

MANI PER IL NEPAL

QUANDO LA SOLIDARIETÀ DIVENTA AZIONE CONCRETA

DI LUCA BETTOSINI

MANI CHE ATTRAVERSANO LE MONTAGNE E DIVENTANO SPERANZA.
I PRIMI 10 ANNI DELL'ASSOCIAZIONE MANI PER IL NEPAL 2015-2025



Sopra e a destra: distribuzione di zainetti e materiale scolastico alle scuole dei villaggi di Cheksedanda e Walung/Valle del Makalu nel 2022.

Ci sono realtà che nascono in silenzio, senza clamore, ma con una forza capace di cambiare davvero la vita delle persone. L'Associazione Mani per il Nepal è una di queste. Con Daniele Foletti, fondatore e oggi presidente onorario di Mani per il Nepal, ci lega un'amicizia che dura da oltre vent'anni. Eppure, finora, non avevamo mai dedicato uno spazio ampio e completo al lavoro dell'Associazione Mani per il Nepal. Oggi colmiamo questa lacuna. L'associazione prende forma nel 2015, all'indomani del devastante terremoto che aveva colpito il Nepal. Alcuni ticinesi, che si trovavano sul posto poco prima del disastro o che avevano un legame diretto con quel Paese, hanno sentito il bisogno di trasformare lo sgomento in azione. Da quel momento

è iniziato un impegno costante, fatto di presenza, ascolto e progetti concreti. Nel 2025 l'associazione ha compiuto 10 anni dalla sua fondazione. La forza di Mani per il Nepal sta nella semplicità del suo modello: ogni franco raccolto viene interamente investito nei progetti sul territorio. L'associazione, oggi composta da 3 membri di comitato (Lara Ambrosetti-Giudici, coordinatrice-segretaria; Franco Romerio, coordinatore-cassiere; Sergio Petrini, membro, oltre a Daniele Foletti, presidente onorario) si basa esclusivamente sul volontariato e i membri si assumono personalmente le spese di viaggio. Questo significa che le donazioni arrivano davvero dove servono. Nel corso degli anni sono stati realizzati interventi importanti inizialmente

nei dintorni della capitale Kathmandu (fortemente colpita dal sisma) e successivamente nella Valle del Makalu, una delle regioni più povere del Nepal: la donazione di 536 pannelli fotovoltaici e batterie per riportare l'energia elettrica in 4 villaggi distrutti al 95% dal sisma, la ricostruzione di 2 scuole e 1 orfanotrofo, l'installazione di più di 3'500 di stufe a legna per migliorare la qualità di vita delle famiglie (togliendo il fumo dalle case, bruciando meno legna e riducendo il rischio di incendio), 6 ponti sospesi, 3 acquedotti e 3 centraline elettriche, un atelier per la tessitura della fibra di ortica, la fornitura di più di 5'000 zainetti con materiale scolastico e libri in inglese per dare avvio a delle biblioteche locali in una ventina di scuole, quasi 500 vacche con vitello (per il latte, ma anche



impiegate per arare i campi) a famiglie particolarmente bisognose, medicinali e altre forme di sostegno diretto alle comunità più vulnerabili.

Un aspetto fondamentale del lavoro dell'associazione è la collaborazione con la popolazione locale. Non si tratta di aiuti calati dall'alto, ma di interventi richiesti, condivisi, costruiti insieme alle persone che vivono quotidianamente le difficoltà, volti a portare un minimo di qualità di vita senza stravolgere il modo di vivere delle comunità locali.

L'impegno non si è fermato con le prime emergenze. Ancora oggi sono in corso nuovi progetti, come la costruzione di un altro ponte per garantire collegamenti sicuri durante la stagione dei monsoni e la realizzazione di un nuovo acquedotto (il quarto fatto costruire ad oggi dall'associazione) per portare acqua potabile a un villaggio di 74 case. Sono opere essenziali che possono fare la differenza tra isolamento e accesso a scuola, tra precarietà e dignità.

