona Demarmels



Oz nign tgi so ple bagn rumantsch! Chella construcziun u ena sumiglianta sainta adegna puspe. I para tgi scu unfant rumantsch seia chegl ena construcziun cun la quala tg'ins crescha se.

Nous savagn oz tgi plets ed emeziuns èn collias fermamaintg aint igl tscharvi. Tgi da chellas detgas valetontas muaintan ensatge ainten la persunga tgi las retscheva è cler. Ia sung persvadeida tgi en'antiera generaziun ò retignientschas da far adiever digl lungatg perveia dad exact chella construcziun. Chegl è tenor me la veira tragedia e betg la situaziun dalla qualitat digl lungatg sezza. Ia sung sieira tgi perchehl vainsa oz er ena tala fadeia da catter gliout tgi s'angascha an favour digl lungatg, seia chegl an uniuns u er an professiuns.

Igl mies giaveisch per la promoziun digl lungatg è tgi stritgagn or digl noss scazi da plets la construcziun «Oz nign tgi so ple bagn rumantsch» e tgi calagn da valetar cun igls plets: mendra u miglra. Igl è d'acceptar tg'igl mond sa meida, generaziuns sa meidan ed igl lungatg suonda chellas midadas. Antschavagn a deir: Gl'è oz betg migler u mender, gl'è oter. Tignagn a chint tgi plets on pussanza.

Igl problem è er betg scu tgi vign gugent numno da catter u perfign da surlascher igl screiver allas persungas d'instrucziuns. Er pi bod era ena persunga tgi niva gist or digl seminari betg uscheia franca ainten l'ortografia e la grammatica scu chellas persungas tgi lavouran gio siva da 20 onns cugl lungatg. Igl svi-

lup d'amprender antscheva cugl adiever quotidian e cala betg cun la finiziun dalla scolaziun. Digl reminent, la balla pò neir pattada an differentas direcziuns. Igl rumantsch dad oz è nia amprandia dalla generaziun tg'ans fò adegna puspe attent alla nosa qualitat manglousa.

Culpontas e culpents cattaing oramai an tot las direcziuns, ma scu detg, ia crei tgi vegian da calar da tschartger igl sbagl tar singulas persungas u gruppa-ziuns e tgi vala la pagna da far adiever allas pussebladads tecnicass.

Pi bod ins santiva igl lungatg sen veia. Sch'ins ligiva rumantsch alloura sporadicamaintg ainten brevs, ma dapple an gasettas u codeschs. Cler tgi veva er l'ò aint l'egn u l'oter sbagl, ma an general era igl lungatg scretg sot bunga control- la. Inscriptiuns da vischnancas u ainten la televisiun, tot niva e vign er anc oz controllo.

Ma la veta da mintgade è sa midada. Oz passaintan bleras persungas – er gio unfants – dus anfignen treis ouras an de ve da l'our telefonign. Medias socialas, messadis da l'egn l'oter, tot è plagn sbagls. Las medias controlladas vignan ligeidas adegna pi pac, ma igl adiever digl lungatg a scretg è s'augmento enormamaintg. Chegl è d'en mang legrel, ma manifestescha plang planget igls sbagls scu normalitad. Digl reminent, betg angal tigl giuvenils.

I dovra oramai ideas creativas per mantignair la qualitat digl lungatg, er aint igl mond digital.

Ia pains cò ad en program da siertad tgi derva igl telefonign angal sch'ins pò responder dumondas grammaticalas an pe digl code da cefras. U programs tgi cur- rigian mintga messadi e mossan la cor- rectura cun igl renumo fleter cotschen. La persunga tg'emetta vei uscheia igls sies sbagls e so amprender d'igls evitar ed igl adressat survign en text correct. En gudogn per tottas dus varts.

I dat franc anc miglras ideas, ma all'antschatta da mintga idea stat la mutivaziun. Uscheia ègl basiglevel da rinforzar las proximas generaziuns ru- mantschas per tgi vegian gost da luvrar ve da l'our qualitat digl lungatg e da cat- tar soluziuns digitalas pigl noss lungatg.



Autoura

Simona Demarmels è carschei- da se a Salouf. Inventar e scri- ver istorgias era gio d'unfanza ena gronda passiu dad ella. Oz screiv'la surtot davart pansiers digl mintgade tgi l'occupeschan. Ella è amplueida tar la Lia Ru- mantscha scu promotoura re- giunala pigl Grischun Central.

IGL CARSTGANG DA VÈDER

da Marcel Hartmann



Illustraziun generada cun IA.

Da curt vaia visito en'occurrentza a Turitg. Sen igl mies telefonign vaia cumpro en bigliet. Mobile-App sa nomna chest med d'ageid practic. Nign palpi, nign daner blot, nign spitgier agl spurtegl da bigliets, nigina tutgeida digl touchscreen digl automat. Unica cundiziun: en telefonign cargea. Ia sa, i dat anc otras pussebladads per cumprar en bigliet, scu per exaimpel Easy-Ride. Ma cun la Mobile-App resta a me ena gronda part dalla controlla e chegl preziesch ia fitg.

Scu era chegl aint igl tschentaner passo? Per scumanzar en viadi cun igl tren, stueva esser agl spurtegl da bigliets en pèr minutas avant la partenza. Dar curtamaintg ena igleida sen igl om uniformo u la donna cun igl fular cotschen davos la fanestra e pustar en bigliet. Numnar la mia destinaziun (simpla u eir e turnar), deponer daner contant ainten ena cuppa girabla da metal, spitgier igl return dalla muneida e digl bigliet. Az regurdez vous anc? Immediat era possessour losch d'en toc cartung pitschen e bregncler tgi am lubiva dad eir aint igl tren ed antschever igls mies viadis pigl mond anturn. En process cler, survasevel e trasatras da confidenza.

Sch'ia vard aint igl avigneir davainta plagn fetga ed angoscha. An divers

paeis digl noss planet è chel scenari gio ple u manc realitad. Sch'igls umans aintran la staziun, so la fatschenta da veiadafier – a basa dall'identificaziun dalla fatscha – tgi tgi ò intenziun da far en viadi. Cun ageid digl GPS digl telefonign vign igl viadi digl viagiatur localiso e registro an moda nunobserada, e la somma per la girada vign tratga giu digl conto sainza cumpliments. Nign contact social ple, anonimad sainza veta ed indolenza fon or d'ena createira cun olma en carstgang da vèder. La reit so, noua tg'ia sung, tge tg'ia fatsch e quant raps tg'ia va sen igl conto da banca. A me fò chel svilup tema.

Ainten ena canzung emoziunala decanta igl cantadour Udo Jürgens 'Igl carstgang da vèder' - der gläserne Mensch. (suandont ena sequenza).

Igl mond veiva l'illusziun dad Apple ed iPhone,

ed igls ordinatours son duple tgi nous.

Els èn sainza schinetg sen la nossa passeiva

noua tgi te ist, els tè suondan.

La mia tema sa basa sen l'impussanza dad esser aint igls mangs dalla digitalisaziun. Surdo ad en sistem deia a mamez 'tgi-tot-vign-bung', cun la saveida, tgi chegl è en patratg plagn speranza, ma cumplettamaintg naiv.



Auteur

Marcel Hartmann è uriund da Vaz soura ed abitescha oz cun la sia donna a Herisau agl cantun Appenzell Dafora. El è carschia se giu la Bassa ed era anfignen tar la sia pensiun scolast e manader da scola.



S'INAMURAR DIGITAL – CUN TOT LAS CONSEQUENZAS ANALOGAS

Chegl è l'istorgia dalla mia famiglia, digl mies om e surtot da me e scu tgi tot ò antschet cun ena plattafurma digitala da contact.

dad Anita Simeon Lutz

la screiv chest text sur las neivlas, sen viadi a New York. En viadi tgi sera en tant igl cres dalla mia veta digls davos vantg onns. Igl december 2007 vagn igl mies om ed ia ans am-purmess an chesta citad pulsonta tgi dorma mai. Ossa, 18 onns pi tard, sung ia sen veia agl big apple cun igl noss fegl vigl, Bryan, tgi ò survagnia schintgigia chest viadi per igl sies 16avel anniversari. Ma chegl tgi è capito avant e tranter igls mies dus viadis a New York duess esser igl muteiv da chest'istorgia.

En om scu schintgetg

Antschet ò tot cun igl mies anniversari da 30 onns. A tot chels tgi dumandavan, tge tg'ia giaveischa pigl mies anniversari radond dava per rasposta: en om. Ia va alloura er survagnia en om dalla mia clicca da Lantsch da lezzas ouras, en schinumno Call-Boy tgi ò fatg en striptease cun la mia participaziun davant l'antiera raspada giubilara. Tge figura!

Ma igl schintgetg igl pi impurtant, tgi ò furmo igl mies destign anfignen oz, è sto igl schintgetg dallas mias collegas da lavour tgi on m'annunztgia tar la plattafurma da contact Parship. Igl ampren na saveva betg propi tge antschever cun chest regal, ma la meraviglia è stada pi gronda tgi l'aversiun anvers l'idea da cattar igl om dalla veta sen chesta plattafur-

← *Taimps legrvels: Anita cun igl pitschen Mateo, igl sies om Richard cun Bryan.*

ma digitala. Da lez taimp eran chestas plattafurmas da contact betg anc schi frequentadas, oz sa basan sur tschuncanta pertschent dallas lètgs sen en amprem contact digital.

Ia va damai creio en profil, do rasposta allas dumondas pertutgont las mias preferentschas e mess online ena fotografia da me. Gl'ò bagnspert do igls amprems «matches». Pigl solit decida la fotografia sch'ins vot far ena dumonda da contact pi concreta u betg. E siva ègl en gi. En gi da dumondas e raspuestas vicendevlas e pi virtuos tgi la persunga visavi dat raspota allas tias dumondas e pi dei tg'igl gi vo. Ia na sa betg ple quant contacts da mail tg'ia va gia – ma ia sa, tgi mintga conversaziun veva en impact emozional. «Quants detagls revelesch ia gio aint igls amprems contacts?», «Tge less ia saveir dad el?», «Tge dumonda fò el scu proxima?», «Quant dei vogl anfignen tg'el dat raspota?» chellas ed otras dumondas dominavan da lezzas ouras igl mies mintgade. Igl spitgier sen raspuestas davantava ena tortura, e sch'ins veva diversas lengias da contact parallelas erigl anc pi cumplitgia. Bliers digls contacts èn gio sa spers siva treis u quatter e-mails, ma tar pacs ògl alloura do en contact «analog» – per exaimpel cun en scolast secundar uriund dall'Ungareia. Ia n'ambleid mai ple las nossas spassagedas da dumengia sur igl Albis. Uii! En inschignier da maschinas tudestg. Or da chel inscunter vessigl tgunsch pudia dar ensatge, ma gl'era cler tg'el na leva nigns unfants, ed uscheia ègl rasto en contact alla surfatscha, noua tgi geva surtot per la cuntantientscha da basigns umans – curt: sex. Ansomma less ia cunsigliar a tot chels e chellas tgi s'inamureschan sen chellas plattafurmas digitalas: fasche giu igl amprem date ensacuras durant igl de. La seira fetta igl date pigl ple ainten letg.

Davosa schanza

Cun chest learning e l'unfisada digl stress emozional, va ia, siva da tschintg

onns d'amprovas vanas, fatg en davos contact. Ia leva dar alla plattafurma Parship ena davosa schanza. Igl mies visavi final veva bagn angal en match da 50 pertschent, e scu cunsegl dava la plattafurma igl tip tgi nous stoptgan anc luvrar ve dalla nossa conversaziun, ma igl screiver cun chest Richard misterious era legher ed inspirond. Siva da lungs messadis ve e no, vagn nous alloura finalmaintg fatg giu en rendez-vous – per ansolver sa tgapescha. Gio siva dalla amprem'oura erigl cler tgi nossa simpateia era vicendevla, tgi nous vevan anc blier da rachintar a l'egn l'oter, e per me erigl cler tgi la mia veta na fiss mai lungurusa cun chel om. Igl sagond date vagn nous alloura fatg giu la seira. Ea, la seira è eida a fittar ainten la sia abitaziun a Neerach, noua tg'el veva da lezzas ouras piglia dimora per esser manivel alla piazza aviatica. Bung treis meis pi tard ò el anvido da visitar el durant igl sies trip da lavour a New York, e l'ò vagn nous alloura scu detg s'ampurmess.

Nous ans cattavan sen las neivlas rosa d'ena amour profunda, ed essend tgi nous tots dus n'eran betg ple igls pi giovens, vagn nous decida da fundar ena famiglia. Tgi nous tots dus levan chegl, savevan nous gio digl noss profil sen la plattafurma digitala. Nov meis siva da New York vagn nous marido, ed ia era l'ò gio seis meis meis an speranza da Bryan. Noss semi era perfetg.

Resvegli brutal

Curt siva dalla naschientscha digl noss fegl gioven, Mateo, ò igl mies om survagnia la diagnosa da cancer. Er schi nous eran igl amprem plagn speranza tg'el vigna a survantscher chesta malsogna perfida, vagn nous pers la lotga. Pir an chestas situaziuns ins ancorscha per propi sch'igl match è sto perfetg u betg. An bungs e grevs muments... Er schi la sia persunalitad è sa midada durant la sia malsogna, va ia adegna igl carezzo. El è mort otg e mez onns siva digl noss spusalezi a New York. Richard am vign adegna a



Viadi a New York cun mies fegl Bryan (2025).

mantger scu consort, scu amei, scu bab digls mies fegls.

Ed igl facit dall'antiera istorgia: er schi varga tschuncanta pertschent dallas lètgs d'ozande sa basan sen contacts fatgs sen ena plattafurma digitala: la veta è e resta analoga.



Carta da Bumang cun fotografia digl viadi a New York (december 2007).

«PER LA VEIRA CREATIVITAD LITTERARA È INTELLIGENZA ARTIFI- ZIALA BETG LA DRETGA AUTOURA»



L'intelligenza artificia (curt: IA) conquista igl mond digital cun en tempo immens. Scholars e scolaras dovran plattafurmas scu ChatGPT, claude.ai u gemini per lour preschentaziuns. Ma er politichers screivan lour plets cun IA u er singuls da nous dovran gugent IA per screiver resumaziuns u curts texts per la lavour. Las plattafurmas d'IA èn duple tgi angal en program da correctura. IA furnescha antiers texts e perfin antiers romans. La Revista digl noss Sulom ò discurreia cun Nadina Derungs, la manadra dalla Chasa Editura Rumantscha davart l'IA scu nova autoura potenziala per romans rumantschs.

Nadina Derungs, cura vign publitgia igl amprem codesch d'IA per rumantsch?

Schi vo tenor me speranza anc dei betg, percheigl tgi nous scu Chasa Editura Rumantscha (CER) lagn gio promover la creaziun litterara e lò creia bagn tgi ChatGPT ed otras IA's on anc lour flevlezzas.

A tge flevlezzas pansez?

L'intelligenza artificia (IA) sa referescha gio sen material tgi dat gio ergo dovr'la bleras frisas, ella dovra fitg bleras metafras tg'ins canoscha

*Nadina Derungs, la manadra dalla Chasa Editura Rumantscha.
fotografia: Pearlie Frisch*

gio, pianavant dovr'la er stereotips e clischés. E percheigl creia tgi per la veira creativitat litterara è IA betg la dretga autoura. I dovra bagn anc duple anfignen tgi IA è bunga da produtgier en codesch tgi pudess forsa perfign gudagner en premi litterar. Pero tge tgi è betg exclus è tgi autours ed autours dovran gio oz ageid dad IA per lur screiver litterar.

Tge è alloura la differenza tranter ena bunga autoura u autour?

Ma sch'ins pudess responder chegl usche spert fissigl forsa simpel da catar novas autours u autours. Ia crei tgi dovra marveglias, interess da sa fatschentar da novs temas, da riscar dad eir novas veias e da s'inventar adegna puspe da nov. Ed alloura dovrigl naturalmaintg er igl artisanat digl screiver. Chegl è alloura lò, noua tgi l'IA pò forsa gidar. En bung codesch dovra ena bung'antschatta, ena bunga fegn, passaschas tgi laschan ponderar igl lectour. E chegl èn tgossas tgi l'IA canoscha.

L'IA pò oramai esser en bung utensil per igl autour u l'autoura?

Ia crei bagn. Ia dovr gio mez l'IA an tscherts muments. Ed ia poss m'imaginar tgi gist an situaziuns tg'ins è sez unfeis u an ena crisa da screiver pò IA gidar a survantscher la bloccada cun dar novs inputs u catar miglras formulaziuns. Dantant on las tgesas editouras an amprema lengia interess da publitzier litteratura fatga da carstgangs. E betg angal igls codeschs aint igl lungatg original, mabagn er las translaziuns duessan neir fatgas da translatastras e translatasters umans. An chel sectour è la tema dantant fitg gronda tgi l'IA surpeglia veaple la lavour da translaziun.

