

Spréchwörté – Proverbi – Sprichwörter

<p>D'ersparòng, d'richtòm, d'gwonheite òn z'ässe</p> <p style="text-align: center;">Il risparmio, la ricchezza, le abitudini e il mangiare</p> <p>Das Sparen, der Reichtum, die Gewohnheiten und das Essen</p>		
<i>Titsch</i>	<i>Italiano</i>	<i>Deutsch</i>
Es gröss, gröss hus òn dré nid e moal z'ässe fer e mus.	Una grande, grande casa e all'interno neppure da mangiare per un topo.	Ein großes, großes Haus und darin nicht einmal zu essen für eine Maus.
Wie mé dass heindsch, wie mé dass wellendsch.	Più ne hanno, più ne vogliono.	Je mehr sie haben, desto mehr wollen sie.
Äs éscht besser si vergnidòtz als bédurz.	Meglio fare invidia che pietà.	Es ist besser beneidet zu werden als bedauert.
Ässe wiss bròt, tréngé véll wi, verbrenne griené wétt, choufe fréschs fleisch, boald simmò usder z'gleis.	Mangiare pane bianco, bere molto vino, bruciare legna verde, acquistare carne fresca, portano presto fuori binario.	Weißes Brot essen, viel Wein trinken, grüne Reisigbündel verbrennen, frisches Fleisch kaufen und du kommst aus dem Gleis.
Dem eêchel z'hopt wäsche tuescht verprasse d'seifò òn z'wasser.	Lavare la testa al asino vuol dire sciupare sapone e acqua.	Dem Esel den Kopf zu waschen bedeutet, Seife und Wasser zu verschwenden.
De verdiensch gmake em schade dem eigene noame, éscht en grösse schade.	Il guadagno fatto a danno del proprio nome è un gran danno.	Der Verdienst zum Schaden des eigenen Namens, ist ein großer Schaden.
Fer e woald z'emprenne gniegt es einzégs lòmetté.	Per dar fuoco ad un bosco basta un solo fiammifero.	Um einen Wald anzuzünden, genügt ein einziges Streichholz.
Dée woa tuetsché nid z'frédò gstelle, blibt géere mét lére buêche.	Chi non si accontenta, resta facilmente con le tasche vuote.	Wer sich schwer zufriedenstellen lässt, steht schnell mit leeren Taschen da.
Jede sparer fénd dschin zerrer.	Ogni risparmiatore trova il suo sciacquatore.	Jeder Sparer findet seinen Verschwender.
De ougòhonger éscht nie satt.	La bramosia non è mai sazia.	Die Begierde ist nie satt.
Dée woa macht gschengé en der hoffnòng z'hä en vorteil, macht e fälsché verbéndòng.	Chi fa un regalo con la speranza di ricavarne un vantaggio stabilisce un legname falso.	Wer Geschenke macht in der Hoffnung einen Gewinn zu erzielen, der hat eine falsche Überlegung angestellt.