Mani per il Nepal dimostra che anche un piccolo gruppo di persone può generare un grande impatto quando passione, trasparenza e determinazione si incontrano. Non è solo un'associazione: è una rete di mani, di cuori e di responsabilità condivisa.

Perché a volte basta poco per dare un impulso positivo alla qualità di vita locale. E quando la solidarietà diventa concreta, costruisce ponti che vanno ben oltre le montagne.

Quelli presentati in queste pagine sono solo alcuni degli interventi realizzati dall'Associazione Mani per il Nepal a favore delle comunità della valle del Makalu e di altre regioni del paese. Negli anni, l'associazione ha promosso numerosi progetti concreti di pubblica utilità – dall'approvvigionamento idrico alla distribuzione di stufe, dalla ricostruzione di strutture essenziali a opere infrastrutturali – sempre in stretta collaborazione con la popolazione locale.

I progetti edilizi (ponti, scuole, acquedotti, centraline elettriche) sono



stati elaborati da validi e affidabili ingegneri nepalesi, che nello specifico hanno coinvolto per la loro realizzazione gli abitanti (tra i quali anche molte donne, dato che gli uomini erano spesso impegnati al servizio dei turisti come portatori nei trekking e nelle spedizioni d'alta quota) dei villaggi beneficiari delle opere per i lavori di trasporto materiale e manovalanza, garantendo salari dignitosi. I preventivi e le tempistiche di realizzazione dei progetti sono sempre stati rispettati. I progetti sono stati identificati e supervisionati sul luogo dai fratelli Dawa e Phurba Sherpa, e dal loro cugino Mingma Sherpa, fondatori dell'associazione consorella Plans for Nepal a Kathmandu (necessaria per poter ottenere i permessi di costruzione) e titolari dell'agenzia di trekking e spedizioni d'alta quota Ticinotreks (<https://ticinotreks.com>).

INTERVISTA A DANIELE FOLETTI, PRESIDENTE ONORARIO DELL'ASSOCIAZIONE MANI PER IL NEPAL 29.12.2025

PERCHÉ PROPRIO IL NEPAL?

«È iniziato tutto grazie a un amico, Dawa Sherpa. Era venuto in Svizzera alla capanna Cristallina e mi aveva invitato a visitare il suo Paese, dicendomi che aveva qualcosa di speciale. In quegli anni avevo la mia azienda e nei periodi ideali per partire, marzo o

ottobre, ero sempre nel pieno del lavoro. Continuavo a rimandare. Poi nel 2009 ho deciso di andare.

Lì non ho fatto il classico viaggio turistico. Con Dawa ho visitato le case della gente del posto. Quando sono entrato nella prima abitazione ho avuto un tuffo al cuore: mi ha ricordato la casa dei miei nonni a Savosa. Ambienti semplici, senza acqua corrente e riscaldamento, servizi essenziali. Ho rivissuto la mia infanzia, che per me è stata felice. In quel momento mi sono innamorato del Nepal, della sua gente.

Dopo quel viaggio ho sentito che dovevo fare qualcosa per quella popolazione. Poi nel 2015 è arrivato il terremoto. La gente in Ticino, sapendo che frequentavo il Nepal, ha iniziato a sostenermi con grande generosità. In un solo mese sono stati raccolti 40.000 franchi. È stata una catena di solidarietà straordinaria, basata sulla fiducia. Da lì è nata l'Associazione Mani per il Nepal.

In 10 anni di attività abbiamo raccolto oltre 4 milioni di franchi, grazie alla

Sopra a sinistra: portatore trasporta sulla schiena una stufa del peso di 115 kg.

Sopra: stufa installata in una delle modeste dimore del villaggio di Seduwa/Valle del Makalu.

MANI PER IL NEPAL QUANDO LA SOLIDARIETÀ DIVENTA AZIONE CONCRETA



In alto: inaugurazione del primo ponte fatto costruire da Mani per il Nepal sul fiume Kasuwa kohla nel 2018.