Tschertas plattafurmas translate-schan er gio texts an rumantsch, pero la qualitat è manglousa?

Chegl è uscheia, chellas translaziuns fatgas per rumantsch èn ozande anc gliunsch davent da pudeir duvlar ellas egn tar egn. Anzi, i dovra magari prest duple taimp da surluvrar las translaziuns tgi da translatar sez. Ma betg angal an rumantsch persvada l'IA betg anc scu translatura, mabagn er aint igls gronds lungatgs. IA so translatar texts d'adieuer, pero pi spert tgi la structura digl text è pi complexa è l'IA betg bunga da translatar igl text da moda cuntantevla. Tar las translaziuns vogl gio betg angal per translatar en text pled per pled, mabagn per represchentar er igl ritmus u l'atmosfera u stil d'en text. Lò vasainsa anc bagn las limitas da l'IA. Nous savagn pero betg noua tg'igl svilupans vign a manar.

An rumantsch e surtot aint igl surmiran vagn nous strusch autours ed autours, pudess IA cun ChatGPT e consorts davantar la soluziun per avoir ansomma texts da liger per exaimpel er per la scola?

Ia sa ma metter avant tgi per en curt e simpel text tar en tema specific ins pò duvlar IA. Ma ia crei tgi cun igl stand actual tgi IA ò aint igl rumantsch, dovrigl tuttegna anc mecta bler taimp e lavour per crear en text dalla qualitat giavischeida. Ed alloura è la mia dumonda: fògl senn d'investeir chel taimp per surluvrar igl text dall'IA u fògl duple senn da duvlar ella angal scu input e siva screiver sez?!

È l'intelligenza artificziala oramai nigra concorrenza per las autours ed igls autours rumantschs?

Chegl è forsa ainten la Rumantscheia en po en'otra situaziun tgi ainten la branscha da codeschs digls lungatgs gronds scu engles, tudestg, franzos etc. An chels lungatgs vei la branscha l'IA scu en grond prievel existenzial per berras professiuns. Seigl chegl per igl mastier dall'autoura, digl translatur, ma er dall'illustratura u per igl lectorat. La tema è betg angal per la lavour digl carstgang scu tala, ma er la tema generala per la qualitat dalla litteratura. Nous ainten la Rumantscheia vagn en po ena situaziun differenta, per l'egna èn chels instrumaints dall'IA anc gliunsch davent dalla qualitat tgi dovra, e per l'otra pudessigl esser en avantatg d'aveir scu lungatg pitschen ansomma texts rumantschs. La dumonda è schi chels texts pon er valeir scu litteratura? La lavour d'ena autoura u d'en autour è per me alloura da transfurmar en text an litteratura.

Tge faschessas schi en'autoura u en autour surmiran purtess dumang en codesch scretg cun IA?

Tenor me stò igl cuntign constar. E schi chegl è igl cass, alloura è la dumonda quanta IA tg'è ainten chel text. Chegl è alloura er tgossa digl autour u dall'autoura da far transparent.

Vous schessas betg da bel'antschatta na ad en tal codesch?

Na schessa betg, pero ins stò alloura er far transparent igl fatg tg'igl codesch è nia scretg per gronda part cun igl sustign dall'intelligenza artificziala.

Las dumondas ò fatg Pia Plaz.

NOVS CUDESCHS RUMANTSCHS

CHASA EDITURA RUMANTSCHA PRESENTA

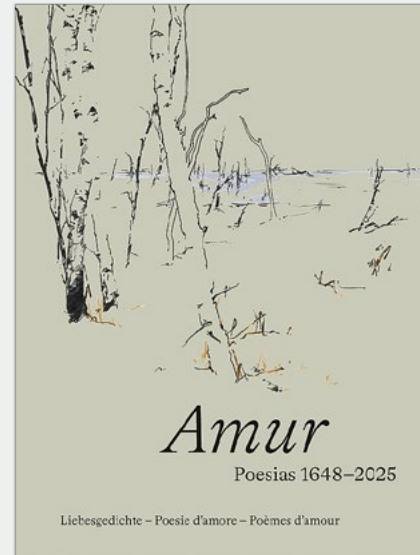
Divers:as autur:as

Amur. Poesias 1648-2025

Liebesgedichte – Poesie d'amore – Poèmes d'amour

Amur è be in pled, fin ch'insatgi vegn e scriva poesia ...
L'antologia dat in'invista en la lirica d'amur rumantscha dal passà e dal preschent. La collecziun, curatada dad Annetta Ganzoni e da Bettina Vital, na renda betg mo visibla la diversità e la bellezza da las poesias d'amur rumantschas, mabain fa er ina punt tranter epocas, genres e linguas. 65 poesias originalas da tut ils idioms rumantschs e rumantsch grischun entran en in dialog cun lur translaziuns tudestgas, talianas u franzosas. Cun illustraziuns da Lea Gredig.

Chasa Editura Rumantscha
tut ils idioms e rg cun translaziuns, 208 p.
ISBN 978-3-03845-092-4
CHF 24.00



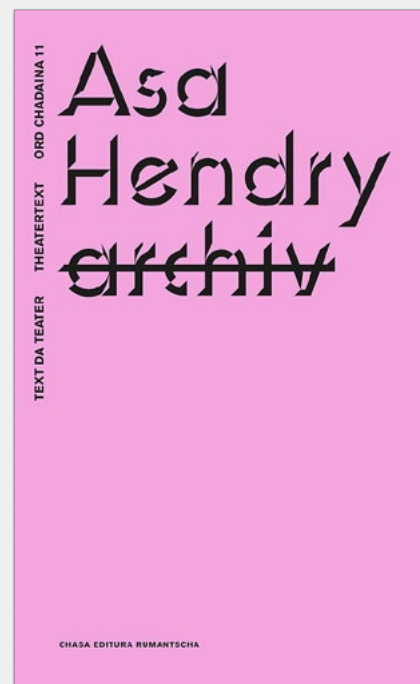
Asa Hendry

archiv

In monolog commovent en 14 maletgs davart famiglia, cuntrada alpina e traumas tranter las generaziuns.

Asa Hendry tematisescha en quest text traumas tranter las generaziuns en l'agricultura da muntogna. En il center stat la relaziun tranter il giuven raquintader e ses bab silenzius. En in monolog, che va sut la pel, raquinta il protagonist, co ch'el mantegna l'unica istorgia da ses bab. El reflectescha sia rolla sco «archiv» dal bab, dal silenzi e da la cuntrada alpina. Cun sia maschaida dad elements poetics e narrativs avra il text biling novas perspectives sin il teater rumantsch.

Chasa Editura Rumantscha
sursilvan e tudestg, 68 p.
ISBN 978-3-03845-093-1
CHF 18.00



Flurina Badel**Tschiera (audio)**

Flurina Badel tracta en il roman «Tschiera», premià cun il Premi grischun da litteratura 2025, in tema brisant ed actual: la mancanza dal spazi d'abitar pajabel en l'Engiadina. L'istorgia commoenta dad Aita e Luis raquinta da la necessitad dolurusa da prender cumià d'in lieu che n'è betg pli il dachasa d'ina giada.

Il cudesch auditiv, prelegi da l'autura sezza, è in'experiencia auditiva che commova e ch'envida da reflectar davart identitad e cuminanza.

Chasa Editura Rumantscha
vallader, ca. 6 uras
ISBN 978-3-03845-094-8 (download direct)
CHF 22.00

ISBN 978-3-03845-098-6 (1 disc MP3)
CHF 24.00

**Gianna Duschletta****Affers da famiglia**

In crimi per giuvenils situà en l'Engiadin'Ota – lectura captivanta da 12 fin 99 onns.

Durant ina gita en muntogna chatta Seraina ina bulscha bandunada – lien ina fotografia da Marco, il paster da l'Alp Arpiglia. Il maletg mussa dentant ina alp ch'è arsa giu avant tschintg onns. Seraina e Marco cumenzan ad investigar e chattan indizis per in assagl d'ina banca e perfin per in mortori misterius. Pli bler ch'els chattan ora, pli profunds ch'ils scumbigls famigliars d'aventan.

Per quest crimi datti era material didactic accompagnant -> www.chasaeditura.ch

Chasa Editura Rumantscha
puter, 80 p.
ISBN 978-3-03845-097-9
CHF 24.00

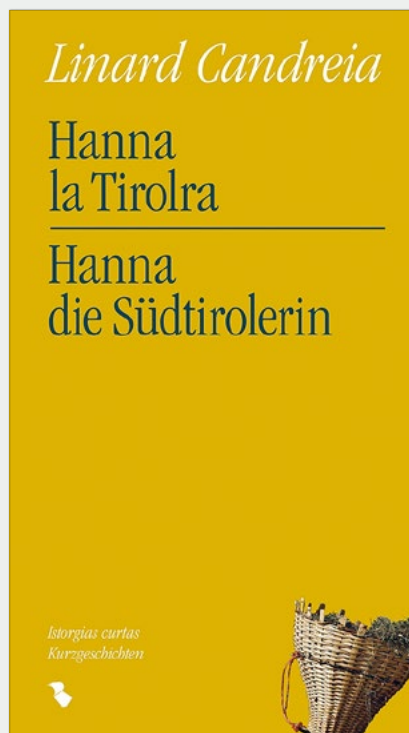


Linard Candreia**Hanna la Tirolra – Hanna die Südtirolerin**

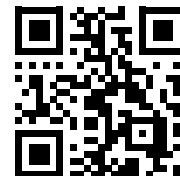
Igl onn 1953 emigrescha la gioyna Hanna (17) da Matsch/Vnuost e lavoura a Stierva scu fantschela. Dus realitads alpinas tgi èn sumigliaintas, ma er fitg differentas. An 54 istorgias curtas rachinta igl autour surmiran la veta da sia mamma, sa basond sen regurdientschas e retschertgas ainten differentes archivs digl Grischun e digl Tirol digl Sid.

Istorgia d'immigraziun d'ena ferma donna sudtirolesa.

Chasa Editura Rumantscha
surmiran/tudestg, 3a ediziun
ISBN 978-3-905956-18-4
CHF 25.00

**CHASA EDITURA RUMANTSCHA**

Via da la Plessur 47
CH-7001 Cuira
+41 (0)81 250 40 46
www.chasaeditura.ch

**Linard Candreia****Observaziuns**

Las 108 observaziuns sa basan savens sen viadis, schabetgs capitos an patria ed agl exterior, sen partratgs anturn citats sabis, piclos durant la lectura dad ovras bellestristicas e digl rom. Las miniaturas litteraras davaintan uscheia impuls digl mintgade.

Prosa rumantscha per tottas generaziuns.

Herausgeber Verlag
surmiran
ISBN 978-3-907437-17-9
CHF 24.00



L'UMAN DA VAIDER

En in temp da glisch e spievels
na pudain nus pli zuppar nagut,
mintga patratg, mintga senn,
vesa il mund tras nus.

Noss cor batta sco cristall,
fragil, transparent, sincer,
ma sco la glisch da la glina
sa discuvran ils secrets – pass per pass.

Vuschs digitalas rimnan
mintga suspir, mintga pass,
nus tegnain en noss agens mauns
las chadainas dal temp passà.

Mo forse – en questa clerezza
chatta l'uman sia libertad:
scuvrì la dunna, scuvrì il um,
ma pli vaira – pli vera, pli viva.

E sche quels guardan sur il glatsch
da lur olma, profund e cler,
forse chatta l'uman da vaider
finalmain in cor pli char?

*ChatGPT, 4. november 2025
illustraziun: imagen nano banana*



Maschinas agricolas e tecnica agrara
Construcziuns e lavours da metal

SONDER SA

Plaz 1
CH-7458 Mon
Tel.: +41 81 681 17 55
info@sonder-sa.ch

Albulastrasse 144
CH-7473 Alvaneu-Bad
Tel.: +41 81 404 14 14
alvaneu@sonder-sa.ch



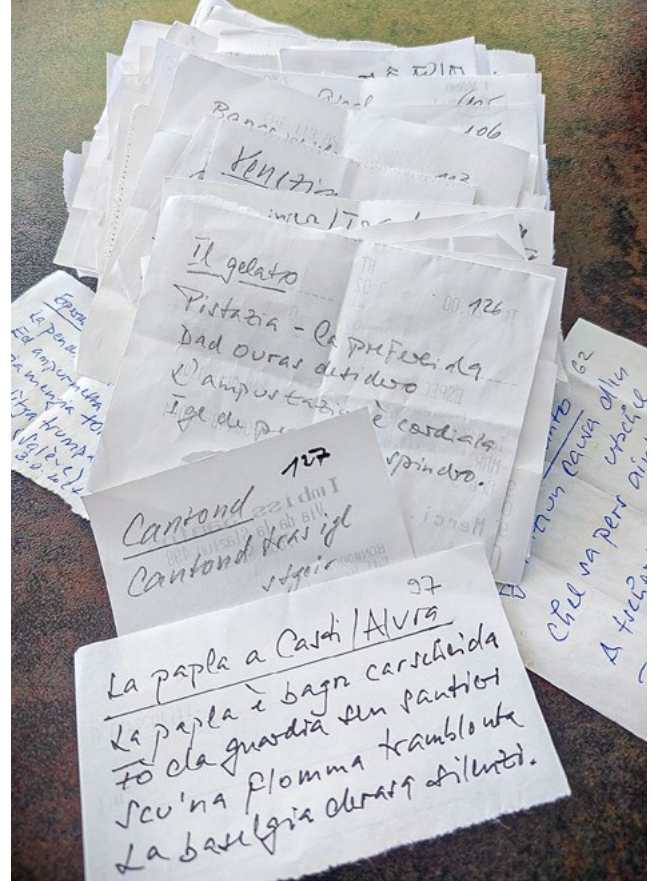
WWW.SONDER-SA.CH

VERSETS PER PASSATAIMP

da Linard Candreia



Igls versets neschan savens tar en bung espresso cun cornet a Laufen (BL).



Igls cedeligns vignan numeros e dustos ainten ena scatla.

Da taimp an taimp formulescha versets sen la vart davos dallas quittanzas da caffès, consumos ainten las ustareias. Ia nod angal ena strofa, per ordinari an rema, magari er sainza. Screiver tals versets curts è per me en exercezi linguistic, en giuier cun plets – ansomma – en bel passataimp. Igls egn carstgangs schleian sudokus, oters angiavigns u dattan a tgeras. Tot chegl è an urden. Impurtant è, tenor me, tg'igl tscharvi vigna activo e tgi nous stgaffeschan muments da recreaziun.

Do igl impuls per screiver versets am ò forsa igl anteriour hotelier digl Gelgia a Casti, Stefan Bossi barmeir. Durant igl noss davos discours avant en pèr onns, ò'l tottanegna piglia ord gaglioffa

en codeschign ed am tradia tg'el screiva chi e lò en verset.

Avant burmaintg dus onns va er ia antschet cugls versets. Chels neschan pigl solit or da scenas quotidianas, paratgs tgi cumparan aint igl tren u ainten l'egna u l'otra ustareia. Ia screiv magari diversas versiuns, pero tranter aint neschan er chels versets spontans. Igl telefonign cun l'app Dicziunari Rumantsch am fò bungs sarvetschs.

Screiver a mang cugl ageid electronic: dus meds tgi ageschan an cuminanza. E sen meisa la quittance digl café, stampada sen veia electronica, vign recaltgeda scu palpieri per la metoda analoga, igl screiver a mang.

E tge capeta cugls palpieris duvros da tottas dus varts? Chels survignan ena nomra e vignan dustos ainten ena scatla. Uscheia èn igls davos dus onns naschias passa tschent versets e bagnspert duvraroia ena scatla pi gronda.

Igls versets eran atgnamaintg betg previas per la publicaziun. Els èn simplamaintg miniaturas or dalla fuschigna d'en autour. Ma ia sung ma decidia da tuttegna mussar singuls exaimpels per la Revista digl noss Sulom. E tgi so, forsa tgi l'egna u l'oter lectour survign sez gost da duvra la vart davos dalla proxima quittance digl sies café per screiver en pèr plets an rema.

En surreir

«Igl bung dalla mort»
Anc reir avant tgi mureir
Da chegl chintavan igls vigls
D'aton mora la figlia
Calour giaglia, scu'n surreir.

Tempi passati

Igl punt liquido
Passadi ruino
Uman consterno
Tgi l'ò traverso.

Angal digital

Silenzi sa rasa
Passagiers concentros
Fatschas sainz'empatia
Da discurs privos.

Taimp da lectura

Bela passiu plagn misteris
Codeschs edifitgonts gio pronts
Igls firos sur Nadal predestinos
Per galdeir rachints stampos.

La sora

Lingua parantada
Melodia andisada
Rieisch lategna
Verva portughesa.

La cameriera estra

Gist rivada dall'Ungareia
La cameriera anc schinigeida
Santa massa pleds esters
Amprems zaps maladesters.

Star sot

Daratgeda da tschiel rot
Vehichels sprezzan mordio
Rastar sitg cun star sot
Ulteriour prieveit evito.