Es einzégs schid tuet nid brenne, zwei schitter machen es flammié, dri schitter machen es firlié.	Un solo pezzo di legno non brucia, due pezzi di legno fanno una fiammella, tre pezzi di legno fanno un fuocherello.	Ein einzelnes Scheit brennt nicht, zwei Scheiter machen eine kleine Flamme und drei ein Feuerchen.
De tirschtò woar éscht meishtenz di gschangta.	La merce più costosa è sovente quella donata.	Die teuerste Ware ist meistens die geschenkte.
Mé gedòld, zitt òn géeld chammò äbnò d'wéelt.	Con pazienza, tempo e denaro si può spianare il mondo.	Mit Geduld, Zeit und Geld kann man die Welt ebnen.
E mattò oané moarche treid geng hass zwéschò de eigentémra.	Un prato senza segnali di confine porta sempre odio fra i proprietari.	Eine Wiese ohne Markierung der Grenzen führt immer zu Hass zwischen den Eigentümern.
Z'schwi òn de gitzral sinn nòmma gueté wenn sinndsich ewäg.	Il maiale e l'avaro sono buoni solo quando sono morti.	Das Schwein und der Geizhals sind nur gut, wenn sie tot sind.
Mòssmò wéssò dass ou d'héerfia mòssmò zalò wie de ròscht.	É necessario sapere che anche le patate si pagano come l'arrosto.	Man muss wissen, dass man auch die Kartoffeln wie den Braten bezahlen muss.
En gueté natur éscht en grösse richtòm.	Avere un buon carattere è una grande ricchezza.	Eine gute Natur ist ein großer Reichtum.
Riem de stòtz, aber phoalt de bode.	Loda il pendio ma tieni il piano.	Lob den Steilhang, aber behalte die Ebene.
Grössé mattò, grösse zun.	Grande prato, grande staccionata.	Große Wiese, großer Zaun.
De schélléng macht d'chronò.	Il soldo fa la lira.	Der Pfennig macht das Geld.
D'mattò vòm noachpur éscht geng grienòr als miné.	Il prato del vicino è sempre più verde del mio.	Die Wiese des Nachbarn ist immer grüner als meine.
Husò, husò, d'chatzò verchoufe òn sälbòr musò.	Risparmiare, risparmiare, vendere il gatto e prendere i topi da soli.	Sparen und sparen, die Katze verkaufen und selber mausen.
Besser e lus ém brònz als gar keis fleisch.	Meglio una pulce in pentola che a tavola senza carne.	Besser eine Laus im Kochtopf als gar kein Fleisch.
D'herra òn d'richò sinn nid d'glichò litté.	I signori e i ricchi non sono le stesse persone.	Die Herren und die Reichen sind nicht die gleichen Leute.
Wéer geng e fätz husòt, hät geng e fätz géeld.	Chi risparmia sempre un pò, ha sempre un pò di soldi.	Wer stets etwas spart, hat immer etwas Geld.
E chronò ersparté éscht e chronò verdienòté.	Una lira risparmiata è una lira guadagnata.	Ein gesparter Pfennig ist ein verdienter Pfennig.

Wenn de chrémer chént zue blatte machò, de d'blatte géchen pris!	Quando il mercante torna a casa a lavorare le pietre, allora le cose acquistano prezzo.	Wenn der Kaufmann heimkehrt, um Steinplatten zu machen, erhöht sich der Preis.
Mét de riche litté lérmò spare, mét den oarme lérmò chochè.	Dai ricchi si impara a risparmiare, dai poveri si impara a cucinare.	Mit den reichen Leuten lernt man sparen, mit den Armen lernt man kochen
Bschéztzé de Herrgott vòn emmene gäche richtòm.	Iddio ti protegga da un arricchimento rapido.	Gott bewahre dich vor einem schnellen Reichtum.
Z'géeld ertuet véll térra, aber ertuet ni di vòm hémmel.	Il denaro apre molte porte, ma non quella del paradiso.	Das Geld öffnet viele Türen, aber nicht die vom Himmel.
Besser si eigentémmer vòn einer héttò als ziefner vòn emmene palascht.	Meglio essere proprietario di una casupola che affittuario in un palazzo.	Es ist besser, Besitzer einer einfachen Hütte zu sein als Mieter in einem Palast.
Z'fir, z'wasser òn z'géeld sinn gueté chnäçta, aber bésché meischtra.	Il fuoco, l'acqua e il denaro sono buoni servitori, ma cattivi padroni.	Feuer, Wasser und Geld sind gute Knechte aber schlechte Meister.
Wenn d'pura tien stritte, der avòkat mäçkt z'ganz vé ém gade.	Quando i contadini litigano, l'avvocato munge tutte le mucche nella stalla.	Wenn die Bauern streiten, melkt der Rechtsanwalt das ganze Vieh im Stall.
Géeld òn zòcht mòssmò guet wache.	Il denaro ed i bambini si debbono ben sorvegliare.	Geld und Kinder muss man gut bewachen.
Z'firmés wie en cheiser, ze bisse wie en chénéç, z'nächmòs wie en bättler.	Nutriti al mattino come un imperatore, a pranzo come un re, a cena come un mendicante.	Frühstücke wie ein Kaiser, esse zu Mittag wie ein König und am Abend wie ein Bettler.
De hònger òn de dòrscht heindsché zéemegleit.	La fame e la sete si sono messe insieme.	Der Hunger und der Durst haben sich zusammengeschlossen.
Äs éschtt täll séege z'hä ni angschtt vòm hònger wenn hämmò e volle buch.	É facile dire di non aver paura della fame quando si è sazi.	Mit vollem Bauch ist es leicht zu sagen, dass man keine Angst vor dem Hunger hat.
D'guetò déngé sinn dri: bròt, chésch òn wi!	Le cose buone sono tre: pane, formaggio e vino.	Der guten Dinge sind drei: Brot, Käse und Wein.
Ròckenz bròt òn blécke tien mis héers erquécke.	Pane di segale e latte appena munto ristorano il mio cuore.	Roggenbrot und frische Milch erquicken mein Herz.
Hònger òn dòrscht sin zwei schwaché noachpura.	Fame e sete sono due pessimi vicini di casa.	Hunger und Durst sind zwei schlechte Nachbarn.
Ris oané spis, vor der tér wie derfér.	Se mangi solo il riso, esci dalla porta e hai di nuovo fame.	Reis ohne Beilage, zur Tür raus mit dem gleichen Hunger.

