

Notfalldienste

Vom 29. Mai bis 4. Juni

Infoline Coronavirus

Tessin Tel. 0800 144 144
Schweiz Tel. 058 463 00 00

Bellinzona und Umgebung

Dienstapotheke - Farmacia Semine, Bellinzona
091 825 25 35 oder 091 800 18 28;
ab 30. Mai: Farmacia Benu Rondi, Bellinzona
091 825 60 45 oder 091 800 18 28;
ab 1. Juni: Farmacia Nazionale, Bellinzona
091 825 16 55 oder 091 800 18 28
Dienstarzt / Kinderarzt - 091 800 18 28
Zahnarzt - 0900 55 00 55 (08.00-18.00 Uhr,
von 18.00-08.00 Uhr nur für schwere Notfälle,
CHF 2.-/Min.). Die Zahnärzte für Pikett sind
unter

www.ssoticino.ch/servizio-urgenza ersichtlich

Tierarzt - 0900 140 150

Biasca, Blenio, Riviera, Leventina

Dienstapotheke - 091 800 18 28

Tierarzt - 0900 140 150

Locarno und Umgebung - Gambarogno

Dienstapotheke - Farmacia Amavita Centro,
Ascona
058 878 13 40 oder 091 800 18 28;
ab 29. Mai 18.30 Uhr: Farmacia Città Vecchia,
Locarno

091 751 16 67 oder 091 800 18 28;

ab 1. Juni 08.00 Uhr: Farmacia Solduno,
Solduno

091 751 56 86 oder 091 800 18 28

Dienstarzt / Kinderarzt - 091 800 18 28

Zahnarzt - 0900 55 00 55 (08.00-18.00 Uhr,
von 18.00-08.00 Uhr nur für schwere Notfälle,
CHF 2.-/Min.). Die Zahnärzte für Pikett sind
unter

www.ssoticino.ch/servizio-urgenza ersichtlich

Orthopädischer Notfalldienst - 091 743 11 11
(durchgehend)

Tierarzt - 0900 140 150

Lugano und Umgebung

Dienstapotheke - Farmacia Del Parco, Lugano
091 922 80 30 oder 1811;

ab 30. Mai: Farmacia Castagnola, Castagnola
091 971 25 01 oder 1811;

ab 1. Juni: Farmacia Trevano, Lugano

091 971 22 51 oder 1811

Dienstarzt / Kinderarzt - 091 800 18 28

Zahnarzt - 0900 55 00 55 (08.00-18.00 Uhr,
von 18.00-08.00 Uhr nur für schwere Notfälle,
CHF 2.-/Min.). Die Zahnärzte für Pikett sind
unter

www.ssoticino.ch/servizio-urgenza ersichtlich

Mendrisiotto

Dienstapotheke - Farmacia Moderna, Chiasso
091 683 20 29 oder 1811;

ab 30. Mai: Farmacia Nuova, Chiasso

091 683 78 48 oder 1811;

ab 2. Juni: Farmacia Pestoni, Stabio

091 647 16 27 oder 1811

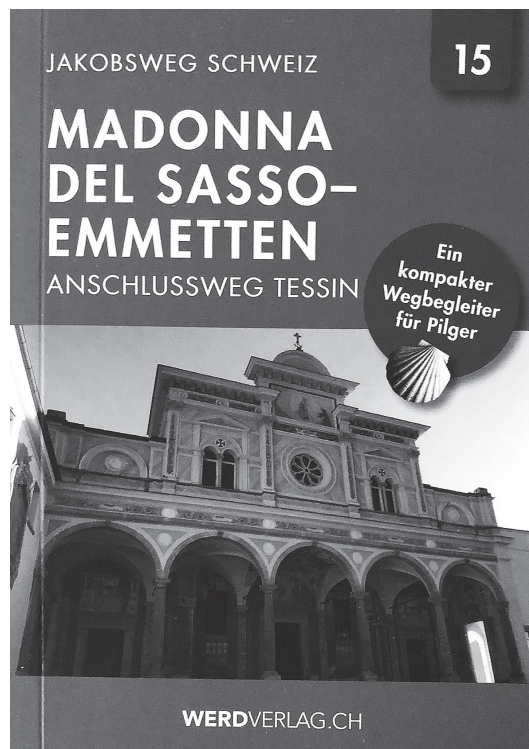
Dienstarzt / Kinderarzt - 091 800 18 28

Zahnarzt - 0900 55 00 55 (08.00-18.00 Uhr,
von 18.00-08.00 Uhr nur für schwere Notfälle,
CHF 2.-/Min.). Die Zahnärzte für Pikett sind
unter

www.ssoticino.ch/servizio-urgenza ersichtlich

Ambulanz Nr. 144

AB ORSELINA AUF DEM JAKOBSWEG WANDERN



Unter dem Jakobsweg wird meist der *Camino Francés* verstanden, der von den Pyrenäen bis zum vermutlichen Grab des heiligen Jakobus im nordspanischen Santiago de Compostela führt und von dort sogar noch weiter bis ans Cap Finisterre am Atlantik. Aber eigentlich ist der Jakobsweg ein Wegesystem, und die einzelnen Strecken durchqueren ganz Europa – um dann in Spanien eben in den *Camino Francés* zu münden.