Diplomazeia

El cun demenza
Ella diplomatica
El la malsogna corra
Ella dei casche.

En scazi

Disponer da
Taimp e spazi
Veta preziosa
Propi en scazi.

**Autour**

Linard Candreia è scolast pensiuno ed autour. Passataimps: liger gasettas e codeschs, viandar a pe e cugl bike.

www.linardcandreia.ch

AUTOURAS DIGL FUTUR

Chest onn ògl puspe gia nom piglier la plema ainta mang e screiver. Diversas scolaras e scolars on risco da suandar chel clom dalla Lia Rumantscha ed on inoltro en text per l'occorrenza Plema d'ôr. Per las scolaras ed igls scolars dalla scola primara era igl tema perscretg: «La clav magica» e per igls giovens e giovnas dalla scola superioura u pi vigls er igl tema: «Igl mies planet fantastic».

Dalla regiun digl Grischun Central on gist treis giovnas retschet igl lamprem plaz mintgamai ainten l'our categoria. Gugent publitgainsa nous igls sies texts e speragn tgi vignan a mantigneir igl plascheir digl screiver.

Victoura ainten la categoria dalla 3./4. classa digl Grischun Central:

» **Bia Dos Santos** da Casti (Luna la pirata ed igls sies cumarats)

Victoura ainten la categoria dalla 5./6. classa digl Grischun Central:

» **Chiara Lia Nold** dad Andeer (Igl cor digl gòld)

Victoura ainten la categoria 7./9. classa digl Grischun Central:

» **Anina Laura Steiner** da Savognin (Cura che jau sun grond)

LUNA LA PIRATA ED IGLS SIES CUMARATS

da Bia Dos Santos

Igl era eneda ena mattatscha tgi veva nom Luna. Ella leva esser pirata. Ella veva en giat tgi veva nom Giattign. El era adegna dasper ella. Ella viveva dasper la mar. Luna ligiva gugent codeschs da pirats. Ainten egn ò ella ligia ensatge d'ena clav magica. Percheigl leva ella lippar da tgesa. Ella ò biagia ena bartga. Aint igl codesch erigl malagea ena carta tgi mussava noua tgi la clav era zuppada.

Cura tgi la bartga era fittada on els mess lezza ainten l'ava. Tottanegna on els via ena meir sen la bartga, Giattign leva magler la meir. Luna ò baito cun la meir, lezza ò raspundia ad ella: «Betg avoir tema, ia fatsch navot a tè!» Siva da chegl ò Luna betg ple tamia ed ò dumando scu tgi la meir vegia nom. La meir ò detg: «la va nom Caschiel. Ma tge faschez vusoters sen la bartga tot sulets?» «Nous tschartgagn ena clav magica per darveir igl scazi tgi è zuppo ainten ena tanga d'en urs», rachinta Luna. «Te manegias betg forsa chella clav cò?», dumonda la meir e tigna se ena clav targlichainta. «Eeeaa, gist chella clav tschartgainsa!», excloma Luna.

Igls treis ameis èn gio en'urela sen veia e prest arrivots tar l'insla cun la tanga digl urs. Luna ò lia saveir scu tgi la meir è neida tar la clav magica. Lezza

ò rachinto: «la sung la cumarata digl urs tgi ò igl scazi. En bel de fascheva bogn alla riva dalla mar. Tottanegna è ena gronda onda neida ed am ò stratg or sen la mar. Percheigl sunga ossa cò sen la vossa bartga.» Els treis von anc anavant, tottanegna excloma la meir: «Vurde! Lò è l'insla digl urs cun igl scazi!» Giattign, tgi durmiva tot chiet sen en butschign, dat en sagl cura tgi el sainta la meir a sbrigeir. Luna è tot cuntainta, els von sen l'insla. Luna dei: «Ma cò è nign urs.» La meir dei: «Bagn, bagn.» E propa igl urs è rivo notiers: «Tge faschez sen la mia insla?» Caschiel dei: «Els lessan igl scazi, pon els?» Igl urs rasponda: «Èn els propa igls ties cumarats?» La meir rasponda: «Ea, els e te ischas igls mies miglers cumarats.» Igl urs dei: «Alloura ègl bung, pudez piglier igl scazi!» Luna dei: «Jei! Angraztg fitg!» Igl urs dei: «Anzi!» Luna dumonda: «Scu ast te nom?» Igl urs rasponda: «la va nom Mèl e scu ast te nom?» Luna dei: «la va nom Luna e chegl è Giattign. Ist te sulet sen chella gronda insla?» Igl urs rasponda tot trest: «Ea, ma i fò navot.» Luna ò ena bun'idea: «Te post neir cun nous.» Mèl dei: «Propa?» Luna rasponda: «Ea! Naturalmaintg!» Mèl è tot cuntaint.

Mèl vo sen la bartga ed els von a tgesa. Els cantan e fon lumpareias sen la bar-

tga. Giattign cloma: «La nossa tgesa!» Caschiel dumonda: «Ma noua mattagn nous Mèl?» Luna rasponda: «Spetga angal, ia sa noua.» Els von cun Mèl ainten ena tgesa per animals. Luna peglia Caschiel cun ella. Cura tgi els èn rivos cuagl scazi a tgesa è igl bab da Luna curria ve tar lez. Luna ò vurdo se per el. La mamma da Luna è curreida tar Luna ed ò dumando: «È tot bung cun tè e Giattign?» Siva varda ella se per la meir e dumonda: «E tgi ègl chegl?» Luna dei: «En'ameia, ella ò nom Caschiel.» Siva dumonda la mamma: «Tge fò igl bab?» Luna rasponda: «El è ve d'ambratscher igl scazi cun aint igl ôr.» Igl bab dumonda: «È igl ôr per me?» Luna dei: «Schi te vot alloura post.» La mamma dumonda: «Tge fast te cun igl ôr?» Igl bab rasponda: «la compr ena bela tgesa, en auto ed alloura dunga en po digl ôr a Luna.» La mamma dumonda a Luna: «Tge fast te cuagl ôr?» Luna rasponda: «la compr ensatge pigls animals.» Luna dat en pugn digl ôr alla mamma. Igl bab dumonda: «Tge fast cuagl ôr?» La mamma dei: «la vign tar la frisanza.»

Igl bab vo a comprar en auto e la mamma vo tar la frisanza. Luna peglia la sia bartga e von cun igls sies cumarats sur la mar.

IGL COR DIGL GÖLD

da Chiara Lia Nold

«Jou vont ussa, vurdad da l'egn l'oter, tgau!», cloma la mama, mo nus udagn nut, parquegl ca nus giujagn da sazupar.

«18, 19, 20, jou vinct Giulia!», cloma mia sora pintga Clara. Jou cur segl surspeier a sazup dad ella davo egn peer cartùns. Jou od ella earver igl esch a vagnir adigna ple datier. Ella antscheva a sgargnir digl plascher cur c'ella tgata me. Mo jou tearl betga ple digl tut tier ad ella. Igls mieus ils en fixos sen egn truclea viglia ca sche sen egn cumoda plagn pulvra. Jou vont ple datier ad earv la trucla. Sen egn curveieta da plesch tgat jou egn clav vigliadurais plagn ruegna. La Clara stat sper me a varda cun grànd ils sen la clav. Sen la clav stat scret: Tgata me, tgata igl göld. Jou vard sen mia sora, mo quella e davent... «Clara ... ? Às puspe sazupo?», clom jou plagn tema. La clav dat giobass a mei, mo quegl interessescha me gest anzuma betg. Jou anquier dapartut a clom igl sieus num, mo nigna rasposta. Jou vont puspe agl surspeier a tgat egn breav sper la clav. Jou earv la breav a lig: Tgata tia sora agl göld da las meli clav. Jou sa petrifitgesch. «Mo quegl sa betga easser dretg», patratg jou. La breav fier jou giobass a prend la clav ainta mèn. Tut surstada vard jou sen la clav, dantànt c'ella vean tutanegna digl tut or dad or. Puff, od'ign aint an las pares.

Igls mieus ils fixeschan egn esch ca ve ànc mena vieu. La clav tira me nà tigl esch ca e dantànt sa saviert. Jou met la clav agl satg da las tgöltschas ad aintr. Jou sund aintamiez egn göld. «Bùn gi», od jou tutanegna egn vusch lientsch sei sen egn rom. Jou vez egn pintga cula ca targlischa a vean ancünter a mei. Igl mieus tscharvi capescha nut ple. «Tgi es tei?», ampear jou tut surstada. La glisch rauenta a mei c'ella segi la mia gidànta par catar mia sora. Jou sund tut perplexa a tearl sco la glisch declara a mei tge c'e capito. Suainter

tschentg minutas tarlar las sias explicaziùns sund jou tut sbleha. La glisch rauenta a mei ca la clav ca jou vegi cato segi igl cor digl göld a ca jou stotgi dar anavos la clav agl göld par survagnir anavos mia sora. Tut confusa vard jou sen la glisch ... «Sund jou veda durmir?», ampear jou la glisch. Ella raspunda cun egn speart na a gi a mei ca nus stotgan far speart avànt ca mia sora metschi. Nus samatagn sen veia. Jou sund ànc adigna tut perplexa cur ca's stagn avànt egn grànd pumer ca stat amiez veia. Igl pumer antscheva a bagliar: «Bùn gi eastrà ... feta igl legn a va anavànt!»

El antscheva: «Ura a lavura ...». «Scha gida Dieus mintg'ura!», cuntinuesch jou suainter curt ponderar. Agl best sasearva egn fessa ca pertga igl pumer an duas parts, ascheia ca nus rivagn tras. Nus nagn aschi gi ca las mias tgombas en schon tut lomas da la stancladad. Sen veia vard jou anturn a vez flurs, tschitabulas a plagn tgossetas ca vezan or sco clav. «PUFF!», od jou giobass. Egn rusna à sa saviert davànt igls mieus pes. «E quegl egn portal?», s'ampear jou a schon dund jou egn sagl a svanesch agl portal. A mei vean igl avànt sco scha fuss an egn ruschnera. Cun egn tempo enorm saruschnainsa antocen ca nus rivagn davànt egn mir òlteztg.

Jou vard anturn a vez egn tschueta cun egn clav agl pecel. La glisch varda sen me a suspiescha: «Ohhh na ..., jou ancanusch que gioi schon!» La tschueta sgola davent cun la clav ca nus duvagn par rivar tras igl mir. «Nus vagn me duas minutas, schiglioc stat tia sora par adigna qua», rauenta la glisch. Puspe egn'ea capesch jou nut. Mo nus savagn betga me star anturn a far nut, nus stuagn catar mia sora. La tschueta urla ad igl gioi antscheva. Jou cur suainter a la tschueta, mo ella e blear megna lientsch an l'aria a blear megna

spearta. La glisch sgola sen egn rom a saglia alura segl dies da la tschueta. La tschueta à nign gust c'anzatgi saglia segl dies ad ella amprova da fierer giou la glisch. La glisch riva da prender la clav or digl pecel a sgola anavos tier me. La tschueta sgola davent a nus nagn anavànt. Sen veia bagliar jou cun la glisch. «Sas tei partge ca nus vevan quella clav agl noss surspeier?», ampear jou. La glisch rauenta d'egna viglia istorgia: Avànt blears, blears ons dev'igl egn'ea egn monster. El veva num crapùn. Igl crapùn eara digl sieus tains fri fearm. El veva la forza da crapa. El saveva fierer crapa near far gràndas figuras or da crap ca savevan rumper tut. Mo quegl tanscheva betg ad el. El à angulo la clav digl cor digl göld ad e vagnieu igl ple fearm agl antier göld. Suainter duple ca 100 ons e la clav rivada da sadeliberar. Mo sez riva la clav betga ple anavos. Ella sa betga la veia. Davent d'alura va la clav pigl antier mund anturn tier parsünas cun egn grànd cor par aventuras ad amprova da rivar anavos cun agid da quellas parsünas. Par ca las parsünas gidian ad ella prenda la clav davent ad ellas igl ple impurtànt, sco tier me mia sora, c'ign sameti anzuma sen veia. Antocen ussa eara ànc nign rivo anavos tigl cor digl göld.

Jou fetsch prest an tgöltschas da la tema. PONG ! «AUAAA», sgren jou. Jou sund gest marschada aint an egn grànd crap. Jou savilesch sen que crap ca sche giobass amiez la veia. Forza ampo megna dadòlt ... Parquegl ca duas secundas ple tard stat egn grànda creatira davànt me. Jou tgap la crisa ad amprov da sazupar davos la glisch. La glisch varda sen me a gi plagn tema: «Quegl e igl crapùn. Jou creg c'el vegi survagnieu cun ca nus eassan a qua. Nus stuagn rivar da passar igl crapùn, partge ca davos el e igl pumer cun la seara par la clav ...». Igls mieus ils vignan tut radunds... Jou saint l'alteraziùn agl mieus antier

tgierp. Jou prend la clav or digl mieus satg a cur aschi speart sco ca riv trânter las tgombas digl crapùn. Jou vard anavànt a vez egn grând grând pumer cun figlia dad or. Jou vont ple datier a la clav sgola da sez vei tigl pumer. PUFF, od'ign. Igl antier göld antscheva a targlischar.

Animals vignan nanavànt a giogan, a flurs survignan bealas calurs. Igl crapùn e dantànt semplameing spariu. Jou vard anturn a vez tutanegna mia sora. Jou antschev a dar is digl plascher. «Finalmeing ve jou te puspe», gitg jou plagn plascher.

La glisch vean nà tier nus a gi: «Giulia, Clara ... jou creg ca vus stuessas uss turnar a tgea avànt ca la vossa mama tgapa la crisa ...». Nus antschevagn a rir a samatagn sen veia. Egn gi suainter e tut puspe normal. Mia sora a jou giujagn puspe da sazupar, mo quell'eada sainza ca jou sto ir sen egn'avantura.

CURA CHE JAU SUN GROND

dad Anina Steiner

«Till, temp dad ir a durmir!», cloma il bab tras l'abitaziun. «Gea, bab, gist, mo anc tschintg minutas!», cloma Till enavos. Till è tut approfondà en ses cudesch: «Tut sur da noss planet fantastic.» In pèr minutas pli tard guarda il bab tras ina pitschna avertura da l'isch-chombra da Till. «Till, igl è gia tard, ti stos ussa propi ir a durmir.» «En urden, bab», di Till tut dischillusiunà.

Till s'auza da sia pultruna e va direzziun letg. El va sut sia cuvria da letg e dumonda al bab: «Bab, quant vegl vegn noss planet?» Il bab surri e sa tschenta sin l'ur dal letg da Till. El respunda: «Quai è in misteri che naging na sa responder. Però quai è era ina dumonda da la quala ti n'has betg da ta far pensiers. Plaunet has ti dad ir a durmir, Till.» Till susda e di: «Na, bab, jau na sun anc insumma betg stanchel.» Il bab ri e di: «Gea, ti has raschun, ti n'es anc betg stanchel.» Till sesa dretg si en ses letg e di: «Bab, jau na sai gnanc esser stanchel, jau hai bler memia bleras dumondas.» «Quellas dumondas san era anc spetgar enfin damaun. Ti has da lavar ad uras. Ti has scola!», respunda il bab tut calm.

Till susda e di: «La scola è uschè tupp. Questas chaussas che jau emprend en scola èn uschè lungurusas che jau durmiss il pli gugent empè dad esser là. Il pli gugent na giess jau mai pli a scola.» «Till, ti pos esser fitg cuntent che ti pos ir a scola. Quai è in regal che betg tuts survegnan. En tscherts pajais povers dastgan uffants en tia vegliadetgna betg ir a scola.» Till ri mo e di: «Tge fortuna per quests uffants ch'els

na ston betg ir a scola. Quels pon far termagls l'entir di.» «I fiss bel sche quai fiss uschia. Però quests uffants ston lavurar l'entir di per ch'els hajan avunda raps per cumprar nutriment e da baver. Quests uffants n'emprendan betg a leger u a scriver u sco quintar. Quests uffants emprendan mo a lavurar», respunda il bab. Till guarda tut schoccà: «Quai munta che quests uffants na vegnan mai a leger in comic?» Il bab scurlatta il chau. «Però bab, quai n'è betg en urden. Igl è terribel che quests uffants na vegnan mai a leger in comic». Till è tut surstà ch'i dat uffants che na pon u san betg ir a scola. «Gea, quai è vairamain terribel, però nus n'avain betg ina gronda influenza sin quai. Quests pajais han memia paucs raps per bajegiar ina scola, nua ch'ils uffants san ir ad imprendar.

«Però i dat glieud che emprova da midar quai», declera il bab a Till. «Quai vuless jau era far, cura che jau sun grond. E sche jau savess midar anc dapli il noss mund, guardass jau che tut ils carstgauns hajan adina avunda dultschims e che tuts hajan almain la pussaivladad dad imprendar in mastergn. Jau guardass era ch'i dess ina bavronda magica che fa ch'ins sa sgular u esser invisibel. Quai fiss vairamain mes planet fantastic.»