Keis bròt oané nòt.	Non c'è pane senza pena.	Kein Brot ohne Not.
Wenn wélltsch oalz chéeme, äss schén déck nässé.	Se vuoi diventare vecchio, mangia molta minestra.	Wenn du alt werden willst, musst du viel Suppe essen.
Fer z'machò en guete salat méssen si: es mässégs fer z'soalz, es gitzégs fer de ésség, es guethéerségs fer z'éle òn es stòrenz fer ne stére.	Per fare una buona insalata ci vogliono: una persona moderata per il sale, una avara per l'aceto, una prodiga per l'olio e un pazzo per rimestarla.	Für einen guten Salat braucht es einen gemäßigten Menschen für das Salz, einen Geizigen für den Essig, einen Großzügigen für das Öl und einen Verrückten zum Umrühren.
Tue nie dem pur séege, wie gueté sin d'riffò bére mét dem riffe chésch.	Al contadino non far mai sapere quanto è buono il formaggio con le pere.	Sag dem Bauern nie, wie gut die reifen Birnen mit dem reifen Käse schmecken.
Vòm chésch séegmò: em morge éschter gold, ze bisse éschter sélber, zòm nächmòs éschter bli.	Il formaggio al mattino è oro, a pranzo è argento, a cena è piombo.	Vom Käse sagt man: am Morgen ist er Gold, zu Mittag ist er Silber und am Abend ist er Blei.
Di woa tien rouke, tien z'géeld verbrenne òn òf d'gsòndheit verzéchte.	Coloro che fumano bruciano il denaro e rinunciano alla salute.	Wer raucht, verbrennt das Geld und verzichtet auf die Gesundheit.
Leckter òf zittò en effél fer de dòrscht.	Metti da parte una mela per la sete.	Leg dir einen Apfel beiseite für den Durst.
Vòm tésch seltemòsché bérré nòch mét en bétz appetit.	È buona norma alzarsi dal tavolo con un po' di appetito.	Man sollte noch mit etwas Appetit vom Tisch aufstehen.

Z'wätter - il tempo meteorologico - das Wetter

Dondròtz e meje, tuetsché de pur erfreie.	Maggio con tuoni e lampi è benedizione per i campi.	Wenn es donnert im Mai, freut sich der Bauer.
So häscht noch einégé schittiené, häbne z'acht fer de manòd meje.	Se hai ancora pezzetti di legno da ardere conservali per il mese di maggio.	Wenn du noch einige Brennholzscheite hast, behalte sie für den Monat Mai.
Räge en der Uffoart, wenegòr bròt òf dem tésch.	Se piove il dì dell'Ascensione avrai meno pane sulla mensa.	Wenn es am Christi Himmelfahrtstag regnet, wird es auf dem Tisch weniger Brot geben.
Pféngschte räge éscht nie erläget.	La pioggia di Pentecoste non si stanca mai.	Pfingstregen kommt nie zum Erliegen.
Mélde aberlòräge bréngt grösse säge.	Se in aprile piove molto fine, ci sarà un buon raccolto.	Milder Aprilregen bringt großen Segen.

