

VareseNews

Maria Tosi e i suoi cento anni in forma straordinaria. Il segreto? “Leggere e camminare”

Pubblicato: Mercoledì 30 Agosto 2023



Il Canton Ticino **si conferma la terra dei centenari** (è attualmente il cantone svizzero più longevo) e a Locarno si è festeggiato un nuovo compleanno a tre cifre: cento primavere e una forma da fare invidia per **Maria Tosi**, che vive a Solduno, quartiere di Locarno, da tempo immemore e abita ancora in casa propria. Nel giorno del suo compleanno ha ricevuto la visita di una delegazione comunale guidata dal municipale Bruno Buzzini che le ha portato gli auguri del Municipio, dell'amministrazione e di tutta la cittadinanza, consegnandole un dolce omaggio.

Scattata la foto di rito, Buzzini ha avuto il piacere di intrattenersi a conversare con la festeggiata. Affacciati al balcone che volge lo sguardo sull'argine del fiume Maggia, hanno parlato dapprima del recente maltempo. Ma poi, inevitabile è stata la domanda su **quale sia la ricetta per raggiungere il secolo di vita in una forma così straordinaria**. “Ho sempre pagato le tasse”, ha dapprima sottolineato la signora Tosi tra il serio e il faceto. Ma poi alcuni ingredienti del suo personale elisir di lunga vita li ha svelati: “Il segreto, secondo me, è **vivere modestamente e in pace con sé stessi**”, ha dunque spiegato la signora Tosi.

Grande lettrice, ritiene però che l'attività fisica sia un altro aspetto essenziale. “Fino a un paio di anni fa, due o tre volte alla settimana percorreva ancora l'argine del fiume fino al lago e poi rientrava a casa”, spiega la nipote Letizia. “E prima del COVID, nelle domeniche di bel tempo, prendeva il Postale, zaino in spalla, e andava in valle a fare pic-nic e a fotografare soprattutto le fioriture e i colori delle

varie stagioni”.

Originaria dell’Alto Adige (Merano), Maria Tosi è vedova da ormai 20 anni, ma non si è mai persa d’animo, organizzandosi sin da subito il futuro, ormai, senza l’amato marito. Marito, il cui lavoro per l’AGIE lo ha portato a muoversi molto nei Paesi dell’America Latina e nella penisola Iberica, dove la signora lo ha spesso seguito nei suoi viaggi. **Letture, passeggiate (in particolare in montagna) e viaggi**, dunque, le ricette personali della neo-centenaria. Senza dimenticare, naturalmente, l’immane dose quotidiana di **mirtilli e fiocchi d’avena**. Alla signora Tosi il Municipio di Locarno, assieme ai suoi collaboratori e a tutta la popolazione, rinnova i migliori auguri per il traguardo raggiunto e formula i migliori auspici per altri cento anni da trascorrere in piena salute.

di [mcc](#)