Sopra: trasporto di alcune stufe attraversando un ponte fino al villaggio dove verranno installate

A destra: distribuzione di ca. 600 stufe a 600 famiglie sulla piazza del villaggio di Ghadi/Valle del Makalù il 1.1.2022.

generosità di molto ticinesi, tutti già reinvestiti laggiù in progetti concreti. Ancora oggi succede: amici che, invece di farmi un regalo di compleanno, mi consegnano un contributo per i progetti in Nepal. Questo mi commuove profondamente. Non sono uno che piange facilmente, ma l'emozione è forte. Sono davvero legato a quel paese, soprattutto alla sua gente di montagna.

Le montagne himalayane hanno qualcosa di unico. A 5'000 metri ti trovi davanti a pareti che salgono ancora per altri 3'000 metri. È una dimensione che da noi non esiste. Lì si respira la storia dell'alpinismo. Seguendo il desiderio di restituire una parte dell'enorme generosità dei nostri donatori, nel corso degli anni abbiamo invitato dei grandi alpinisti in

Ticino per delle serate di beneficenza: Reinhold Messner, Hervé Barmasse, Gnaro Mondinelli, Kristof Wielizki, Gerlinde Kaltenbrunner e molti altri. Non sono un alpinista, ma ascoltare i loro racconti è stato straordinario. Storie di montagna, di fatica, di sopravvivenza, di coraggio. Un paio di anni fa ad Acquarossa abbiamo anche portato Sanu Sherpa (colui che, stabilendo un record, ha scalato per 2 volte tutti le montagne al mondo che superano gli 8'000 metri senza ossigeno).

Mi ha colpito molto lo spirito di Reinhold Messner. Parlando con lui della tragedia sul Nanga Parbat, dove aveva perso il fratello, mi disse che in certe situazioni non c'è spazio per la paura: c'è solo lo spirito di sopravvivenza. Sono testimonianze forti, che fanno riflettere.

Quello che abbiamo notato è che quasi tutti questi alpinisti, durante o dopo la loro carriera, hanno restituito qualcosa alle popolazioni himalayane: scuole, orfanotrofi, progetti concreti. È come se ciò che hanno ricevuto dalla montagna lo abbiano voluto restituire. E ora si riparte. A breve tornerò in Nepal per costruire un nuovo ponte di dodici metri. Sarà una struttura in ferro, solida, ancorata con basi in pietra e cemento. Un'opera semplice ma fondamentale per la comunità locale.

Lavoreremo insieme a una ventina di donne del villaggio, che si occuperanno del trasporto dei materiali. Molti uomini infatti sono impegnati come guide o portatori in montagna, quindi saranno soprattutto loro a partecipare ai lavori.

È questo che mi dà forza: sapere che ogni intervento nasce dalla collaborazione e dal rispetto reciproco, senza anteporre interessi personali e favorendo tutta la comunità.»

Per sostenere concretamente le attività in Nepal – dalla costruzione dell'orfanotrofo e delle scuole alla realizzazione di ponti e acquedotti – l'Associazione Mani per il Nepal ha scelto anche una forma di autofinanziamento solidale.

Vengono acquistati direttamente in Nepal prodotti artigianali di qualità, come sciarpe e coperte in lana di yak, cashmere e fibra d'ortica, che vengono poi proposti in Ticino con un piccolo margine destinato interamente al finanziamento dei progetti. In questo modo si sostiene l'economia locale nepalese e, allo stesso tempo, si generano risorse per nuove iniziative sul territorio.

Accanto ai tessuti in lana yak, lo shop dell'associazione propone anche altri articoli selezionati, come incensi, borsette e bambole artigianali, prodotti naturali e oggetti personalizzati – tra cui il coltellino realizzato da Victorinox® con il logo dell'associazione. Particolarmente apprezzato è anche il balsamo tigre



tradizionale, utile per alleviare dolori muscolari e articolari e molto altro.

Tutti i prodotti sono disponibili nello shop online. Ogni acquisto rappresenta un gesto concreto di sostegno e contribuisce direttamente alla realizzazione dei progetti umanitari promossi dall'associazione.