Wenn d'henne tien tschäschpò ònder dem räge, de räge durt noch lang.	Se le galline razzolano sotto la pioggia, questa durerà ancora a lungo.	Wenn die Hennen im Regen scharren, dauert der Regen noch lange an.
Wenn de hanò em oabe chrécht, tuez leide.	Quando il gallo canta di sera, farà brutto tempo.	Wenn der Hahn am Abend kräht, wird das Wetter schlecht.
Wenn de woaldhanò bloast, boald der ustag éscht doa.	Quando il gallo forcello canta arriva la primavera.	Wenn der Birkhahn kräht, ist der Frühling bald da.
Wenn d'henne tiendsché lusò òf der zunlattò, chént de wénn.	Quando le galline si spulciano sullo steccato, arriverà il vento.	Wenn sich die Hennen auf dem Lattenzaun lausen, kommt der Wind.
Sò lang tiendsché d'boumanid entlade vòm schné, chéntz noch e schnue.	Finché gli alberi non scaricano la neve dai propri rami, nevicherà ancora.	Wenn die Bäume auf den Ästen noch Schnee tragen, wird es wieder schneien.
Wenn de Lòòbach tuet rouchò, chénnt sécher de wénn.	Se il torrente di Lòò fuma, ci sarà il vento.	Wenn der Lòòbach dampft, kommt sicher der Wind.
Wenn de fénk séngt ònnermiedléch, z'wätter leidet.	Quando il fringuello canta instancabilmente, il tempo peggiora.	Wenn der Fink unermüdlich singt, wird das Wetter schlecht.
Z'wätter éscht guetz, wenn d'chätzò sétzt òf dem pòtschett.	Il tempo è bello quando il gatto sta accovacciato sulla sponda del balcone.	Wenn die Katze auf dem Balkongeländer sitzt, ist das Wetter gut.
Wenn d'näbla zéchen z'Lanjò, z'wätter versprächt heiteré.	Se le nubi vanno ad Alagna, il tempo promette il sereno.	Wenn die Wolken nach Alagna ziehen, wird das Wetter heiter.
Wenn em sònntag rägnòz während der grössò mäschen, rägnòz géere d'ganzò wòchò.	Se alla domenica piove durante la messa grande, pioverà tutta la settimana.	Wenn es am Sonntag während des Hochamtes regnet, regnet es vermutlich die ganze Woche.
Wénnòtz en der Silvesternacht, òf hei òn chòre géb acht.	Se a San Silvestro tira vento, a fieno e grano sta attento	Weht der Wind in der Silvesternacht, gib auf Heu und Korn acht.
Gott erboarmt, wenn de jener éscht nasse òn woarme.	Il Signore abbia pietà quando il mese di gennaio è umido e caldo.	Gott habe Erbarmen, wenn der Monat Januar nass und warm ist.
De choalte wènter bréngt wenég schné.	L'inverno freddo porta poca neve.	Der kalte Winter bringt wenig Schnee
Liechtmess häll òn klar, bréngt en andre wénter dar.	Il sole della candelora allunga l'inverno ancora.	Maria Lichtmess hell und klar, bringt einen anderen Winter dar.

D'schnéflocke sin sotto schéné òn delikaté, aber denk, was chònnensch afoa.	I fiocchi di neve sono così belli e delicati, ma pensa a ciò che possono cagionare.	Die Schneeflocken sind so schön und zart, aber denk daran, was sie anrichten können.
Wenn de hanò em oabe chrécht, tuez leide.	Quando il gallo canta di sera, farà brutto tempo.	Wenn der Hahn am Abend kräht, wird es schlechtes Wetter geben.
Jener de taga lengòr, d'chelté strengòr.	A gennaio le giornate si allungano, il freddo si intensifica.	Im Januar werden die Tage länger, die Kälte wird strenger.
Wenn z'nossé éscht òffem schoff, chéntz choalt.	Quando lo scricciolo è sul balcone, farà freddo.	Wenn der Zaunkönig auf dem Balkon ist, wird es kalt.
De feber éscht halbe goldene òn halbe wöllene.	Il mese di febbraio è mezzo d'oro e mezzo di lana.	Der Februar ist halb golden und halb aus Wolle.
Äs hät gschnut òn gschnut, dass d'henne hein chònnò bécke d'stéerne.	Nevicava così tanto che le galline riuscivano a beccare le stelle.	Es hat geschneit und geschneit, sodass die Hennen die Sterne picken konnten.
Wenn's breit schnut, gébs kein hòch schné.	Se nevicava ampio, la neve non si ammucchia.	Wenn es auf weiter Fläche schneit, gibt es keinen hohen Schnee.
Rägnòz em Medardschtag, rägnòz noch vierzg taga.	Se piove il giorno di San Medardo (8 giugno), pioverà per quaranta giorni.	Regnet es am Medardstag (8. Juni), regnet es noch vierzig Tage.
Broachò volle huet, all manòda gnueg.	Giugno pieno un cappello (di neve), ce ne sarà per tutti i mesi.	Fällt im Juni ein Hut voller Schnee, so wird es alle Monate so sein.
Sò d'wermé chénnt vor Sent Johanz, chéntschnémme derno.	Se il caldo giunge prima di San Giovanni, non verrà più dopo.	Wenn es vor Sankt Johann warm wird, kommt die Wärme danach nicht wieder.
Jede schmeis wäscht hejòschweis.	Ogni acquazzone lava il sudore di luglio.	Jeder Platzregen wäscht den Julischweiß.
Wenn en de hònstaga éscht schén òn klar, éscht es zeiché, dass heimò es guetz joar.	Quando nei giorni canicolari (24 luglio - 23 agosto) il tempo è bello, è indicazione di un buon anno.	Wenn die Hundstage (24. Juli - 23. August) schön und klar sind, wird man ein gutes Jahr haben.
Wenn d'mòrbenò treit fackse énz loch, z'wätter leidet.	Se la marmotta porta il fieno selvatico nella tana, il tempo peggiora.	Wenn das Murmeltier Borstengras in das Loch schleppt, wird das Wetter schlecht.