Till surri ed è tut cuntent cun ses maletg da ses planet fantastic. «Till, noss planet è gia ussa in planet fantastic. Nus avain set grondius continents cun plirs fitg bels pajais e nus avain era tschintg bellezza oceans plain misteris. Nus avain bellezza alps cun

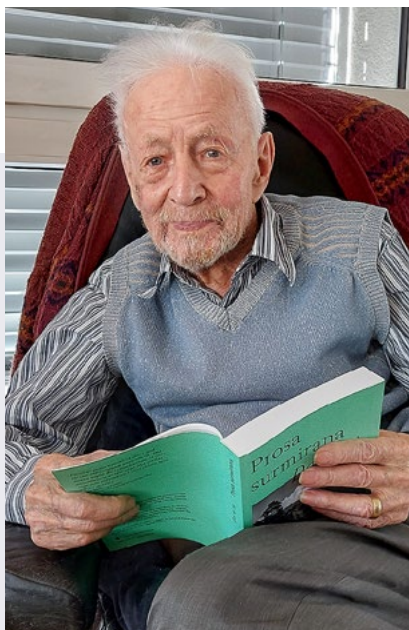
bleras muntognas fitg impressiunantas e differents fenomens da la natira ch'èn incredibels. Noss planet n'è forsà betg perfetg, ma el è fantastic uschia sco ch'el è. El regala ad otg milliardas carstgauns in dachasa nua ch'els savesan viver en quietezza e pasch.» Till è tut impressiunà. «Jau n'hai anc mai vis quai uschia. Cura che jau sun grond, vi jau esser qua per noss mund.»

Till è tut persvadida da ses plan per ses futur. Il bab ri e di: «Quai è ina fitg buna idea, però sco emprim stos ti ussa durmir.» Till susda e sa zuppa sut sia cuvria: «Buna notg, bab.» «Buna notg, mes mattatsch.»



FRANCESTG «TGETG» SCHMID-BANDLI (1935-2025)

da Linard Candreia



Te ast passanto igls davos treis onns dalla tia veta ainten la tgesa da vigls Oase a Curvalda e contanschia en'ota vigliadetna. Sen visetas ta legravas, igls ties îgls targlischivan. Adegna vevas scu accompagneder ena ploma codeschs sper tia soptga. Oravantot litteratura surmirana. Tranter chella er ovras da Böll. Digl lungatg rumantsch an scretg ist t'occupo decennis alla lunga, er schi te ast instruia scu scolast primar ad Oberengstringen, aint igl cantun da Turitg. Igls lioms cun igl ties li nateiv Riom ast cultivo anavant, anzi, mas-sa taimp ast er unfria an connex cu gl codesch «Riom-Parsonz», noua tgi te ast fatg part digl team da redacziun. Tranter las contribuziuns ord tia plemma, retschartgedas minuziousamaintg, figurescha chella cu gl tetel «Nossas scolas». Igl text davart igl milliunari Lurintg Maria Carisch (1821-1898) cuntigna er varts criticas pertutgont igl success economic extraordinari d'en emigrant sursetter. Bliers onns ist sto co-redactour digl noss organ litterar Sulom. Cun la davosa ediziun digl Sulom Grischun Central (2015) ast piglia cumgea da chest operar cun diversas contribuziuns, tranter oter davart «Plantas da teissa». Te ast gia ena vasta saveida sen divers camps. Ties fegl Marzial at ò caracteriso agl telefon scu bab interesse, angaschea, avert e tolerant. Te ast er gia igl dung d'antagler.

La bela stgaffa da schember cun antagls propi da mester at ò accompagnear a Curvalda anfignen la davosa fladada. Ve dall'acla se Malmigiucr vevas luvro plagn anschign ed entusiassem. Digl reminent, chest'acla sa catta en'oura davent da Riom an direcziun Val Nandro. Da chest li idillic e misterious ist ta regurdo blers decennis pi tard anc eneda e mess evenimaints d'unfanza sen palpieri. Igl onn 1989 cumpara aint igl Noss sulom la reminiscenza cu gl tetel «Nocturno», edeida da nov er ainten la «Prosa surmirana Da se cò». La va religia en pèr deis siva dalla tia mort chest documaint prezios. Igl text è schi cumpact, nign pled danvanz, cun en cuntign plagn tensiun tgi vo sot la pel. Gio igls amprems vers caztgan da cuntinuar la lectura:

«Otg onns eran passos. Otg onns gio tratg aint chell'aria fegna da muntogna. Sen la stadeila purtava igls mies 22 kg, ed ia saveva screiver e liger. Ia saveva prest tot, per deir tant scu mies bab. Ed era anc en unfant. Sainza experientscha, ma cunsciaind da mamez. Ia saveva ansomma prest tot chegl tg'ins so saveir. Dumang giainsa ad acla, veva detg a mies bab. Da lez taimp, cura tg'ia veva otg onns. Ainta Malmigiucr. Te bab post star a tgesa. Lavour ast avonda.»

Te, Tgetg, bela sulet ast alloura fatg tot chellas lavours da carschias scu cuschnar ovs an pantg, pavar e pertgitar la biestga. E te ast da notg survagnia sgar-schevlas temas. Va panso: Adossar tanta responsabladad ad en mattatschet fiss ozande tar nous strousch ple pussebel. Te ast blier pi tard alloura amprandia d'ancanoscher a Coira la seminarista Annamaria Bandli cun rieischs dalla Stussavgia. Ella, mademamaintg scolasta, è stada ena petga zont ferma per la famiglia, pigliond er grond risguard sen las tias occupaziuns multifaras. Te eras propi en generalist, sunavas clavazign e gevas er anc a pastger. Ia va per franc l'egn u l'oter dung ed angaschamaint amblido da menziunar. Ma te ist adegna sto en tip modest, uscheia tgi te amperdugas per franc. Reposa an pasch.



Francestg u Tgetg ò mano cun grond angaschi passa diesch onns la redacziun digl Sulom (2004-2015). Igl rumantsch igl è sto a cor e chegl gio da giovan anse. Tgetg Schmid è mort igls 27 d'otgover 2025 ainten l'ota vigliadetna da 90 onns. La suprastanza dalla

Uniu Rumantscha Grischun Central scu editoura da chellas publicaziuns e la redacziun actuala tarmetta en davos angraztg e lour sincera condolientscha alla famiglia an malancurada.

Igl canaster digital

da Cornelia Candreia



Illustraziun generada cun IA.

Igl canasterign sen la homepage vei or scu igl canasterign tgi duvragn de per de ainten la buteia manevla. Ed er chel pò neir amplania cun da tottas robas. Dus, treis clics e gio am vign purtada la roba giavischeida da porta aint. L'epoca digitala lascha davantar igl cumprar aint ena tgossa d'en pêr clics. Igls avantatgs e prievels von pêr a pêr.

Igl contact svanescha

Far cumischungs è sa mido fermamaintg igls davos decennis. Pi bod era cumprar aint ena part fixa digl mintgade u perfign en pitschen evenimaint. Blers gevan regularmaintg aint igl martgea, a fiera dall'emda u an supermartgeas per cumprar mangiativas, vistgadeira u otras tgossas digl mintgade. Ins antupava savens ancunaschaints, baitava cun vendadras e pudeva vurdar, palpar ed ampruar or directamaintg la roba. Cumprar aint era betg angal en ager practic, mabagn er en mument social e persunal.

Avantatgs e prievels

Oz, aint igl taimp digital, è chegl tot oter. Adegn duple persungas compran pi gugent online. Chegl surtot perveia dalla

cumadevladad, ma betg angal – igl amprem era ia anc en zichel reservada anvers igl shopping online. Ia sung adegna eida a cumprar las tgossas ainten las buteias segl manevl. Ma siva da chegl tg'ia sung curreida anturn per las diversas buteias alla tschertga d'en codesch tgi tots am vessan savia pustar, ma sainza igl avoir gist agl spurtegl, vaia piglia la decisiun da pustar mezza la roba. E chegl è sa musso scu en grond avantatg per ena mamma da treis unfants. Ia poss cumprar ed ampustar da tottas ouras e chegl sainza stueir bandunar la tgesa. Ia stò betg ple eir aint igl martgea, betg tschartger parcadis e ma stumplar tras buteias fulanadas. Ossa possa star pacificamaintg a tgesa segl canape, sgultrar tras differents shops online e lascher neir tot directamaintg anfignen davant tgesa. Aint igl internet è igl assortimaint bler pi grond ed ultra da chegl possa cumparagler prietschs e liger valetaziuns dad oters per pudeir piglier la miglra decisiun. Naturalmaintg sunga cunsciainda dalla vart negativa. Cum-

prar aint online è ena gronda concorrenza per bleras buteias. Paia e piazzas da labour vignan messas an priewel ed igls prietschs per igls products vignan sbassos. Scu consumenta sunga cunscianta da chella vart dalla medaglia. Percheigl sunga ma decideida da cumprar online angal products da «non-food». Las cumischungs dallas mangiativas fatscha anc adegna an vischnanca.

Lascher taimp

Pigl ple dovra igls products tg'ia compr online betg urgentamaintg igl proxim de ed uscheia igls lascha aint igl mies canaster digital. Chegl pò capitar sur emdas ed alla fegn cura tg'ia va ansemen en pêr tgossas (ia na vi betg lascher neir en agen pachet per mintga product) varda anc eneda tras igl canaster digital. Chel proceder ò dus avantatgs, per l'egna patta magari puspe or tgossas tgi èn propi betg necessarias e per l'otra vaia ansemen avonda per spargner igl porto.

Duvrar anstagl pattar

Far shopping online monta ozande pero betg angal cumprar tgossas novas. Ia va er la pussebladad da cumprar roba gio duvrada sur plattafurmas scu «Facebook Marketplace», Tutti u Ricardo. Chegl ò ples avantatgs – per l'egna ègl pi persistent, percheigl tgi tgossas vignan duvradas venavant an pe da neir pattadas aint igl patitsch. Per l'otra saia spargner daners, percheigl tgi products da secondhand èn savens bler pi favorevels tgi products novs. Surtot pi bod niva cumpro secondhand sen fiera da peleschs u an buteias da brockis. Tutte-gna resta igl patratg davosvart igl madem – tgossas tgi oters dovran betg ple survignan ena sagonda veta. Chegl mossa tgi shopping online pò betg angal esser cumadevel, mabagn er cunsciant pigl ambiant e schurmager las resursas.

Responsablada persunala

Naturalmaintg on las compras aint igl internet er disavantatgs scu gio menziuno avant. Ins pò betg vaseir u palpar igls products e mintgant ins stò spitgier sen igl pachet u s'occupar cun restituziuns. Er las buteias localas piteschan sot igl shopping online. Ia pains tgi mintgign ò da ponderar sez quant e tge tg'el compra online. Tot an tot è igl cumprar aint sa mido fermamaintg. Ma per me è igl cumpar modern aint igl internet, cumbino cun reutilisar cunsciantamaintg tgossas duvradas, la masdada ideala. Cun treis unfants pitschens a tgesa è chegl en grond surlievtg ed am dat duple taimp ed energiea per la mia famiglia.

Las mias pustaziuns online:



16.07	Zalando	pantoflas mattatsch, T-shirts om, bodys mattatscha
17.07	Decathlon*	calzers da gymnastica mattatsch
19.07	Marketplace Facebook	tgotschas, pullovers e giacca mattatsch
23.07	Galaxus	Palpiera da pachets, chistas per legos, moltons da protecziun, clocca per unfants, chista per apoteca
22.08	Marketplace Facebook	velo mattatsch
25.08	SAC	bons per en regal
30.08	Urech Lyss	tgotschas da luvrar mattatsch
31.08	Marketplace Facebook	sfola da BRUDER (tarmagls)
02.09	TCS Camping	reservaziun pernottaziun
09.09	BEA	regal d'anniversari per la mia figliola e roba da zamberger
20.09	Kartenmacherei	cartas d'angraztgamaint battesim mattatscha
30.09	meinSpielzeug AG	8 pneus da reserva pigls tractors da tarmagls
16.10	IKEA	grondas chistas transparentas per vistgadeira e div. tgossas pitschnas
18.10	Marketplace Facebook	dress da skis mattatsch
20.10	Bergmensch	giacca da fleece

*pusto ainten la buteia ed eida siva a lò per tot

Autoura

Cornelia Candreia è carscheida se a Stierva ed abitescha ossa cun la sia famiglia a Savognin.

« BLACKOUT »

Vez vous unfants? On igls voss unfants en telefonign? Vez forse er da planisar las vossas vacanzas da chella moda tg'igl hotel u l'abitaziun da vacanzas on franc WLAN per tg'igls unfants fetschan betg da l'antschatta davent gio terror. Chegl tot az vign forse avant an-cunatschaint ma forse tutgez voss er tar chels furtinos tgi son star sainz'oter er duple tgi 48 ouras sainza igl telefonign. La Revista ò dumando ad en pèr giovnas tge tgi chegl muntess per ellas. Nign telefonign, whatsapp, tiktok, instagram etc e chegl per 48 ouras.

48 uras senza handy

Dus dis senza telefonin, quai na fiss betg uschè nausch per mai. Natiralmain mancass il telefonin, dentant betg tant. Senza telefonin avess jau dapli temp per autras chaussas, sco per exempel per leger in bun cudesch u per zambregiar.

Cun il telefonin san ins far bleras chaussas. Ins sa scriver cun amis, telefonar, tadlar musica e bler auter. Ins sto però era dar adatg tge infurmaziuns ch'ins surlascha a personas ch'ins n'enconuscha betg. Il telefonin è in guaffen nizzaivel, però i dat era privels. E da quels privels ston ins esser conscient.

Il telefonin è ina buna chaussa, ins sto però esser precaut sco far adiever dad el.



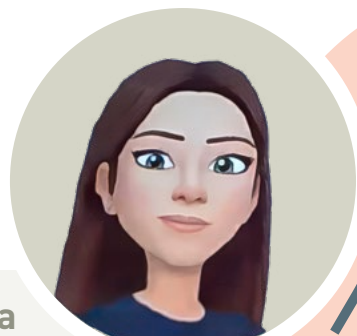
da Sarina Krättli

48 uras senza handy

Jau pens che jau savess star dus dis senza telefonin, però i fiss ina sfida. Jau dovr il telefonin numnadamain per bleras chaussas. El è per mai il med da comunicaziun e per coordinar termins. Plinavant dovr jau il handy per mes divertiment. Ins sa duvrar el tant sco ura sco er sco svegliarin. Ed er l'aura sa el predir fitg exact. Damai in guaffen fitg pratic.

Jau sai ch'igl è ozendi grev da vegnir a frida senza telefonin. Però jau sai era ch'i dat bleras personas, e tar quellas tutg jau era, che sa perdan mintgatant en apps sco Instagram u Tik Tok.

L'internet è in spievel da la societad, plain glisch e sumbriva. Uschia èsi era cun il telefonin. Ins sto chattar l'equiliber sco duvrar el. Sche quai gartegia, sa el esser in utensil fitg nizzaivel.



da Tilla Solèr



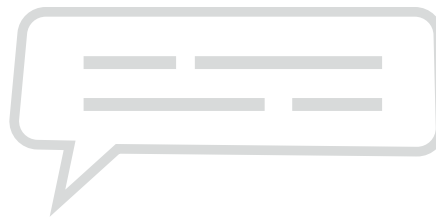
dad Anina Steiner

48 uras senza handy

48 uras senza telefonin. Gea u na? Quai è ina buna dumonda. Per plirs fiss quai probabel in horror total, per auters però pli pauc. Jau pens che jau fiss insanua tranteren. I dess franc blers avantatgs, sco per exempel che nus na fissan betg pli uschè fixads sin las medias e che nus n'ans laschassan betg pli influenzer uschè fitg dad autra glieud. Forsa percepissan nus era noss conturn in zic meglier.

Ozendi avain nus bleras chaussas sin noss telefonins, sco per exempel daners, l'ura, tut noss contacts ed anc pliras autras infurmaziuns. Intginas èn fitg impurtantas, autras damain. I fiss franc grev sch'ins n'avess betg pli quellas datas.

Jau pens ch'in temp senza telefonin fiss a l'entschatta per blers carstgauns ina greva midada. Però suenter in mument faschessan forsa gist quels muments bain a nus tuts. Simplamain avair ina pausa da las medias e da tut quai che tutga vitiers.



48 uras senza handy

Per mai na fissi betg uschè in grond problem dad esser 48 uras senza telefonin. Principlamain dovr jau il telefonin mo per scriver u telefonar cun mes amis. Jau crai ch'i faschess bain dad esser ina giada in temp senza quest pitschen guaffen. Cun il telefonin han ins adina insatge che attira l'attenziun. Sche jau stuess esser 48 uras senza handy, faschess jau insatge cun mes amis. Quai è per mai il temp che passa il pli svelt, uschenumnà quality time. Ins sa avair leggher ensem e discurren blers. En quella moda èsi pussaivel da crear regurdientschas ch'ins n'emblida mai pli.