L'elenco completo delle iniziative e dei progetti portati a termine è consultabile sul sito ufficiale dell'associazione: www.maniperilnepal.ch. Qui ne presentiamo solo alcuni per dare un'idea del grande lavoro svolto in questi primi 10 anni di attività.

UN PONTE CHE UNISCE MOLTO PIÙ DI DUE RIVE

Nel cuore di una delle regioni più isolate del Nepal nel 2018 è nato il primo ponte, che rappresenta molto più di una semplice struttura sospesa tra due sponde. È il simbolo di una solidarietà concreta, nata lontano ma capace di arrivare fino alle vallate più remote ai piedi della catena himalayana.

L'opera è stata realizzata grazie all'impegno dell'associazione Mani per il Nepal, che da anni opera sul territorio. In un'area dove attraversare i grossi fiumi himalayani significava spesso isolamento, pericolo e difficoltà quotidiane, oggi esiste un collegamento sicuro che permette a bambini, famiglie e lavoratori di spostarsi senza rischi, e di accorciare il tragitto a persone e animali.

La costruzione del ponte ha richiesto determinazione, collaborazione e fiducia reciproca. È stato un lavoro condiviso, nato dall'incontro tra il sostegno proveniente dal Ticino e la partecipazione attiva delle comunità nepalesi. Non si è trattato solo di portare un'infrastruttura, ma di creare una possibilità concreta di sviluppo e sicurezza. In Nepal i ponti sono parte integrante delle vie di comunicazione.

Per chi vive in quei villaggi, il ponte significa poter raggiungere la scuola anche durante la stagione delle

piogge monsoniche, trasportare cibo e merci, mantenere i contatti tra comunità divise dal fiume. È un cambiamento silenzioso ma profondo, che incide sulla vita quotidiana.

Mani per il Nepal continua così il suo percorso fatto di interventi mirati e presenza diretta, dimostrando che anche un piccolo gruppo di persone può realizzare opere capaci di migliorare realmente le condizioni di vita di intere comunità.

Un ponte, in fondo, non è solo acciaio e cavi. È un gesto di fiducia. È un collegamento tra mondi diversi che scelgono di camminare insieme. E sull'arco di 5 anni, Mani per il Nepal di ponti sospesi ne ha realizzati 6 nella Valle del Makalù.

QUELLE MANI CHE UNISCONO MONTAGNE LONTANE

Un piccolo ponte sospeso, lungo quindici metri, è comparso nel 2019 appena sopra la capanna Monte Bar, poi trasferito nel 2020 nei pressi della capanna Quarnei, in Valle Malvaglia ed ora definitivamente installato a Cimadera sul sentiero che porta alla capanna Pairolo. Un'opera simbolica che racconta una storia che parte da lontano, dal Nepal, e che attraversa montagne e culture diverse.

Il ponte installato in valle non è solo una struttura dimostrativa: richiama i 6 ponti sospesi realizzati in Nepal grazie ai fondi raccolti in Ticino, opere che nelle regioni himalayane rappresentano collegamenti vitali tra villaggi isolati.

In territori segnati da fiumi impetuosi, piogge monsoniche e paesaggi impervi, un ponte significa sicurezza, mobilità, accesso alla scuola e ai servizi essenziali. L'installazione del ponte vuole ricordare proprio questo: il valore concreto di un'infrastruttura semplice ma fondamentale.

Il progetto è stato realizzato con il sostegno di realtà ticinesi, in collaborazione con gli allievi di alcune scuole e con il coinvolgimento dei patriati locali, diventando anche un'occasione



per avvicinare la popolazione locale alla realtà himalayana. Non si tratta solo di solidarietà a distanza, ma di un ponte ideale tra comunità che condividono la vita di montagna, seppur in contesti molto diversi.

In un periodo complesso anche per le nostre regioni, l'iniziativa assume un significato ancora più profondo: dimostra come la cooperazione possa nascere dal basso e creare connessioni autentiche. Quel piccolo ponte sospeso tra le rocce della valle è, in fondo, un simbolo visibile di un legame più grande, costruito con impegno, costanza e fiducia.