Wenn ém wénter z'nössé éscht òmma, chéntz e schnue.	Quando in inverno appare lo scricciolo, certamente nevicherà.	Wenn sich im Winter der Zaunkönig zeigt, wird es sicher schneien.
Sent Michél heiter, schlächtz wätter erbeiter.	Se a San Michele è sereno aspettati cattivo tempo.	Ist es zu Sankt Michael heiter, erwarte schlechtes Wetter.
Frieche schné, spéte wénter.	La neve ottrobina, l'inverno non avvicina.	Früher Schnee, später Winter.
Äs chan si e glänzene heitere morgé, aber wenn es näbelté néchròtsché dem Groabhopt em noamétag, z'wätter leidet.	Il mattino può essere luminoso e sereno, ma quando una piccola nuvola si avvicina alla Testa Grigia nel pomeriggio, il tempo peggiorerà.	Es kann einen klaren und heiteren Morgen geben, aber nähert sich ein Wölkchen dem Graukopf, wird das Wetter am Nachmittag schlecht.
Z'Sent Bartolomé zé ab de huet: häscht késchòt òn griert sò häbs fer guet.	A San Bartolomeo levati il cappello: se hai fatto formaggio e burro sii riconoscente.	Am Bartholomäustag nimm den Hut ab: hast du Käse und Butter gemacht, so halte es zugute.
Wenn d'felsna tien spégìò d'sònnòstrale, vor nacht rägnòz.	Quando le rocce riflettono i raggi del sole, pioverà prima che scenda la notte.	Wenn die Felsen die Sonnenstrahlen spiegeln, regnet es vor Einbruch der Nacht.
Frieche schné, spéte wénter.	La neve ottrobina, l'inverno non avvicina.	Früher Schnee, später Winter.
Ougschte foad herbscht ém groad, ougschte livrò herbscht en der Lysò,	Ai primi di agosto l'autunno è in vetta, ma alla fine già il Lys lo aspetta.	Anfang August ist der Herbst auf dem Grat, Ende August ist der Herbst im Tal.
Kein wolf hät noch de wénter kasset.	Nessun lupo ha mangiato l'inverno.	Kein Wolf hat noch den Winter gefressen.
Z'wätter ém herbscht éscht wie en chénnòoars: weischt nie, wennerdé anschisst.	Il tempo in autunno è come il sederino di un bambino; non preavvisa la popò!	Im Herbst ist das Wetter wie ein Kinderpopo: Man weiß nie, wenn er Stuhlgang hat.
Sò ém oktober z'loub blibt lang òf de bouma, éscht es zeiché, dass chéeme en choalte wénter.	Se in ottobre il fogliame resta a lungo sugli alberi, ci sarà un inverno freddo.	Wenn die Bäume im Oktober lange ihre Blätter nicht verlieren, ist das ein Zeichen, dass der Winter kalt wird.
Der heilég Matthias brächt z'isch, fént er keis, macht er eis.	San Mattia rompe il ghiaccio, se non lo trova lo fa.	Der Heilige Matthias bricht das Eis. Findet er keines, macht er eines.