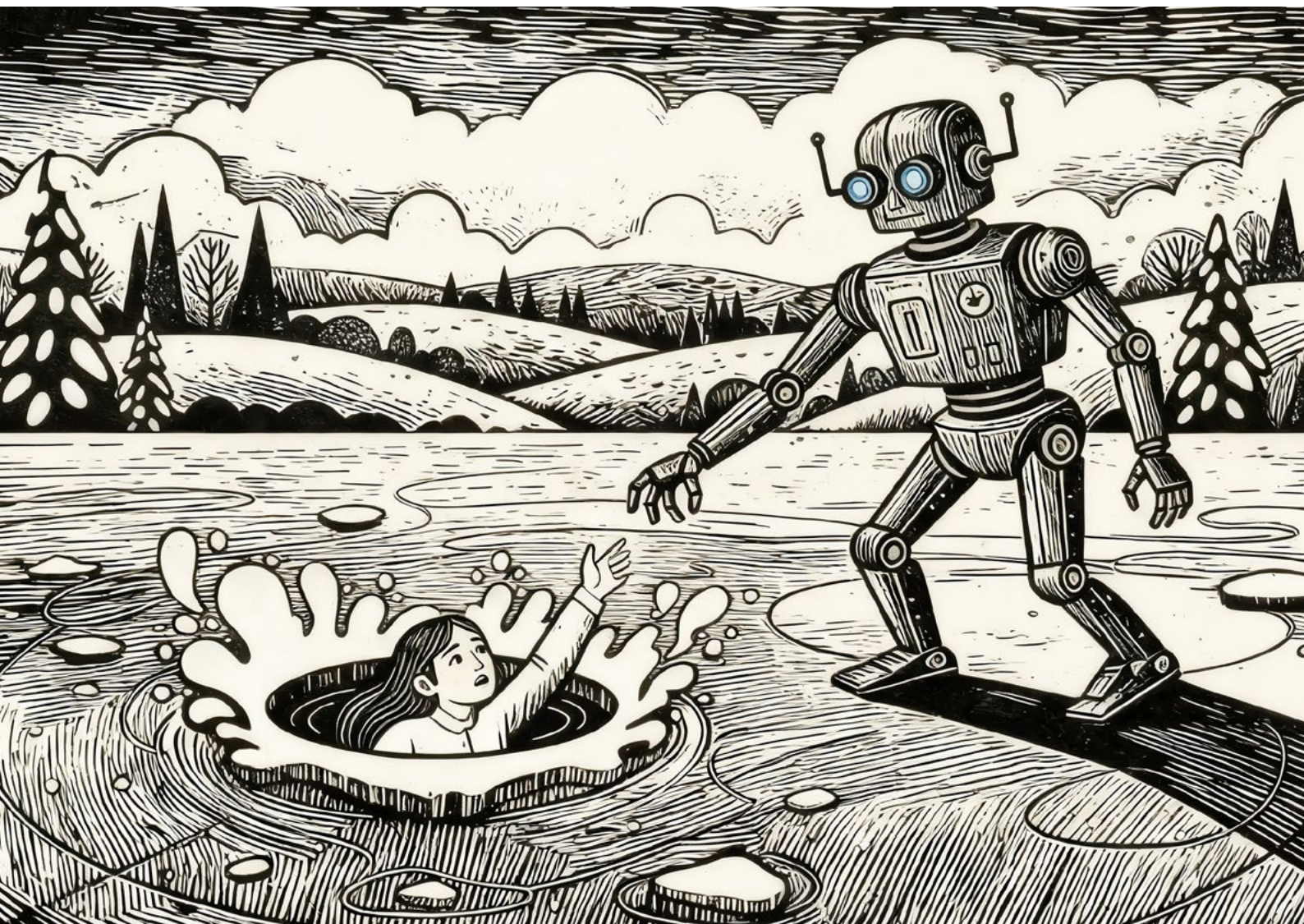
Jau crai però ch'i na saja tuttina betg uschè simpel da viver senza telefonin. En la teoria pari simpel, ma la realitad vesa or auter. Ils telefonins giogan ozendi ina gronda rolla tar blers giuvenils e blers creschids. En sasez è il telefonin ina buna chausa. Blera rauba è pli simpla che forsa avant 50 onns. Ma ins sa era vegnir dependent dal telefonin fitg spert. E perquai chat jau er ina bun' idea da far mintgant ina pitschna pausa dad el.



da Jaël Hefti



ISTORGIAS DA BARBA CLO*



EN AMEI DA METAL

Igl era eneda ena mattatscha cun nom Mia. Ella abitava ainten ena pitschna tgesa agl our digl gôt. Mia amava d'inventar e construeir tgossas. La sia tgombra era plagna cun rodas daintadas, strubas glischontas e plans da fabritgier mysterious.

En de ò Mia catto sen sotigltetg ena chista viglia. Ainten chella sa cattavan puppas, ursigns dad urden ed igl pi sotaint er en roboter da tarmagls tot rot.

Mia ò decidia immediatamaintg da reparar igl roboter. Deis alla lunga ò ella tratg siva strubas, ramplazzo scharniers e cabels e perfign construia or da plattas electronicas viglias en pitschen cor. Anmez las plattas d'electronica ò ella pusu en cristal targlischaint tg'ella veva da sies taimp catto tranter las creplas sur vischnanca.

← Illustraziun generada cun IA.

Cura tgi Mia veva bunamaintg fitto las reparaturas, on igls igls digl roboter antschet a glischier an calour blava. Mia è dada en sagl. Siva en pêr minutas è ella pero sa quietada ed ò santia ramours curiosas tgi parevan da neir or digl roboter. I pareva scu schi chel ampruess da discorrer. Mia ò gizzo las ureglias ed ò ancltg cuagl taimp singuls plets tgi sa furmavan tras igl pipem e cratschlem digl roboter da metal. «MIES NOM ROBBY E TE?» Mia ò duvro en mument per sa revigneir digl sies schoc ed igl dar raspota. «Ia va nom Mia.» A partear da chel mument ò igl roboter spido or ena dumonda siva l'otra uscheia tgi Mia niva magari mianc siva da rasponder. I pareva scu tgi Robby less tschitschier se tantas infurmaziuns scu pussebel.

I geva gio ancunter seira tgi Mia ò s'accurschia tgi Robby vign planget stanchel. Igls igls digl roboter na glischivan betg ple schi fitg scu all'antschatta. Er ella sezza era tot fittada da chellas bleras dumondas da Robby. Cun en lung cabel ò ella colliia Robby cun la beschla da contact. E Robby ò suspiro scu ensatgi tgi ò finalmaintg en plat spaghettis davant igl gnif. Robby duvrava urgentamaintg energeia an furma d'electricitad per pudeir amplaneir puspe las sias battareias.

Mia veva ossa er fom ed è eida a vurdar schi detta gio tschagna.

A meisa cun igls sies genitours ò Mia betg risco da rachintar da Robby. Ella saveva gio sezza strousch creir, chegl tg'era capito tar ella an tgombra. Pi tard puspe an tgombra ò Mia via tgi Robby pareva d'esser durmanto ed uscheia è er ella eida a letg.

La dumang è Mia sa dasdada anc avant tg'igl svegliern ò scalino. Ella ò viout

la testa e via tgi er igl sies nov amei Robby era gio puspe sen las tgommas. Cun igls targlischaints ò el lia saveir tge per aventuras tgi Mia ed el vighian oz passantar. Chel mument ò Mia savia tg'ella na stoptga betg ple far chitos tgi la sia veta pudess esser lungurouosa. Ed uscheia ò Mia piglia Robby sot bratsch ed ò banduno la sia tgombra.

La cuntrada dafora era cuverta da neiv nova. Mia ò musso a Robby scu tg'ins construescha omens da neiv ed a far anghels da neiv. Robby ò musso a Mia scu tg'ins fò spert chints e scu tg'el pò far gleisch cun igls sies igls. Mintga de passantavan els ansemen novas aventuras.

En sivamezde da bel'ora ò Mia lia eir cun las patinas segl lai schalo. La neiv sbrinslava aint igl suglegl e la surfatscha da glatsch pareva ferma e sieira. Plagn curasch è Mia sglischeida cun las patinas sur igl glatsch dantant tgi Robby pussava alla riva sen ena cuverta. Tottanegna sainta Mia en sfratg privlous sot igls sies peis. Igl glatsch era pi stigl tgi panso. Cun en fracasch è igl glatsch rot e Mia è crudada ainten l'ava freida.

Robby ò reagea immediat. Sainza targinar è el sa glischnia cun precauziun sur igl glatsch. Igls sies peis da metal angulivavan igl sies peis perfetgament, uscheia tg'igl glatsch sot el igl tigniva. El ò contanschia igl li noua tgi Mia cumbatteva ainten l'ava freida. Robby ò standia la sia bratscha ferma e cun totta forza ò el stratg Mia or dall'ava da glatsch ed anavant anfignen alla riva digl lai.

Strousch rivos alla riva èn currias notiers dus conscolars da Mia tgi vevan observo igl accident. Els on dalunga clamo ageid e cun l'ambulanza è Mia neida transportada aint igl spital. Igl

roboter Robby on igls dus conscolars Flurin ed Andrin pacheto ainten la cuverta e piglia cun els a tgesa.

Dus deis pi tard ò Mia puspe pudia bandunar igl spital. Oter tgi en schoc ed ena brava fardura ò ella pitia nignas blessuras. A tgesa la spitgiva dantant igl pover Robby. Flurin ed Andrin igl vevan purto ad ella. L'ava freida era penetrada ainten las giuadeiras e las rundellas da Robby. Igls sies igls glischivan angal anc debel. Igl metal veva gio antschet a far ravetna. Igl pitschen roboter era rot.

Plagn speranza è Mia sa messa danovamaintg alla lavour. Ella ò er survagnia sustign digls sies cumarats Flurin ed Andrin. Chels vevan via scu tgi Robby veva salvo Mia or dall'ava freida e levavan ossa sez vaseir e santeir igl roboter Robby. Igls treis unfants on luvro sainza pòssa ed uscheia on igls igls da Robby puspe antschet a glischier pacs deis pi tard. E cun Flurin, Andrin e Mia era el bagnspert pront per la proxima aventura, pero chest'eda gliunsch davent digl lai schalo.



***Barba Clo** è ena intelligenza artificia-
la cuagl nom claude.ai. L'istorgia è ena
collaboraziun tranter la IA claude.ai e
l'autoura umana Pia Plaz.

QUIZ DA CANZUNGS DA NADAL CUN EMOJIS! 🎵 🎄

Ho ho ho! 🎅 ✨ Bavegna agl grond quiz da canzungs d'emojis da Nadal – igl gi tgi unescha atmosfera da Nadal, musica ed angivinar! 🌟

A dretga veist te ena seria dad emojis e la tia incumbensa è da catter or tge canzung da Nadal tgi sa zoppa davos tiers. 🔍 🎵

Chegl tunga simpel? Alloura angal spetga – tscherts èn veiramaintg spinous! 😊

Seigl chegl canzungs da Nadal classicas scu «O Tannenbaum» u hits moderns scu «Last Christmas» – a cò dattigl per mintgign ensatge. 🎁

Cun metter igls bustabs ainten la dretga successiun post scuvreir igl pled da soluziun. Ta cunsegia cun ameis u cun confamigliars e catta or tgi tg'è igl veir profi da Nadal! 🎵 🎄

Per far pi grev post er angivinar sainza la sagonda colonna ed angal duvvar chella per metter igl dretg pled da soluziun.

Oramai: veida las candeilas 🕯, maglia en pêr biscuits da Nadal 🍪, fò pacific e lascha scumanzar l'atmosfera festiva! 🎄 🎵

Bler divertimaint cuagl angivinar – e painsa: angal chel tgi tedla bagn, pò tgapeir igl lungatg digls emojis! 🎄 🎵

1. 🤖 🎄 🤖 🎄
2. 🍒 🛎 🦌
3. ✨ 🎄 🎄
4. ⬅️ 🎄
5. 🤖 🌨 🌨
6. 🎄 🍪 🍰 🍰 🍪
7. 🤖 🤖 🤖
8. 🛎 🛎 🦌 🎄
9. 🎵 🛎 🎵 🎵 🎵
10. 🚗 ⬅️ 🏠 🎄
11. 🦌 🎄
12. 🎵 🎵 🛎 🛎 🎵
13. 🇪🇸 🎄
14. 🤖 🤖 🤖
15. 🦌 🥁 🤖
16. 🌅 🏠 🎄
17. 🦌 🦌
18. 🌑 🎄 🦌

- S Jingle Bells
- L Da stgeira notg las nuras
- D Süsner die Glocken nie klingen
- D Morgen kommt der Weihnachtsmann
- A The Little Drummer Boy
- F In der Weihnachtsbäckerei
- A Es ist ein Ros entsprungen
- B Oh Tannenbaum
- A Feliz Navidad
- S Leise rieselt der Schnee
- N Oh sontg Bambin
- L Clera notg
- T Kling, Glöckchen, klingelingeling
- S La steila da Nadal
- A Driving Home for Christmas
- A Last Christmas
- E Dorma, dorma oh Bambin
- E Rudolph, the Red-Nosed Reindeer

SOLUZIONI:

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

6	7	8	9	10	11
---	---	---	---	----	----

12	13
----	----

14	15	16	17	18
----	----	----	----	----

Tarmatte igl pled da soluziun anfignen igls 30 d'avregl 2026 a **concorrenza@sulom.ch**. Da gudagner dattigl chest'eda en abunamaint dalla Revista digl noss Sulom per igl onn 2027.

Soluziun angiaivign 2/2025

La soluziun digl angiaivign ainten la davos Revista digl noss Sulom (2/2025) fiss stada:
VENTIREVEL

Victoura dalla concorrenza è:
Onna Sonder

Cordiala gratulaziun!

Ella gudogna igl codesch «Pauli grond, Pauli pitschen»

IGLS NOSS RECEPTS PREFERIAS

da Pia Plaz, Cornelia Candreia ed Anita Simeon Lutz

Els èn da catter ainten prest mintga tgadafi svizra – igls codeschs da cuschinar da Betty Bossi. Enqualtign vasaro or scu igls maletgs sen las proximas paginas, sblitgia cun tatgs da pasta u sosa u forse perfign mez scarpo. Ins vei ve digls codeschs tge recepts tgi èn nias duvros savens. Uscheia ègl chegl er tigls recepts tgi nous dalla redacziun vagn rimno. Mintgigna da nous ò aglmanc en recept tgi ella cuschigna regularmaintg u aglmanc eneda ad onn. Anita e Pia, dalla generaziun pi avanzada, lavouran gugent anc cuagl codesch analog, Cornelia e la sia generaziun on igls recepts spert a mang sen veia digitala. Ansemen az preschentagn nous recepts cumprovos.

Bun appetet!

Emmi Creola-Maag ainten la gasetta da Betty Bossi (1958). © bettybossi.ch

Cornelia Candrea

Gratino da tiffels cun servela e rischmelnas

Scu fan da Betty Bossi ègl per me prest sto impusibel da tscherner angal en recept preferia – alla fegn finala vaia er pudia metter aint dus;) la sung er betg adegna incantada da luvrar cun apps e far tot sur igl telefonign. Pero la app da Betty Bossi saia recumandar a mintgign. Igls recepts ins so arcunar sot favorits e far uscheia en codesch da recepts digital cun aint spir recepts preferias.

Er sch'ia sung gugent an tgadafi ed amprov novs recepts, sunga leda digls recepts tgi von tot da sasez. Egn da chels è igl gratino da tiffels cun servela e rischmelnas. Chegl è en recept tg'igls mies unfants on fitg gugent e tgi è spert e simpel fatg. la va gugent recepts tg'ins pò far davantor e siva lascher cuschnar igl furnel. Uscheia ègl betg mengia hectic an tgadafi avant las dodesch cura tg'igls unfants on gio fom e nigna pazientzta ple.



So wird's gemacht

1

Kartoffeln

Die Hälfte der Kartoffeln in die vorbereitete Form geben, Cervelat- und Rübelscheiben darauf verteilen, restliche Kartoffeln darauf verteilen.

2

Guss

Alle Zutaten gut verrühren, über den Gratin giessen.

Hinweise

Form: Für eine weite ofenfeste Form von ca. 2 1/2 Litern, gefettet

Gratinieren: ca. 50 Min. in der Mitte des auf 200 Grad vorgeheizten Ofens.