UN GESTO SEMPLICE CHE CAMBIA LA VITA: L'ACQUA

In una valle remota del Nepal, dove per anni l'approvvigionamento idrico è stato una fatica quotidiana, oggi scorre finalmente pulita e potabile fino alle case. È un cambiamento silenzioso ma fondamentale, che migliora la salute, alleggerisce il lavoro delle famiglie e restituisce tempo e dignità alla comunità.

L'acquedotto è nato grazie all'impegno dell'associazione Mani per il Nepal, che ha saputo trasformare un bisogno urgente in un progetto concreto.

Non è solo una questione tecnica. Portare acqua potabile significa

In alto: in Nepal i ponti sospesi sono parte integrante delle vie di comunicazione e vengono attraversati anche dai muli.

Sopra: grazie al ponte sospeso costruito presso il villaggio di Seduwa nel 2021, un uomo disabile ha potuto attraversare il fiume per la prima volta nel corso della sua vita.

MANI PER IL NEPAL QUANDO LA SOLIDARIETÀ DIVENTA AZIONE CONCRETA



Sopra: gli ospiti dell'orfanotrofo Yamuna Childrens Home ringraziano Mani per il Nepal e i loro generosi sostenitori per aver fatto costruire per loro una nuova casa, terminata nel 2022.

Sopra: inaugurazione del terzo acquedotto nel villaggio di Angluwa-Thage/Valle del Makalù nel 2025.

A destra: una mamma con il suo bambino bevono l'acqua che sgorga vicino a casa grazie all'acquedotto.

proteggere i bambini dalle malattie, permettere alle donne di non percorrere lunghe distanze ogni giorno, sostenere scuole e strutture sanitarie. È un investimento nella vita quotidiana e nel futuro. L'inaugurazione non è stata solo una cerimonia, ma la celebrazione di un traguardo condiviso tra chi ha sostenuto il progetto e chi ne beneficia ogni giorno.

L'associazione continua così il suo percorso di interventi mirati, costruiti con rispetto e collaborazione sul territorio. Ogni progetto nasce dall'ascolto e si sviluppa insieme alla popolazione locale, con l'obiettivo di creare soluzioni durature e autonome. In luoghi dove anche l'acqua può essere un lusso, farla arrivare nelle case significa la conquista di un minimo di comodità e di qualità di vita. E ancora una volta dimostra che quando la solidarietà diventa azione concreta, può cambiare davvero la quotidianità delle persone.

Il finanziamento è stato possibile grazie alla collaborazione con numerosi comuni ticinesi che hanno aderito a un'iniziativa di solidarietà legata al consumo idrico (con l'accantonamento di 1 cts per m³ d'acqua consumato nel comune da destinare a progetti idrici in paesi in paesi bisognosi di aiuto), contribuendo così a sostenere progetti di approvvigionamento idrico in paesi in via di sviluppo. Questo modello di cooperazione, già adottato in passato, ha permesso dal 2017 la realizzazione di tre acquedotti nei villaggi di Gauthala, Walung e Angluwa-Thage nella Valle del Makalù. Successivamente sono state costruite anche 3 piccole centraline elettriche a Gauthala, Yangden e Dobatak sfruttando le cascate d'acqua per alimentare i serbatoi e le condotte degli acquedotti e per fornire la corrente elettrica a abitazioni e strutture pubbliche. Tutti progetti promossi e coordinati dall'Associazione Mani per il Nepal.

LE STUFE A LEGNA HANNO SOPPIANTATO IL FOCOLARE IN MEZZO ALLE CASE

Nella Valle del Makalù si è svolta negli anni una delle iniziative più significative promosse dall'Associazione Mani per il Nepal: la fabbricazione in un'officina a Patan (periferia di Kathmandu) e distribuzione di oltre 3'500 stufe a legna destinate ad altrettante

famiglie di tutti villaggi del distretto del Makalù.