Wenn d'gemtsche ém spéte herbscht oder ém wénter gangen läge en der lätzé oder ém schatte, z'wätter leidet.	Quando i camosci nel tardo autunno o nell'inverno si coricano a ponente o nell'ombra, il tempo peggiora.	Wenn die Gemen im späten Herbst oder im Winter auf der Nordseite oder im Schatten liegen, wird das Wetter schlecht.
Senkt Martén tueter dangò, wenn der ofe éscht emprannte.	San Martino ringrazia se hai la stufa accesa.	Der Heilige Martin dankt dir, wenn der Ofen an ist.
Wenn ém wénter z'nössé éscht òmma, chéntz e schnue.	Quando in inverno appare lo scricciolo, certamente nevicherà.	Wenn sich im Winter der Zaunkönig zeigt, wird es sicher schneien.
E chelté woa d'angballé hein klengiòt ém chär òn d'flammé sinn gfròret ém ofe.	Fa' così freddo che i panetti di burro hanno tintinnato in cantina e le fiamme sono gelate nella stufa.	Eine Kälte, bei der die Butterballen im Keller klirrten und die Flammen im Ofen erfroren.
Sò d'érschtò wénterwòchò éscht wòarmé, dé blibt de wénter lang wisse.	Se la prima settimana invernale è calda, l'inverno sarà lungo.	Wenn die erste Winterwoche warm ist, bleibt der Winter lange weiß.
Wenn de kuckò schrit, éscht de ustag doa.	Quando il cuculo canta, è primavera.	Wenn der Kuckuck schreit, ist der Frühling da.
Wenn d'rägòtroffe machen bloatre òf de gélle, z'leid wätter tuet némme ufhére.	Quando le gocce fanno le bolle sulle pozzanghere, il tempo brutto non cessa più.	Wenn die Regentropfen Luftblasen auf den Pfützen machen, wird das schlechte Wetter nicht mehr aufhören.
Wenn d'rägòtroffe tiendsché henge an de halma oder an d'isòfadma gspannté fer d'wäsch z'henge, z'guet wätter éscht noch i gmachts.	Quando le gocce di pioggia pendono dagli steli o dai fili di ferro tesi per stendere la biancheria, il bel tempo non è ancora certo.	Wenn die Regentropfen an den Grashalmen oder an den Eisendrähten für die Wäsche hängen, ist das gute Wetter noch nicht in Sicht.
De beschte barometer éscht es grienz blattié, woa tuetsché fénne em bode vòn einer pòrt oder em firhus.	Il miglior barometro è una lastra di pietra verde che si trova nel pavimento di un corridoio o di una cucina.	Das beste Barometer ist eine grüne Steinplatte, die im Flur oder im Küchenboden eingemauert ist.
Wenn d'schréchò vòm brònne éscht ussnezò nassé tuet z'wätter noch nid bessrò.	Se il tubo dell'acqua della fontana è bagnato esternamente, il tempo non migliora ancora.	Wenn das Wasserrohr vom Brunnen außen nass ist, bessert das Wetter noch nicht.
De näbal tuet de schné ässe.	La nebbia mangia la neve.	Der Nebel isst den Schnee.