Während zu den traditionellen "Beweg-Gründen" für die Pilgerschaft etwa die Verehrung einer heiligen Person, eines heiligen Ortes, eines Heiligtums gehörten oder auch die Erfüllung eines Gelübdes, sind es heute eher profane Gründe wie Tapetenwechsel, Stressbewältigung oder die Sehnsucht nach Abenteuer. Und die Suche nach dem Sinn des Daseins. In den letzten Jahren ist das Pilgern regelrecht zum Boom geworden. Im Jahr 2018 haben sich beispielsweise mehr als 300'000 Pilger in Santiago die *Compostela* genannte Pilgerurkunde ausstellen lassen. Um diese zu erhalten, muss man anhand von Stempeln im Pilgerausweis nachweisen können, die letzten 100 Kilo-

meter vor Santiago zu Fuss, mit dem Pferd oder auch Esel zurückgelegt zu haben. Neuerdings werden auch nicht motorisierte Rollstühle berücksichtigt.

Wer auch einmal die Glücksgefühle – und zum Teil körperlichen Strapazen – des Pilgerns erleben möchte und einen passenden, informativen Begleiter sucht, wird beim Werd Verlag fündig. Er hat im vergangenen Jahr in zweiter Auflage das Buch "Pilgern auf dem Jakobsweg Schweiz" herausgegeben (CHF 49.-). "Der Jakobsweg führt die Pilger auf wenig befahrenen Quartierstrassen und Stadtgassen durch die Städte und die grösseren Ortschaften, viele davon mit langer Pilgertradition, an schönen Kathedralen und Stadtkirchen und beachtenswerten kulturhistorischen Sehenswürdigkeiten vorbei. Kommen Sie mit uns auf eine Reise", schreibt der Verlag dazu.

Es sind neben dem 572 Seiten umfassenden Gesamtwerk aber auch Büchlein zu den Schweizer Anschlusswegen erhältlich. Diese sind handlich und lassen sich beim Pilgern gut im Rucksack oder auch in der Jackentasche mitnehmen. Der neueste, gerade erschienene Band ist der Route von der Madonna del Sasso in Orselina nach Emmetten am Vierwaldstättersee gewidmet. Die Strecke ist knapp 172 Kilometer lang, und als Wanderzeit sind 49 Stunden angegeben. Untergliedert ist diese Route in Tagesetappen von je drei bis sechseinhalb Stunden Dauer. Vorgelegt wird auch, was am Wegesrand zu sehen ist. Ausserdem finden sich Hinweise wie "Nach Arbedo gibt es direkt am Weg keine Einkehrmöglichkeit mehr, da der Weg die weiteren Dörfer nur streift. Ausreichend Getränke mitnehmen." *Jakobsweg Schweiz, Nr. 15, Madonna del Sasso – Emmetten. Anschlussweg Tessin, Werd & Weber Verlag AG, 48 Seiten, gebunden, 10,5 x 14,8 cm, Softcover, CHF 12.-, mit zahlreichen Abbildungen, www.werdverlag.ch, Tel. 033 336 55 55.* **uj**

Bewegung bei Krebs

Die *Lega ticinese contro il cancro*, die Tessiner Krebsliga, hat ihre Aktivitäten wieder aufgenommen. Auch wenn Krebsbetroffene besonders auf sich und ihr Umfeld achten müssen, sind die Kurse sehr wichtig.



"In den Kursen der Krebsliga können Sie und Ihnen Nahestehende durchschnaufen und sich unterstützen und begleiten lassen. Sie können Selbstvertrauen und Wohlbefinden zurückgewinnen, um gestärkt in den Alltag zurückzukehren", schreibt die Krebsliga. Um die Sicherheit zu gewähren, finden die in geschlossenen Räumen vorgeesehenen Treffen und Kurse aller-

dings weiterhin online statt, etwa die geführte Meditation am Dienstag von 10.00 bis 10.50 Uhr oder therapeutische Gymnastik. Letztere steht an verschiedenen Tagen in der Woche auf dem Programm.