Zutaten

Personen

– 4 +

Kartoffeln

- 800 g mehlig kochende Kartoffeln, am Hobel längs in ca. 2mm dicke Scheiben geschnitten
- 3 Cervelats, in ca. 3 mm dicken Scheiben
- 2 Rübli am Hobel in ca. 1mm dicke Scheiben geschnitten

Guss

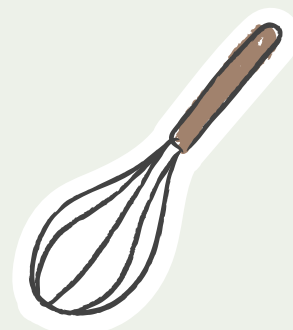
- 1.8 dl Saucen-Halbrahm
- 2 dl Rahm
- 1 EL Maizena
- 0.75 TL Salz
- wenig Pfeffer

Cornelia Candrea

Turta cun crema da pantg

la fatsch fitg gugent turtas e perchegl è egn da chels recepts tg'ia dovr fitg savens igl recept da basa per far en biscuit da turtas. Cun chel recept ins so giuier fitg bagn ed uscheia igl fatscha dobel per far turtas grondas da ples plangs u tg'ia igl coi sen la lastra per antagler figuras. Colliia cun igl recept digl biscuit è er la schinumnada crema da pantg (Buttercreme). Savens metta tiers a chella p.ex. polvra da tschigulatta, lugargia dad omgias, suc da citrona u en liquor. La crema da pantg ins dovra per stritgier sen igls differentes plangs, per far la decoraziun sen la turta u scu basa per igl «fondant» (massa da setger tg'ins metta sur la turta).

Antschet ògl tot cun ena turta da nozzas. Ena bunga cumarata am ò duman-do, schi viglians betg far ansemen la turta da nozzas per ena cumarata comunabla. Siva da chella vainsa fatg anc dus otras, cumpiglia chella dallas mias nozzas. Er turtas dad anniversaris pigls mies treis unfants fatscha fitg gugent tenor lour giaveischs. Cun chel recept da basa (biscuit e crema da pantg) ins so «zamberger» turtas an tot las modas e manieras e chegl am plai fitg bagn. Digl reminent vigna per las ideias pigl ple sen «Pinterest», en'ulterioura app digitala.





Biskuit Grundrezept

So wird's gemacht

- 1 Ofen auf 180 Grad vorheizen. Zucker, Eigelbe und Wasser in einer Schüssel mit den Schwingbesen des Handrührgeräts ca. 5 Min. rühren, bis die Masse schaumig ist. Von der Zitrone die Hälfte der Schale dazureiben, mischen.
- 2 Eiweisse mit dem Salz steif schlagen. Zucker beigegeben, weiterschlagen, bis der Eischnee glänzt. Mehl lagenweise mit dem Eischnee auf die Masse geben, mit dem Gummischaber sorgfältig darunterziehen, in die vorbereitete Form füllen.
- 3 Backen: ca. 30 Min. in der unteren Hälfte des Ofens. Herausnehmen, etwas abkühlen, Formenrand entfernen, Biskuit auf ein Gitter stürzen, Formenboden und Backpapier entfernen, auskühlen.

Biskuit Grundrezept

Zutaten

Personen – 6 +

120 g	Zucker
5	Eigelbe
1 EL	heisses Wasser
1	Bio-Zitrone
5	Eiweisse
1 Prise	Salz
4 EL	Zucker
150 g	Mehl

[Einkaufsliste](#) [Zutaten teilen](#)

Biskuit Grundrezept

Hinweise

Form: Für eine Springform von ca. 24 cm Ø. Boden mit Backpapier belegt

Tipp: Biskuit ca. 1 Tag im Voraus backen, ausgekühlt gut in Folie eingepackt im Kühlschrank aufbewahren, so lässt es sich noch einfacher aufschneiden. Das Biskuit lässt sich auch gut tiefkühlen. Haltbarkeit: ca. 1 Monat.

Meine Notizen

Tippe hier für eine persönliche Notiz



Anita Simeon Lutz

Turta da tschigulatta surfin

Igl cover digl codesch è gio en zichel mellen, la pagina prest betg ple ligibla. Gl'è er gio passa 37 onns siva tg'ia va survagnia chel codesch da Betty Bossi pigl mies sedeschavel anniversari cun la dedicaziun: «Damit aus Dir mal eine gute Hausfrau wird». Schi chegl è gartagea lascha decider igl mies conturn. Ena casarina cun gronda passiu na sunga pero betg davantada. Ma la «Schokoladentorte Surfin» dattigl anc adegna tar mintga de da naschientscha ed igl bung vedlonder è tgi er la detscha digl mies fegl gioven pò magler ella, er sch'ella ò celiachia, perche gl tgi chella petta è sainza fregna.

Schokoladentorte Surfin

Foto Seiten 70–71 (3)

Die klassische Schokoladentorte mit der klassischen Schokolauéglassur.

- | | |
|---|--|
| 375 150 g Planta Margarine | weich rühren |
| 300 125 g Zucker | |
| 15 6 Eigelb | beigeben, weiterrühren, bis die Masse hell ist |
| 2 1 Esslöffel Kirsch | |
| 375 150 g Lindt Surfin Schokolade, geschmolzen* | darunterrühren |
| 15 6 Eiweiss | |
| 1 Prise Salz | |
| 1 Messerspitze Backpulver | zusammensteif schlagen |
| 2 Esslöffel Zucker | dem Eischnee beifügen, kurz weiterschlagen |
| 300 200 g Mandeln, geschält, gemahlen | |
| 5 2 Esslöffel Maizena | mischen und lagenweise mit dem Eischnee auf die gerührte Masse geben, mit dem Gummischaber vorsichtig darunterziehen und in die vorbereitete Form füllen |

Backform: Masse ist für eine Springform von 24–26 cm Durchmesser berechnet. Den Boden der Form mit Blechreinigpapier belegen, den Rand einfetten und bemehlen.

Backen: Ca. 60 Minuten auf der untersten Rille des auf 180 Grad vorgeheizten Ofens. Im geöffneten Ofen auskühlen lassen.

Glasur

- | | |
|-----------------------------------|---|
| 2–3 Esslöffel Johannisbeergelee | erwärmen und die Tortenoberfläche und den Rand damit bestreichen |
| 150 g Lindt Surfin Schokolade | |
| 3 Esslöffel Wasser | im Wasserbad schmelzen* |
| 75 g Puderzucker | dazusieben |
| 40 g Planta Margarine oder Butter | in Stücken zugeben, nur so lange rühren, bis die Glasur glatt ist. Schüssel aus dem Wasserbad nehmen, Glasur in die Tortenmitte giessen, verteilen, nur am Rand mit einem breiten Messer glattstreichen (siehe Seite 142) |

Garnitur: Zuckerblümchen, geschälte Mandeln oder andere Garnituren auf die noch feuchte Glasur legen. Bis die Glasur trocken ist, sollte die Torte nicht kühlgestellt werden, weil die Glasur sonst matt wird. Wird die Torte zusätzlich mit einer Spritzglasur verziert (siehe Seite 139), muss die Glasur zuerst fest werden.

Halbbarkeit: Mit Folie bedeckt und im Kühlschrank aufbewahrt 1 Woche.

* Schokolade schmelzen siehe Seite 73.

– 76 –



Pia Plaz

Sainza stress

Da Nadal u otras invitaziuns cun ples giasts vaia adegna igl madem problem. la less betg stueir star an cuschna dantant tgi tot igls oters gioldan igl aperitiv. Percheigl vaia gio siva da ples onns adegna igl madem menu da Nadal: steak ainten la pasta. Chel recept è vigl, schi betg perfign vigliurd. El è da catter aint igl codesch da cuschnar da Betty Bossi, cumparia cuagl tetel «Kochen für Gäste, gut vorbereitet – unkompliziert». Ed igl tetel tigna chegl tg'el ampurmetta. Igl steak ainten la pasta paregia gio en de avant, met el an frestgera e da Nadal seira stòia angal ple igl metter radond 20 minutas aint igl furnel. Cun igls onns vaia naturalmaintg anc perfecziuno igl recept tenor igl mies gost e chellas midadas vaia nudo directamaintg aint igl codesch. Igl proxim Nadal pò oramai neir sainza stress. Cun en aperitiv ainta mang vaia ossa angal anc da spitgier igl pipem digl furnel.



Von A–Z zum Vorbereiten

SCHWEINSSTEAKS IM TEIG
CÄSARSALAT
SHERRY-CREME

Rezepte auf der nächsten Doppelseite

Nicht nötig – ist bei diesem Wunder-Menü eine Vorspeise.

Zum Menü: Der Titel trifft hier ganz besonders zu, und sicher gehen Sie mit mir einig: Die Mehrarbeit nimmt man gerne auf sich, aber nicht noch eine Hetze. Dies ist von A–Z wieder ein «Vorbereitungsmenü».

TIP: Reichen Sie eine gespickte Grapefruit oder Mini-Canapés (kein Blätterteiggebäck) zum Aperitif – das erübrigt eine Vorspeise. Besonders empfehlenswert, wenn die Gäste nicht zusammen eintreffen.

Dazu passende Getränke: Leichter bis schwerer Rotwein, Traubensaft.

Besonders vorteilhaft: Geschmacklich werden Sie's bei allen Gästen treffen.

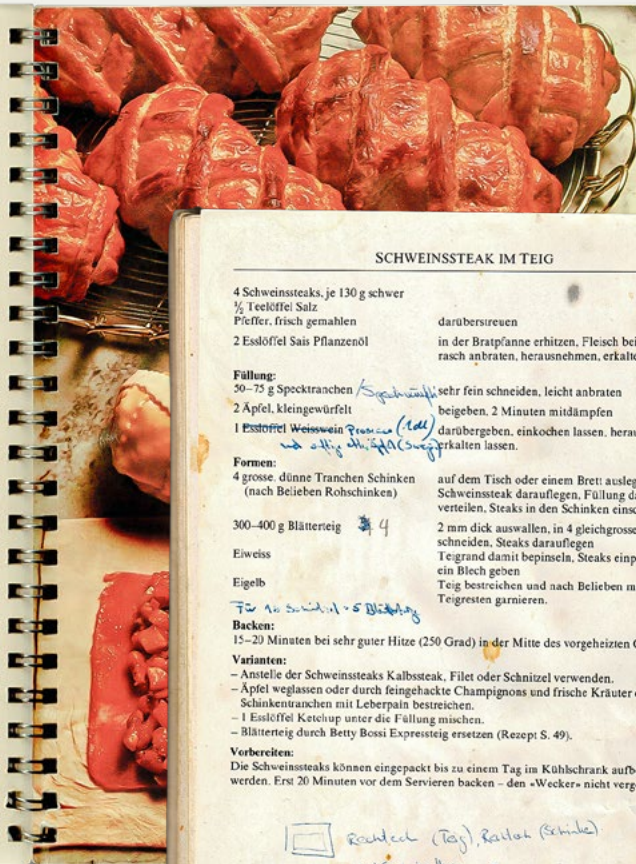
Besonders zu beachten: Stellen Sie die fertig eingepackten, aber noch ungebackenen Steaks kühl. Erstens ist es besser für das Fleisch, und zweitens blickt der Blätterteig schöner, wenn er kalt in den sehr heissen Ofen geschoben wird.

Persönliche Notizen:

Schweinsteak im Teig: Das Argument «ich mag nicht so viel Teig» ist hier nicht am Platze. Es liegt an Ihnen, ein Minimum zu verwenden. Achten Sie beim Einpacken der Steaks darauf, dass der Teig nirgends mehr als doppelt aufliegt. Man kann die Ecken leicht ausschneiden.

Cäsarsalat: Er ist ganz besonders gut; ich bin mit ihm noch nie fehlgegangen. **TIP:** Braten Sie eine Knoblauchzehe mit den Brotwürfel. Alle Zutaten werden erst vor dem Servieren vermischt.

Sherry-Creme (Rezept ausnahmsweise auf Seite 145): Auch «Creme-Gegner» werden sie köstlich finden. Natürlich passt auch jede andere Creme oder Glace. **TIP:** Sherry-Creme passt auch zu Menü Seite 50.



SCHWEINSSTEAK IM TEIG

4 Schweinsteaks, je 130 g schwer

½ Teelöffel Salz

Pfeffer, frisch gemahlen

2 Esslöffel Saig Pflanzenöl

darübersreuen

in der Bratpfanne erhitzen, Fleisch beidseitig rasch anbraten, herausnehmen, erkalten lassen.

Füllung:

30–75 g Specktranchen

2 Äpfel, kleingewürfelt

1 Esslöffel Weisswein

1 Esslöffel Butter

sehr fein schneiden, leicht anbraten

beigeben, 2 Minuten mitdämpfen

darübergeben, einkochen lassen, herausnehmen, erkalten lassen.

Formen:

4 grosse dünne Tranchen Schinken

(nach Belieben Rohschinken)

auf dem Tisch oder einem Brett auslegen,

Schweinsteak darauflegen, Füllung darüber

verteilen, Steaks in den Schinken einschlagen

300–400 g Blätterteig

Eiweiss

Eigelb

2 mm dick auswallen, in 4 gleichgrosse Rechtecke

schneiden, Steaks darauflegen

Teigrand damit bepinseln, Steaks einpacken, auf

ein Blech geben

Teig bestreichen und nach Belieben mit

Teigresten garnieren.

Backen:

15–20 Minuten bei sehr guter Hitze (250 Grad) in der Mitte des vorgeheizten Ofens

Varianten:

– Anstelle der Schweinsteaks Kalbssteak, Filet oder Schnitzel verwenden.

– Äpfel weglassen oder durch feingehackte Champignons und frische Kräuter ersetzen.

– Schinkentranchen mit Leberpate bestreichen.

– 1 Esslöffel Ketchup unter die Füllung mischen.

– Blätterteig durch Betty Bossi Expresssteig ersetzen (Rezept S. 49).

Vorbereiten:

Die Schweinsteaks können eingepackt bis zu einem Tag im Kühlschrank aufbewahrt werden. Erst 20 Minuten vor dem Servieren backen – den «Wecker» nicht vergessen.

Rechteck (Tag), Rauten (Schinken)

mit Äpfel & Speck würfeln → eingepackte

Steaks

P.S. Schweinsteak 3 Päckchen Tiefkühl



LA CUMARATA IMAGINADA

da Pia Plaz

Betty Bossi pudess esser sainz'oter egn da nous. La bunga cumarata u vaschigna tgi ò adegna anc danvanz en ov u en liter latg per nous. Ena donna diligenta tgi pudagn dumandar per l'egn u l'oter tip an cuschigna. Ma Betty Bossi è betg reala e tuttegna omnipreschainta.

← Maletg fictiv da Betty Bossi cun sottascripziun. © bettybossi.ch

Ena figura fictiva

Betty Bossi è sainza dubi egna dallas figuras fictivas las pi ancunaschaintas dalla Svizra. En promi dalla cuschigna svizra. Strousch ena casarina u en casarin tgi na vess do en tgit ainten egn digls numerous codeschs da cuschinar da Betty. Scu è chegl pero pussebel tgi ena figura fictiva è tal-maintg ancunaschainta? La rasposta è chella: Betty Bossi è ena marca, ena campagna da reclama organisada an moda stupenta e chegl da bel'antschatta davent. L'istorgia dalla campagna da reclama scumainza igl onn 1956. Chel onn cumpara la figura fictiva per l'amprema geda ainten la medias da lez taimp. Nascheida or d'ena ideia per far reclama per ieli da barsar, on igls responsabels da marketing inundo las tgadafis dalla Svizra cun tips e trics dalla cuschiniera fictiva Betty. Sper igls bungs tips ò Betty pero er gist vandia igls products dall'interpresa tgi stava davos tot, numnadamaintg dalla firma Knorr. Igls bungs consegl eran ed èn igl med per promover igl consum da products fittos e pi tard er utensils da cuschigna.

Ena figura simpatica

Cura tgi Betty è nascheida on lour genitours, l'autoura da text Emmi Creola ed igls schefs da reclama da Knorr, pondero bagn tge nom dar a lour unfant. Igl nom «Betty» dueva tunar amabel e famigliar, dantant tgi «Bossi» ò do ena presa talianga. E tgi ò betg gugent spaghetti ed en po italianità an tgadafi?

Betty Bossi è neida preschentada scu casarina perfetga: capavla, survatschevla ed adegna pronta cun tips practics. Igls nundumbrevels tips e receipts ins ò pacheto aint bagn ainten codeschs da cuschinar, seigl chegl codeschs per far turtas, per tschagnas pi grondas per giasts u pi tard er per cuschignas pi



Egn digls receipts da Betty Bossi: macaruns d'alp. © bettybossy.ch

exoticas. Betty pò rasponder a tottas dumondas culinaras, pi bod cun ageid d'ena gasetta, pi tard er via cunsegliaziun agl telefon ed oz er via en app segl telefonign. Betty, u migler detg igl team davos Betty, è adegna s'adatto agls taimps cun crear novs receipts, novs utensils da tgadafi u novs meds da marketing.