Z'wéerch òn d'fulheit - il lavoro e l'ozio - die Arbeit und die Faulheit

Es guetz handwéerch hät en goldene bode.	Un buon mestiere ha un pavimento d'oro.	Ein gutes Handwerk hat einen goldenen Boden.
Als was éscht schéinz òf déscher wéelt, hät koschtòt miech, schweiss òn bluet vòn déene woa heins gmacht.	Tutto ciò che in questo mondo è bello è costato fatica, sudore e sangue da parte di coloro che l'hanno realizzato.	Alles Schöne auf dieser Welt hat viel Mühe, Schweiß und Blut von denen gefordert, die es gemacht haben.
Es schwachs wäschwibié fénd kein gueté wäschblattò.	Una cattiva lavandaia non trova una buona pietra sulla quale lavare i panni.	Eine schlechte Wäscherin findet keine gute Waschplatte.
Z'wéerch macht de läbtagsiessa (aber éch hän détz siessa gar nid géere).	Il lavoro rende dolce la vita (ma io non amo quel dolce).	Die Arbeit macht das Leben süß (aber ich mag nicht gern Süßes).
Mielébòrd uf, Mielébòrd ab, z'ganz joar kein guete tag.	Se devi andare su e giù per la mulattiera di Mielébòrd, tutto l'anno non hai giorni buoni.	Wenn du immer wieder den Fuhrweg Mielébòrd hinauf und hinab musst, hast du das ganze Jahr keinen guten Tag.
Wéer sché z'vell fir z'gang leit, gtuetsmò némmè.	Chi si assume troppo impegni, non conclude niente.	Wer zu viel Feuer anmacht, bündigt es nicht mehr.
Dée woa hät nid kort z'meischtersch bròt, hät geng kasset magòbròt.	Chi non ha assaggiato il pane del padrone, ha sempre mangiato biscotti.	Wer nicht das Brot des Meisters gekostet hat, hat immer Kekse gegessen.
De mänsch, woa tuetsché schéeme z'wéerchò, tuetsché séelte schéeme z'stälè.	Un uomo che si vergogna di lavorare, raramente si vergogna di rubare.	Der Mensch, der sich schämt zu arbeiten, schämt sich selten zu stehlen.
Wi wenegòr tuemò, wi fulòr chémmò.	Meno si fa, più si diventa pigri.	Je weniger man tut, desto fauler wird man.
Mòssò éscht e herté nòssò.	Essere obbligati é una dura noce.	Müssen ist eine harte Nuss.
Wenn häscht dis wéerch fertég, gang reschte. Mòre éscht ou noch en tag.	Quando hai finito il tuo lavoro, va a riposare. Anche domani ci sarà ancora un giorno.	Wenn du deine Arbeit beendet hast, ruh dich aus. Morgen ist auch noch ein Tag.
Litté téte, schné schorò sinn ònnéztléche wéerchené: d'litté stéerben sälbòr, de schné schmelzt sälbòr en der guetò saison.	Uccidere la gente, palare la neve, sono lavori inutili: la gente muore naturalmente; la neve si scioglie nella buona stagione.	Menschen töten und Schnee schaufeln sind unnütze Arbeiten: die Menschen sterben von selbst, der Schnee schmilzt in der warmen Jahreszeit.
Hòndert handwéerchene, tusòng élendé.	Cento mestieri, mille miserie.	Hundert Handwerke, tausendfaches Elend.
D'fulé éscht e leidé detschò.	La pigrizia è un brutto difetto.	Die Faulheit ist ein wahres Übel.

Äs éscht es bés zeiché, wenn d'wäga erwoasen.	È cattivo segno quando nei sentieri cresce l'erba.	Es ist ein schlechtes Zeichen, wenn die Wege zuwachsen.
Dem woltene meder wackst z'oamad zwéschò de zéle user.	Al falciatore lento il secondo taglio cresce fra le dita del piede.	Dem langsamen Mäher wächst das Emd (Grummet) zwischen den Zehen hoch.
<i>D'moral, z'schécksal òn z'gléck – la morale, il destino e la fortuna – die Moral, das Schicksal und das Glück</i>		
De mänsch tuet bäre fer z'kloupe an ein almacht.	L'uomo nasce per credere a un essere onnipotente.	Der Mensch wird geboren, um an eine Allmacht zu glauben.
Éch tettè géere wandre en z'usland, mestémé aber ni noatroage. En eêschél bénné hie, en eêschel werté doa.	Emigrerei volentieri in terra straniera, ma non dovrei portare me stesso; un asino sono qui, un asino sarei anche là.	Ich würde gern ins Ausland gehen, aber ich sollte mich selbst nicht mitbringen. Ein Esel bin ich hier, ein Esel würde ich auch dort sein.
Éch hettémé kät fer e lus.	Mi avrei dato via per un pidocchio.	Ich hätte mich für eine Laus hingegeben.
Éch weis, dass bénné fascht tòmmms, aber was tuemé erstune, dass hänné sevél gsellene.	Io so di essere molto sciocco, ma ciò che mi stupisce è il fatto che ho molti compagni.	Ich weiß, dass ich sehr dumm bin, aber ich wundere mich, dass ich so viele Gesellen habe.
Wefél félera tieber noatroage, oane's merke.	Quanti difetti ci portiamo appresso senza accorgercene.	Wie viele Fehler tragen wir mit uns, ohne es zu merken.
Ändre en bruch, éscht beêschòr als tischò en gédange.	Mutare un'abitudine è più difficile che mutare un'idea.	Eine Gewohnheit zu ändern ist weit schwieriger als einen Gedanken zu ändern.
De schwache zòngò félt nie was séege.	Alle male lingue non manca mai l'argomento.	Den bösen Zungen fehlt nie etwas zu sagen.
En érléche mänsch erchennt dschin félera.	Un uomo onesto riconosce i suoi difetti.	Ein ehrlicher Mensch erkennt seine Fehler.
D'chraft vòn de stoarche éscht geng em vernòft.	La forza die forti è sempre nel buon senso.	Die Kraft der Starken liegt immer im gesunden Menschenverstand.
Wenn z'jònga wessté òn z'oalta chennté...	Se il giovane sapesse e l'anziano potesse...	Wenn der Junge wüsste und der Alte könnte...
Wie grössòr d'freid, wie grössòr z'leid.	Più è grande la gioia, più è grande il dolore.	Je größer die Freude, desto größer ist das Leid.
De rächte wäg erspart véll zit.	La via giusta fa risparmiare tanto tempo.	Der rechte Weg spart viel Zeit.
Jetz weiss woll woa dschis chemmé tuet rouchò.	Ognuno sa dove fuma il proprio camino.	Jeder weiß sehr wohl, wo aus seinem Kamin Rauch aufsteigt.
Embré hälfen allé tifla!	Tutti i diavoli aiutano ad andare giù!	Bergabwärts helfen alle Teufel!