Da Bewegung an der frischen Luft und Tageslicht positive Effekte haben, werden aber auch im Freien einige Aktivitäten angeboten, so Nordic Walking in Bellinzona, Mendrisio und Locarno oder Spaziergänge im Luganese. Natürlich wird dabei auf genügend Abstand zwischen den Teilnehmenden geachtet.

Aktivitäten der Tessiner Krebsliga; Informationen unter Tel. 091 820 64 20 / 40, info@legacancro-ti.ch, www.legacancro-ti.ch. **uj**

Nützliche Telefonnummer

Polizeinotruf	117
Feuermeldestelle	118
Strassenhilfe	140
Strassenzustand (ita/dt/fra)	163
REGA	1414

Alle Tessiner Ambulanzdienste sind erreichbar unter der Nummer 144
(Airolo, Ascona, Bellinzona, Biasca, Bodio, Chiasso, Faido, Locarno, Lugano, Mendrisio, Mesocco/GR, Roveredo/GR)

Verkehrsverein Lago Maggiore

Locarno, Largo Zorzi 1 0848 091 091
Ascona, via B. Papio 5
Brissago, via Leoncavallo 25
www.ascona-locarno.com
info@ascona-locarno.com
Centovalli (infopoint) 091 780 75 00
Onsernone (infopoint) 091 797 10 00

Schalter Tenero/Verzasca

Tenero, Via Brere 3a 0848 091 091
www.ascona-locarno.com
tenero@ascona-locarno.com

Schalter Maggiata

Avegno, Via Vallemaggia 10 0848 091 091
www.ascona-locarno.com
vallemaggia@ascona-locarno.com

Schalter Gambarogno

Vira Gambarogno 091 759 77 04
www.ascona-locarno.com
gambarogno@ascona-locarno.com

Verkehrsverein Mendrisiotto

Mendrisio, via Lavizzari 2 091 641 30 50
Info-point FoxTown
www.mendrisiottotourism.ch
info@mendrisiottotourism.ch

Hauspflegedienste

SPIPED Ticino
Locarno 091 751 65 06
ABAD Bellinzona 091 850 40 80
Spitex per città e
campagna Bellinzona 091 826 21 04
Servizio di Assistenza
cura a cura del
domicilio Mendrisiotto
Basso Ceresio 091 640 30 60
TICINOCURE SA
Taverne 091 945 10 05
SCuDO Lugano 091 973 18 10
Spitex per città e
campagna Lugano 091 950 85 85

Verkehrsverein Lugano

Lugano, Piazza Riforma 058 220 65 00
www.luganoregion.com
info@luganoregion.com
Lugano Stazione FFS 058 220 65 04
Lugano Airport 058 220 65 05
Morcote 058 220 65 02
Tesserete 058 220 65 03
Caslano (Malcantone) 058 220 65 01

Bellinzona Turismo

Bellinzona, Pal. Civico 091 825 21 31
www.bellinzonaturismo.ch
info@bellinzonaturismo.ch

Blenio Turismo

Olivone 091 872 14 87
www.blenioturismo.ch
info@blenioturismo.ch

Leventina Turismo

Airolo, via Stazione 22 091 869 15 33
www.leventinaturismo.ch
info@leventinaturismo.ch

Ticino Turismo

Bellinzona, via Lugano 12 091 825 70 56
www.ticino.ch
info@ticino.ch

Lugano Internursing 091 994 94 54
Sollievo Tesserete 091 943 27 60
ALVAD Locarno und
Vallemaggia 091 756 22 70
Spitex Val Blenio
Olivone 091 826 21 04

Andere Organisationen

Aiuto Aids Lugano 091 923 17 17
Riazzino, Casa Faro 091 754 23 80
Armonia (Frauenhaus)
Tenero 0848 33 47 33
ACSI Konsumentinnen
Lugano 091 922 97 55
Alcolisti Anonimi 0848 848 846
Società Epilettici 091 825 54 74

Anzeige



www.latendaeilcuscino.ch
www.vorhang-kissen.ch
[vorhang.kissen instagram](https://www.instagram.com/vorhang.kissen)

Relaxen zu Hause?

Ich nähe Ihnen
bequeme
Stuhl- und Sofakissen

schön exakt auf Mass,
aus meiner
grossen Stoffauswahl

So wie auch:

- Vorhänge
- Überzüge (Houssen)
- Tischtücher

Auch im Sortiment
Swarovski-Kristalle
für das Fenster
(hängt man an die
Vorhangschiene)

6602 Muralto
Via V. Scazziga 10
Tel. 091 743 67 67