Le consegne sono avvenute perlopiù nei villaggi di Num e Ghadi, all'ingresso della Valle del Makalù, dove fin dalle prime ore del mattino si riunivano i rappresentanti e le famiglie destinatarie delle stufe dei villaggi coinvolti. Molti avevano camminato per ore, alcuni erano partiti il giorno precedente e avevano trascorso la notte lungo il percorso pur di essere presenti. Uomini, donne, ragazzi e bambini si sono raccolti nelle piazze con grande partecipazione e dignità.

Alla cerimonia erano presenti i collaboratori locali che hanno coordinato il progetto sul territorio, insieme ai rappresentanti dell'associazione ticinese. Nel corso dell'incontro è stato ricordato il valore dell'iniziativa e il sostegno dei donatori che hanno reso possibile la realizzazione e la distribuzione delle stufe. Non si è trattato soltanto di un gesto simbolico, ma di un intervento concreto



destinato a migliorare le condizioni di vita nelle abitazioni di montagna, rendendole più sicure e salubri.

La consegna delle stufe è avvenuta una per una, in un clima di grande compostezza ed emozione. I capifamiglia hanno ritirato il materiale necessario per il proprio nucleo, preparandosi subito al rientro verso i villaggi di provenienza. Alcuni hanno trasportato sulle spalle le parti più pesanti, mentre altri hanno sistemato altre componenti nei tradizionali gerli intrecciati.

Le stufe hanno così iniziato il loro viaggio verso diverse località della valle, alcune raggiungibili solo dopo lunghe ore di cammino. Già il giorno successivo molte di esse risultavano installate nelle case, il fuoco acceso e una pentola di acqua bollente sopra. L'iniziativa ha rappresentato un momento di forte condivisione tra la comunità locale e i promotori del progetto, confermando ancora una volta l'impegno di Mani per il Nepal nel realizzare interventi mirati e costruiti in collaborazione con il territorio. Un'azione semplice nella forma, ma capace di incidere profondamente sulla quotidianità delle famiglie.

MANI CHE ATTRAVERSANO LE MONTAGNE E DIVENTANO SPERANZA

È questo il filo che unisce ogni progetto, ogni viaggio, ogni opera realizzata nel tempo. Dalle stufe ai ponti, dagli acquedotti alle centraline elettriche e alle scuole, ogni intervento nasce dalla volontà di costruire qualcosa di concreto insieme alla popolazione locale, passo dopo passo, pietra dopo pietra. L'associazione oggi conta oltre 700 soci e generosi sostenitori.

Chi desidera sostenere questo impegno può diventare socio dell'Associazione Mani per il Nepal con una quota annuale minima di 30 franchi. Un gesto semplice, ma capace di fare la differenza. Ogni donazione, piccola o grande, contribuisce direttamente alla realizzazione dei progetti sul territorio. Ogni franco viene simbolicamente trasformato in un piccolo mattone, interamente investito in Nepal.

Nella sua storia l'associazione ha avuto anche un occhio di riguardo e inviato sostegni concreti anche alle regioni ticinesi Vallemaggia e Valle

Mesolcina che sono state duramente colpite dall'alluvione nel 2024, dato che molti sostenitori di Mani per il Nepal provengono anche da queste regioni ed è giusto ricambiare l'aiuto nel bisogno.

Con poco si può davvero fare molto e ogni piccolo passo avanti ha senso perché migliora un po' il mondo! Sostenere l'associazione significa partecipare a un percorso di solidarietà autentica, costruito nel tempo con trasparenza, rispetto e collaborazione. Tutte le informazioni per diventare socio o sostenere i progetti sono disponibili sul sito ufficiale: www.maniperilnepal.ch L'Associazione Mani per il Nepal ringrazia di cuore tutti coloro che scelgono di camminare insieme in questo viaggio solidale e ricco di soddisfazioni! ▲

Associazione MANI PER IL NEPAL

Malvaglia – CHE-498.663.404
associazionemaniperilnepal@gmail.com
 IBAN: CH71 8080 8005 4919 9992 2

Sopra: distribuzione di 719 zainetti con materiale scolastico in 4 scuole della Valle del Makalù il 2.5.2025.