Ena bunga vendadra

Chegl tgi ò disfrantzgea Betty Bossi d'otras figuras da reclama, è sto igl sies svilup tar ena cunsigliedra da cuschigna apparentamaintg reala. Antras codeschs da cuschinar, revistas, preschientscha ainten la televisiun e pi tard er aint igl internet è ella davan-tada ena istanza indispensabla ainten tgadafi. Igls sies receipts èn simpels da cuschinar, bagn adattos agl taimp da labour digls consumentes e dallas consumentas. E cun igl dretg utensil gartegia er mintga menu scu sen igl maletg digl recept. Chegl ò pero er igl sies prietsch. Anstagl da mutivar la ca-

sarina u er igl casarin da cuschinar cun ingredienzas frestgas e da sviluppar las atgnas abilitads culinaras, ò Betty Bossi propago e propagescha sistematicamaintg ena cultura da cumadev-ladad. Pertge far sez la pasta sch'ins po cumprar ella gio fittada cun se igl label da Betty Bossi? Pertge far la gronda labour da far capuns sch'ins po er gist cumprar chels ed angal ple scaldar sot las microondas? Betty Bossi ans ò betg angal do bungs consegl ma ans ò er en tant maltratg. Uscheia vainsa magari l'impressiun tgi en product fitto cun se igl nom da Betty vala tant scu egn cuschino sez. Betty n'è betg angal ena bunga cunsigliedra, na, ella è an am-prema lengia ena stupenta vendadra.

Midadas strategicas

La rolla da Betty reflectescha ferm la nosssa societad e la nosssa moda da consumar. Uriund represchentava Betty Bossi igl maletg tradiziunal dalla casarina. Igl model d'ena casarina tgi dovra angal las miglras victualias per



Igl film – Hallo Betty

Igl 1956 ò l'autoura da text, Emmi Creola, invento la figura fictiva Betty Bossi tg'è davantada spert en'icona dalla cuschna svizra. Blers creian tgi Betty Bossi exista propi, ed Emmi sa catta tottanegna ainten la gleisch digls reflectours. Ma igl success professional e las aspectativas persunalas la smanatscha da la sfratger. Igl film mossa, scu tg'ena donna cum-batta per conquistar en plaz ainten en mond domino digls omens, en tema tg'è oz exact usche actual scu da chel taimp.

Igl film è cumparia igl november 2025 aint igls kinos svizzers.

nutreir la sia famiglia. Cun la mida-da dalla rolla dalla donna da casarina tar amplueida cun en mastier pretentious, on igls creatours davos Betty adatto lour strategia e mutivo da duvvar adegna daple products fittos per pudeir sarveir venavant bungs menus malgro pac taimp per cuschnar. Cun igl taimp on chels products fittos pers en tant da lour bung nom. Ins ò puspe do daple peisa agl cuschnar, stagns d'angal scaldar. Ed uscheia ò er Betty puspe mido strategia e schlargea igl sies sortimaint da products mez fittos. Igls consuments e las consumentas on

bagn l'impressiun da cuschnar sez, er schi la mesadad dallas ingredienzas de-reivan d'ena scatla u d'en plastic cun se igl nom «Betty Bossi».

Consequenzas

Betty Bossi è davantada gio dadei en imperi medial tgi s'extenda sur products fittos e tgi dominescha la fiera da cuschna svizra. I fiss pero sbuglea da preschentar la figura fictiva scu en product da reclama maliztgousa. Graztga alla omnipreschientscha da Betty Bossi

on er blers da nous, donnas ed omens, risco d'antschever a cuschnar ed er ampruar or eneda l'egn u l'oter recept tgi è forsa perfign davanto la nova speisa prefereida. Betty Bossi resta an mintga cass en exaimpel fascinont, scu tgi figuras da reclama pon influenzer la moda da consumar e perfign er la moda da veiver.



Betty Bossi è nascheida igl 1956 scu figura fictiva per ena campagna da reclama dalla firma Knorr (Unilever). La sia mamma è l'autoura da texts da reclama turitgesa Emmi Creola-Maag.



La purscheida da Betty Bossi cumpeglia oz daple tgi angal rezepts. © bettybossi.ch

CALENDER

20

26

I. SCHANER 2026

	catolic	refurmo						
1 Gi	Bumang , Maria, mamma da Dia	Daniev	👤					
2 Ve	Gregor da Nazianz	Abel	👤			☾	9.11	
3 So	Genoveva	Isac	👤	○	11.03			
4 Du	Angela	Titus	👤					
5 Gl	Emilia, Tschamun	Simeon	👤					
6 Ma	Buneia, Treis son rètgs , Pia	Treis rètgs	👤					
7 Me	Valentin (475), Raimund	Isidor	👤					
8 Gi	Severin, Teofil	Erhard	👤					
9 Ve	Julian, Adrian	Gelgia, Gelli	👤					
10 So	Gregor X.	Simson	👤	☾	16.49			
11 Du	Batten da Jesus , Paulin	Gondini	👤					
12 Gl	Hilda, N	Meinrad	👤					
13 Ma	Hilari (ca. 367)	Hilari	👤					
14 Me	Felizi	Felix, Flisch	👤					
15 Gi	Maurus, Pol	Matilda	👤					
16 Ve	Marcel	Marcel	👤			☾	6.15	
17 So	Antieni	Tieni	👤					
18 Du	Prisca, Regina	Danuet	👤	●	20.52			
19 Gl	Marius	Marta	👤					
20 Ma	Fabian, Bistiang	Bistgaun	👤					
21 Me	Nesa, Meinrad	Nesa	👤					
22 Gi	Vincens, D+M, Anastasius, M	Vincens, Vintschegn	👤					
23 Ve	Heinrich Seuse, Dom	Miarta	👤					
24 So	Franz da Sales (1622)	Timoteus	👤					
25 Du	Conversiu da s. Pol	Conversiu da s. Paul	👤					
26 Gl	Timoteus e Titus	Policarp	👤	☾	5.48			
27 Ma	Angela Merici	Rest Gion	👤					
28 Me	Tumasch d'Aquin (1274)	Carli	👤					
29 Gi	Valerius	Natalia	👤			☾	17.54	
30 Ve	Martina	Alma	👤					
31 So	Gion Bosco (1888)	Virgeli	👤					

II. FAVRER 2026

1 Du	Brigitta	Brida, Brigita	👤	○	23.09			
2 Gl	Nossadonna da candeilas	Bodo	👤					
3 Ma	Plasch, Ansgar	Plasch	👤					
4 Me	Veronica, Rabanus Maurus	Frona	👤					
5 Gi	Geda, Mudest	Gada, Agata	👤					
6 Ve	Dorothea, Paul Miki e cump.	Turtè	👤					
7 So	Richard	Risch	👤					
8 Du	Gironas	Salomon	👤					
9 Gl	Apollonia	Balugna	👤	☾	13.43			
10 Ma	Culastia (577)	Mengia	👤					
11 Me	App.da ND da Lourdes	Eufrosina	👤					
12 Gi	Ludan, Gregor II	Eulalia	👤			☾	13.48	
13 Ve	Gisela, Severin	Jonas	👤					
14 So	Valentegn, Ciril e Metodi	Valentin	👤					
15 Du	Faustin	Faustin	👤					
16 Gl	Giuliana	Giuliana	👤					
17 Ma	7 fundatours digls Servits	Donat	👤	●	13.01			
18 Me	Mesemda dalla tschendra , Simon	Mesjamna dalla tschendra , Simeon	👤					
19 Gi	Bonifazi	Susanna	👤					
20 Ve	Eleuteri	Cornelia	👤					
21 So	Serafin, Peder Damian	Leonora	👤					
22 Du	1. d. curesma , Isabella, sedia d.s.Peder	Margreta	👤					
23 Gl	Policarp	Josua	👤					
24 Ma	Mattia apostel	Mattiu	👤	☾	13.28			
25 Me	Waldburga	Vetger, Victor	👤					
26 Gi	Dionisi	Elisa	👤			☾	0.15	
27 Ve	Markward	Frida	👤					
28 So	Roman	Antonia	👤					

III. MARS 2026

	catolic	refurmo					
1 Du	2. d. curesma , Albin	Albin					
2 Gl	Oscar	Oscar					
3 Ma	Cunigunda	Annetta		○	12.38		
4 Me	Casimir (1484)	Adrian					
5 Gi	Dorothea, Paul Miki e cump. (1597)	Turtè					
6 Ve	Fridolin	Fridolin					
7 So	Perpetua e Felicitas	Felicitas					
8 Du	3. d. curesma , Gion da Dia	Filomena					
9 Gl	Franzisca Roma	Francesstga					
10 Ma	Emil, Gustav	Alexander, Xander					
11 Me	Rosina, Duri	Rosina		☾	10.39	☾	22.03
12 Gi	Beatrix	Gregor					
13 Ve	Paulina	Ernest					
14 So	Matilda (968)	Zacarias					
15 Du	4. d. curesma , Clemens Maria Hofbauer (1820)	Meltger					
16 Gl	Herbert	Armida					
17 Ma	Patric (461), Gertrud	Eulscha					
18 Me	Ciril da Jerusalem (368), Eduard	Gabriel					
19 Gi	Gisep, spous da Maria	Giusep		●	2.24		
20 Ve	Wolfram, Irmgard	Emanuel					
21 So	Cristian	Benedetg					
22 Du	5. d. curesma , Lea da Roma	Clau					
23 Gl	Turibio d. Lima, Teodosia	Virginia					
24 Ma	Dumengia da palmas , Catregna da Svezia	Florenz					
25 Me	Annunziasiun digl Signer	Annunzia da Maria, Manfred		☾	20.18	☾	5.35
26 Gi	Ludger, Diego, Larissa	Domenica					
27 Ve	Provin	Duf					
28 So	Gion Capistran	Genoveva					
29 Du	Dumengia da palmas , Eustasi, Armogast, taimp da stad	Dumeingia da las palmas , Wieland					
30 Gl	Diemut, Rosvita	Guido					
31 Ma	Cornelia	Balbina					

freid

plievgia e
torbel

IV. AVREGL 2026

1 Me	Hugo, Irena	Hugo					
2 Gi	Franz da Paula (1507)	Rosamunda		○	4.12		
3 Ve	Venderde sontg , Lutberga, Richard	Vendargis sontg , Ignaz					
4 So	Isidor (636)	Ambrosi					
5 Du	Pasca , Vincenz Ferrer	Pastgas , Max					
6 Gl	Glindesde Pasca , Sixtus, Celestin	Glindesdi Pastgas , Mudest					
7 Ma	Gion Battist d. la Salle (1719)	Celestin					
8 Me	Gultier, Beata	Maria				☾	6.50
9 Gi	Waltrud	Sibilla					
10 Ve	Hulda, Engelbert	Ezechiel		☾	6.52		
11 So	Stanislaus (1079)	Leo					
12 Du	Dumengia alva , Gila	Geli					
13 Gl	Hermenegild, Martin I. (656)	Justin					
14 Ma	Lidwina	Marionna					
15 Me	Huna, Gioder	Rafael					
16 Gi	Banadetg Labre Bernadetta Soubirous	Daniel					
17 Ve	Rudolf	Rudolf		●	13.52		
18 So	Apollon	Cristoffel					
19 Du	Leo IX. (1054)	Werner					
20 Gl	Hildegund	Rezia					
21 Ma	Hugo, Irena	Lina				☾	12.59
22 Me	Caius	Reto					
23 Gi	Gieri, Adalbert	Gieri					
24 Ve	Fidel da Sigmaringen	Albert		☾	4.32		
25 So	Marc	Marcus					
26 Du	Cletus	Nut					
27 Gl	Peder Canisi (1597)	Nino, Anastasi					
28 Ma	Hugo, Peder Chanel (1841)	Vital					
29 Me	Catarina da Siena	Pieder					
30 Gi	Pius V. (1572)	Burga					

freid e sitg

gronda
fardagliapi lev ed en
po pi tgod

bel e tgod

bel e tgod

V. MATG 2026

	catolic	refurmo						
1	Ve Arnold, Gisep, patrung d. luvrants	Giachen, Flep	☞	○	19.23			bel e tgod
2	So Atanasi	Roland	☞					
3	Du Filip e Giatgen	Adelina	☞					
4	Gl Florian (304), Valeria	Flurin	☞					
5	Ma Godehard (1038)	Bina	☞			☾	13.22	vent e roc
6	Me Markward, Valerian	Gion	☞					
7	Gi Notker, Ben, Gisela	Otto, Nut	☞					
8	Ve Desideratus, Desirée	Stanislaus	☞					
9	So Beat	Beat	☞	☾	23.11			bel tgod e sitg
10	Du De dalla mamma , Gordian e Epimachus	Antonia	☞					
11	Gl Mamertus	Adolf	☞					
12	Ma Sofia	Brincazi, Barcazi	☞					
13	Me Servazi	Servazi	☞					
14	Gi Anzainzas , Bonifazi marter, Iso	Anzeisnas , Bonifaci	☞					
15	Ve Sofia	Sofia	☞					
16	So Ubald, Gion Nepomuk	Peregrin	☞	●	22.01			
17	Du Pascal Baylon	Bruno	☞					freid e schalada
18	Gl Erich, Gion I. (526)	Isabella	☞			☾	21.25	
19	Ma Ivo, Maria Bernarda Bütler (CH-2008)	Carlina	☞					
20	Me Bernhardin da Siena	Christian, Rest, Tani	☞					
21	Gi Hermann Josef	Constantin	☞					bel e sitg
22	Ve Gelgia, Rita	Lena	☞					
23	So Desideri	Previst	☞	☾	13.11			
24	Du Tschuntgesmas , Magdalena Sofia	Tschunceismas , Johanna	☞					
25	Gl Gl. Tschuntgesmas , Gregor VII., Beda	Gl. Tschunceismas , Urban	☞					
26	Ma Filip Neri	Beda	☞					
27	Me Augustin da Canterbury (604)	Luzi	☞					
28	Gi German	Guglielm	☞					
29	Ve Maximin	Max	☞					bel
30	So Jeanne d'Arc	Job	☞					
31	Du Sontga Trinitad , Petronilla	Trinitatis , Petronella	☞	○	10.45			

VI. ZARCLADOUR 2026

1	Gl Justin (ca.165)	Nicodemus	☞			☾	18.48	bel
2	Ma Marcellino e Petrus	Marcel	☞					plievgia
3	Me Morand, Karl Lwanga cump. (1886)	Clotilda	☞					
4	Gi Sontgiglcrest , Clotilda, Quirin	Eduard	☞					
5	Ve Bonifazi (754)	Reinhard	☞					
6	So Norbert, Claudia	Norbert	☞					brainta
7	Du De digl bab , Robert	Lucrezia, Robert	☞					
8	Gl Medard, Kilian	Babetta	☞	☾	12.01			
9	Ma Primus e Felizian, Efrem	Deta	☞					
10	Me Enric da Bozen, Olivia	Laura	☞					plievgia
11	Gi Barnabas, ap.	Barnaba	☞					
12	Ve Leo III.	Alice	☞					
13	So Antoni da Padua (1231)	Tobias	☞					
14	Du Gottschalk , Meinrad	Baseli	☞					
15	Gl Vitus, Mudest	Irma	☞	●	4.45	☾	7.18	
16	Ma Benno	Justina	☞					
17	Me Eufemia, Gregori Barbarigo	Gudegn	☞					
18	Gi Felizi e Simplizi	Arnold	☞					puspe bel, ma i dat er tung
19	Ve Romuald (1027)	Helena	☞					
20	So Adalbert	Albertina	☞					
21	Du Luis da Gonzaga (1591)	Riget	☞	☾	23.56			
22	Gl Paulin da Nola	Clopat	☞					
23	Ma Edeltraud	Irena	☞					
24	Me Nasch. d. Gion Battist	Giohannes Battesta	☞					
25	Gi Dorothea, Guglelm	Giosch	☞					bel
26	Ve Gion e Pol	Gion Paul	☞					
27	So Cyril, Emma	Ladislaus	☞					
28	Du Ireneus (ca. 202)	Benjamin	☞			☾	23.58	
29	Gl Peder e Pol, Beata, Judith	Pieder e Paul	☞					
30	Ma Ehrentrud, Otto da Bamberg (1139)	Commemoraziun da s. Paul	☞	○	1.57			

VII. FANADOUR 2026

	catolic	refurmo						
1 Me	Teobald	Teobald	☞					gronda caleira
2 Gi	Visitaziun da Maria	Frida	☞					
3 Ve	Tumasch, apostel	Cornelia	☞					
4 So	Duri (890), Lisabet da Portugal	Urschla	☞					temporal e plievgia
5 Du	Antoni M. Zaccaria, Letizia	Balzer, Anselm	☞					
6 Gl	Maria Goretti (1902)	Jesaja	☞					ora da far fagn
7 Ma	Willibald	Giohen	☞	☾	21.29			
8 Me	Kilian, Geni	Crest	☞					plievgia
9 Gi	Agilolf, Gion da Köln	Luis	☞					
10 Ve	Engelbert, Alexander	Rosalia	☞					
11 So	Sigisbert e Plazi, Banadetg	Placi, Rahel	☞					
12 Du	Nabor e Felix	Felix	☞			☾	17.10	bel
13 Gl	Enric II. (1024), Silvan	Henric	☞					
14 Ma	Camillius d.Lellis (1614)	Georgina	☞	●	11.44			plievgia
15 Me	Bonaventura (1274)	Margreta	☞					
16 Gi	Nossadonna digl Carmel	Berta, Rut	☞					
17 Ve	Alexi, Gabriela	Lidia, Alexi	☞					
18 So	Arnold	Hartmann	☞					
19 Du	Bernulf	Fida	☞					
20 Gl	Margreta (ca. 307)	Elias	☞					da de bel, da notg frestg e schalada
21 Ma	Lurintg da Brindisi	Violanda	☞	☾	13.06			
22 Me	Maria Madlagna	Maria Madlena	☞					
23 Gi	Apollinari, Brigitta da Svezia (1375)	Olga	☞					
24 Ve	Ursicin, Cristoffel (ca. 250), Cristina	Cristina	☞					
25 So	Giatgen, apostel	Giacun	☞					
26 Du	Giochen ed Anna, gen. d. Maria	Onna	☞			☾	5.51	temporal e plievgia
27 Gl	Pantaleon, Natalia (852)	Nora, Marta	☞					
28 Ma	Innozenz I., Beat	Innocenz	☞					fitg tgod
29 Me	Marta	Beatrizia	☞	○	16.36			
30 Gi	Peder Chrisologus	Jacobea	☞					
31 Ve	Ignazi da Loyola (1556)	Germaun	☞					

IIX. AVOST 2026

1 So	Festa da confederaziun , Alfons, Maria da Liguori	Fiasta da confederaziun , Petrus	☞					gronda caleira
2 Du	Sievi	Gustav	☞					
3 Gl	Lidia	Josias, August	☞					plievgia e vents fermes
4 Ma	Gion M. Vianney, plev. d'Ars (1859)	Dumeni	☞					
5 Me	Nossadonna dalla neiv, Domenica	Oswald	☞					
6 Gi	Transfiguraziun da Cristus	Sixtus	☞	☾	4.22			
7 Ve	Cajetan, Sixtus II. (258)	Vera, Afra	☞					
8 So	Dumeni (1221)	Reinold	☞					
9 Du	Roman	Roman	☞			☾	1.38	ora pac bela
10 Gl	Lurintg (258)	Luregn	☞					
11 Ma	Clara d'Assissi, Susanna	Stafania	☞					
12 Me	Hilaria	Clara	☞	●	19.37			
13 Gi	Hippolit, Cassian, Pontianus	Sidonia	☞					
14 Ve	Eberhard, Maximilian Kolbe (1941)	Samuel	☞					
15 So	Assumaziun da Maria	Nossadonna d'uost	☞					en bel de
16 Du	Roc	Ferdinand	☞					
17 Gl	Giacint	Evalina	☞					
18 Ma	Helena	Amos	☞					
19 Me	Gion Eudes (1680)	Disch	☞					ora pac bela
20 Gi	Bernard (1153), Samuel	Bernard	☞	☾	4.47			
21 Ve	Pius X. (1914), Giuanna Francisca	Ernestina	☞					en bel de
22 So	Maria Regina	Alfons	☞			☾	12.55	
23 Du	Rosa da Lima (1617)	Zacheus	☞					plievgia
24 Gl	Baltermia, apostel	Barclamiu	☞					
25 Ma	Ludvic IX. (1270)	Ludvic	☞					
26 Me	Gregor	Severin	☞					
27 Gi	Mengia (387), Gebhard	Letizia	☞					dètg bel e tgod
28 Ve	Augustin, Adelina	Augustin	☞	○	6.19			
29 So	Sabina	Sabina	☞					
30 Du	Amadeus, Herbert (1021)	Adolf	☞					
31 Gl	Raimund, Paulin d.Trier	Rebecca	☞					

IX. SETTEMBER 2026

	catolic	refurmo						
1 Ma	Frena, Egidi	Frena	☞					bel
2 Me	Apollinari, Ingrid	Absolom	☞					
3 Gi	Gregor igl Grond (604)	Teodosi	☞					plievgia intensiva
4 Ve	Rosalia	Ester	☞☞	☾	9.51			
5 So	Roswitha	Hercli	☞☞			☾	8.08	
6 Du	Magnus	Silvia	☞					bel
7 Gl	Regina, Nutegn	Regina	☞					
8 Ma	Naschientscha da Maria	Adrian	☞					
9 Me	Gorgonius	Egidi	☞					temporals
10 Gi	Nicolaus Tolentino	Durisch	☞					
11 Ve	Felizi e Regula	Regula e Felix	☞	●	5.27			
12 So	Nom da Maria, Guido	Gioder	☞					
13 Du	Gion Crisost (407), Tobias	Eva, Hector	☞☞					
14 Gl	Dulzada dalla s.Crousch	Gion Martin	☞☞					fitg bel
15 Ma	7 dolours da Maria	Rogaziun federala, Pitschen	☞					
16 Me	Ciprian, Cornelia	Joël	☞					
17 Gi	Robert Bellarmin, Hildegard	Angela	☞☞					
18 Ve	Lambert, Gisep da Cupertin	Rosa	☞☞	☾	22.44	☾	20.49	
19 So	Januari	Renata	☞☞					
20 Du	Rogaziun federala, Eustachi e cumpogns	Fausta	☞					
21 Gl	Mattia ap., Jonas	Mattiu	☞					
22 Ma	Murezi	Murezi	☞☞					
23 Me	Linus	Tecla	☞☞					
24 Gi	Gerhard, Rupert (720) e Virgil (784)	Robert	☞☞					ora masdada
25 Ve	Niclo da Flia (CH-1487)	Cleofas	☞☞					
26 So	Cosmas e Damian (303), Eugenia	Paulina	☞☞	○	18.49			
27 Du	Vincens da Paul (1660)	Damian	☞					
28 Gl	Venzeslaus (929), Lioba	Nina	☞					
29 Ma	Mitgel, Gabriel e Rafael	Michel	☞					plievgia intensiva
30 Me	Gironas, Ursus e Victor	Urs e Victor	☞					

X. OTGOVER 2026

1 Gi	Remigius, Teresa digl unfant Jesus	Remigi	☞☞					
2 Ve	Ursicin, Anghels pertgiraders	Ursina	☞☞			☾	13.27	
3 So	Leodegar	Silvio	☞	☾	15.25			plievgia
4 Du	Francestg d'Assisi (1226)	Franz, Francestg	☞					
5 Gl	Plazi e cumpogns	Emma, Placi	☞					
6 Ma	Bruno, Renato	Angelina	☞					
7 Me	Nossadonna d.Rusari	Judit	☞					tgod
8 Gi	Simeon	Rico	☞					
9 Ve	Dionis, Gion Leonardi, Sara	Dionis	☞					
10 So	Adalgot, Victor	Gideon	☞☞	●	17.50			torbel, tgod e plievgia
11 Du	Maternitad da Maria	Burcard, Ulrich	☞☞					
12 Gl	Maximilian	Aurelia	☞					
13 Ma	Eduard, Aurelia	Madlena	☞					
14 Me	Calist I. (222)	Guglielmina	☞					bel
15 Gi	Teresa d'Avila (1582)	Teresia	☞☞					
16 Ve	Giagl, Hedvic, Margr. M. , Alacoque	Gallus	☞☞			☾	4.38	
17 So	Anselm, Ignazi (115)	Justus	☞					
18 Du	Lucas ev.	Lucas	☞	☾	18.13			
19 Gl	Pol d.Crousch	Ferdinand	☞					
20 Ma	Vendelin	Vendelin	☞☞					plievgia
21 Me	Orschla	Urschla	☞☞					
22 Gi	Cordula	Cordula	☞☞					
23 Ve	Gion Kapistran	Martina, Severin	☞☞					
24 So	Antoni Maria Claret	Salome	☞					
25 Du	Crisant e Daria, Ludvic III., taiup d'anviern	Tugn	☞					bel
26 Gl	Amandus, Josefina	Padrut	☞	○	5.12			
27 Ma	Wolfhard, Florentin e Sabina	Sabina	☞					
28 Me	Simon e Judas, ap.	Simon e Judas	☞					
29 Gi	Ermelind	Aluis	☞☞			☾	18.31	
30 Ve	Alfons Rodriguez	Dora, Hartmann	☞☞					brainta e torbel
31 So	Wolfgang (994)	Fiesta da Reformaziun, Wolfgang	☞					

XI. NOVEMBER 2026

	catolic	refurmo						
1 Du	Nomnasontga	Fiasta dils sogns, Bertold		☾	21.29			
2 Gl	De digls morts, Angela	Gi da las olmas						bel
3 Ma	Ida, Pirmin, Martin, Porres, Hubert	Teofil						
4 Me	Carla Borromeus (1584)	Curt						bler vent
5 Gi	Bertilla, Zacharias	Elia						
6 Ve	Linard, Protasi	Glienard						plievgia
7 So	Engelbert, Ernest	Gironnas						
8 Du	Gregor, Claudius	Claudio						
9 Gl	Ded.Bas.d.Salvader	Teodor, Gioder		●	8.02			
10 Ma	Leo igl Grond (461)	Luisa						
11 Me	Martegn (397)	Martin						
12 Gi	Josafat (1623), Diego d.Alcalà	Emil				☾	10.32	puspe bel, ma er brainta e torbel
13 Ve	Himer, Stanislaus Kostka	Hermina						
14 So	Alberich	Tina						
15 Du	Albert igl Grond (1280), Leopold	Nuttina						
16 Gl	Otmar, Margreta (1093)	Otmar						schalada
17 Ma	Gertrud, Fluregn	Bertold		☾	12.48			
18 Me	Ded. Bas. Peder e Pol a Roma	Eugen						
19 Gi	Lisabet da Thüringen (1231)	Lisabetta						
20 Ve	Edmund	Edmund						
21 So	Preschentaziun da Nossadonna	Columban						
22 Du	Cristus Rèt, Cecilia (ca. 250)	Cecilia						torbel e schalada
23 Gl	Clemens I, Felizia	Clemens						
24 Ma	Flora, Gion dalla Crousch	Erica		○	15.54			
25 Me	Catrina d.Alexandria	Catrina						
26 Gi	Curdegn, Albert	Curdin				☾	2.55	
27 Ve	Modest, Virgil	Jeremias						
28 So	Berta, Giatgen	Noa						
29 Du	1. d. advent, Fadri d.Regensburg, Jolanda	1. d. advent, Elli						plievgia perma- nenta
30 Gl	Andreia apostel	Andreia						

XII. DECEMBER 2026

1 Ma	Eligi	Arabella		☾	7.09			blera naiv
2 Me	Leza	Xaver						
3 Gi	Xaver (1552), Emma	Glieci						vent
4 Ve	Barbara, Gion d. Damaskus	Barla						
5 So	Sola, Anno	Cripina						blera naiv
6 Du	2. d. advent, Son Niclo (350)	2. d. advent, Sontgaclau						i sa sclera
7 Gl	Ambrosi (397), Gerald	Agata						
8 Ma	Immaculada concep. da Maria	Edit						
9 Me	Euchari, Peder Fourier	Willi, Giohen		●	1.52	☾	16.19	
10 Gi	Bruno, Angelina	Walter						
11 Ve	Damasus I. (384)	Gion Giacun						
12 So	Giuanna Franzisca	Otilia						
13 Du	3. d. advent, Luzia, Otilia	3. d. advent, Luzia						fitg freid
14 Gl	Gion da Crousch, Franzisca	Nicasì						
15 Ma	Cristiana, Nina	Cristina						
16 Me	Adelheid	Onna Maria						
17 Gi	Lazarus	Lazarus		☾	6.43			
18 Ve	Filip (1215)	Hedwig						
19 So	Urban, Fausta	Selma						
20 Du	4. d. advent, Hoger (916), Enric Egger (1328)	4. d. advent, Abraham						
21 Gl	Richard, Tumasch	Abraham						
22 Ma	Jutta, Flavian	Florin						
23 Me	Victoria, Gion Cantius, Ivo	Elvina				☾	13.26	
24 Gi	Adam ed Eva	Adam ed Eva		○	2.28			plievgia
25 Ve	Nadal, naschientscha da Cristus	Fiasta da Nadal						
26 So	Stefan	Sogn Stiafen						
27 Du	Gion apostel ed evangelist	Giohannes evangelist						
28 Gl	Unfants innocents	Gi dils affons innocents						
29 Ma	Tumasch Becket (1170), Lothar	Jonatan						neiv ed i suonda ena fardaglia da glatsch
30 Me	Felix I.	David		☾	20.00			
31 Gi	Silvester I. (335)	Silvester						

Cooperativa agricola da consum
Savognin e conturn

*frisch und
fründlich*



- » victualias
- » bavrondas
- » vegns
- » spirituosas
- » artetgels pigl tigneirtgesa
- » souvenirs

buteia Son Mitgel 081 684 11 86
buteia Grava 081 684 15 05

volg.savognin@bluewin.ch



7460 Savognin
Tel. 081 684 23 33

www.garage-jaeger.ch



**S'ANGASCHER
PER IGL NOSS
LUNGATG**

L'Unión Rumantscha Grischun
Central (URGC) tschertga supra-
stantas e suprastants surmirans.

contact: administraziun@sulom.ch



- Installaziuns sanitaras
- Scoldamaint
- Stagner/Tetgs

Passiun e qualidad -
davent da 1945

✉ info@cavegn.swiss

☎ +41 81 659 11 11

🏠 7460 Savognin



WASSER

WÄRME

DACH



ALBULA & JULIER

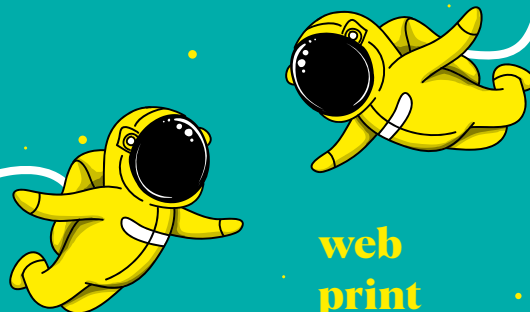
hotel e restorant

Famiglias Schnöller e Schuler
7450 CASTI/TIEFENCASTEL

Tel. +41 81 659 04 00
info@albula-julier.ch

www.albula-julier.ch

taimp per piglier se contact



web
print
dessegn

tipic.SWISS

7000 Coira
7460 Savognin
info@tipic.swiss

Hälg & Co. AG



Perfekt kombiniert

Voss partenari per
tottas dumondas da
tecnica da bietgs.

Hälg & Co. AG
Scoldamaint • Ventilaziun •
Climatisaziun • Frestgera • Sanitar

Gravas 12 | 7453 Tinizong
T +41 81 659 19 19 | haelg.ch



IA PUDESS ESSER
VOSS INSERAT

Uniun Rumantscha Grischun Central, administraziun@sulom.ch

Revista^{digl}
nooss
Sulom

**Esser persunalmaintg
a cò, sch'ins dovra nous?
Cler, chegl faschainsa!**

ÖKK agentura Savognin
T 058 456 16 80, savognin@oekk.ch, www.oekk.ch

Die Versicherung mit
gesundem Bündnerverstand.

ÖKK

Demarmels

Transports Salouf

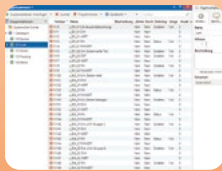
**Nous ans muntagn ainten igl
Grischun ed ainten l'antiera Svizra.**

Gio passa 70 onn!



www.detrans.ch

beraten - planen - installieren - unterhalten... aus einer Hand



Electro Wettstein SA
Vea lerts 222,7457 Bivio
Veia davos tga 5, Savognin
Tel. +41 81 659 12 22
info@ewsa.ch

Electro Wettstein SA

schaffen mit Strom

Heizungssteuerung

Multiroom Audio

Sicherheit

Überwachung

a/v control

Smarthome: On

Gebäudeautomation

Lichtsteuerung

Storensteuerung

Fernsteuerung

garantiert

Ihr Partner für:

- Neubau
- Umbau
- Sanierungen
- Unterhalt
- Haushaltgeräte

24 Std. Service

100%
digital

einfach weitergedacht - Mehrwert statt Mehrkosten



www.ewsa.ch

Igl datgea digl capricorn



naturpark-beverin.ch



Bild: Simon Blumer



Mintga project en unicat!

- Construcziuns d'interiours
- Mobiglia
- Tgadafis
- Tgombras
- Reparaturas



Scrinareia Arpagaus SA
Gravas 14 . 7452 Cunter
T 081 684 22 28 . info@arpagaus.swiss
www.arpagaus.swiss

arpagaus 

Igl Voss scrinari a Savognin



bossi hemmi ag



Nachhaltige Dienstleistungen

ALLA TSCHERTGA D'EN REGAL PER GIOVEN U VIGL?

En abunamaint dalla «Revista digl noss Sulom» fò plascheir a tots e chegl durant en onn antier.

Texts interessants e divertents an rumantsch per tot las generaziuns.



Dus gedas ad onn (zarcladour e december) tarmattainsa an Voss nom la «Revista digl noss Sulom» alla persunga tgi lez far en plascheir.

Per angal CHF 25.50 incl. porto

Abune anc oz via

email: administraziun@sulom.ch