D'ellené tuet béschwére de läbtag en der fremdé.	La nostalgia rende più pesante la vita in un paese lontano.	Das Heimweh belastet das Leben in der Fremde.
Wenn de tifòl tueté tichò, wéllter chrépe din sél.	Quando il diavolo ti accarezza, vuole rubarti l'anima.	Wenn der Teufel dich streichelt, will er deine Seele stehlen.
Én Tschaval sinn noch nié effia gwackset.	A Tschaval non sono mai cresciute le mele.	In Tschaval sind noch nie Äpfel gewachsen.
Z'Noversch éscht kein ussécht, aber véll verschtann.	A Noversch non vi è panorama, ma molto senno.	In Noversch gibt es keine Aussicht, aber viel Verstand.
Wéer wéllt rueb, blibt bi dschir chue.	Chi vuole avere tranquillità sta vicino alla sua mucca.	Wer Ruhe haben will, bleibt bei seiner Kuh.
D'schénschtò stémm éscht d'woarheit.	La voce più bella è quella della verità.	Die schönste Stimme ist die Wahrheit.
De zit, woa bruchsch émmene jònge zue z'spräche, éscht séelte verlòrné.	Il tempo che impieghi a far raccomandazioni ad un giovane, raramente è perso.	Die Zeit, die du brauchst, um einem Jungen zuzureden, ist selten verloren.
Béscht bés, mach geng d'fuscht en der buschò.	Se sei arrabbiato, tieni sempre il pugno in tasca.	Wenn du zornig bist, mache immer die Faust in der Tasche.
Was dé nid bisst, mòscht nid chrauò.	Non grattare quello che non prude.	Was dich nicht beißt, sollst du nicht kratzen.
Ou d'chatzò torft de cheiser allògò.	Anche il gatto può fissare l'imperatore.	Auch die Katze darf den Kaiser anstarren.
Streck d'bei, wenn wélltsch wéssò wie lengé éscht de deché.	Se vuoi sapere quanto è lunga la coperta allunga le gambe.	Streck die Beine aus, wenn du wissen willst, wie lang die Decke ist.
Frege mét astand òn sénn éscht kein sénd.	Fare domande con garbo e giudizio non è peccato.	Fragen mit Anstand und Sinn ist keine Sünde.
D'méschtegò patte mòssmò sälbòr wäsche.	A fare del bene non ti penti mai.	Schmutzige Wäsche muss man selber waschen.
Z'bòtzé hät e lenge schwanz.	Il diavoletto ha una coda lunga.	Das Teufelchen hat einen langen Schwanz.
D'guetò zitt éscht schéné, aber fascht bésché z'erhoalte.	Il buon tempo è piacevole, ma molto difficile a mantenere.	Die gute Zeit ist schön, aber schwer zu erhalten.
De verdròs éscht es hertz déng	Il dispiacere è una dura cosa.	Der Verdruss ist ein hartes Ding.
Äs wacksen nid gnue fackse, òm ällé bésché mulé z'bscheibe.	Non crescono festuche (fieno selvatico) sufficienti per chiudere le cattive bocche.	Es wächst zu wenig Borstengras, um alle bösen Mäuler zu stopfen.
Z'läbe éscht chòrzòr als de zit.	La vita è più corta del tempo.	Das Leben ist kürzer als die Zeit.
De wiber läbtag éscht wie e chérzò, volle tréne.	La vita delle donne è come una candela, piena di lacrime.	Der Lebtage der Frauen ist wie eine Kerze, voller Tränen.

Wélltsch lougner si, mòscht noazéle.	Se vuoi essere bugiardo, devi riportare ciò che ti hanno detto.	Willst du ein Lügner sein, musst du nachplappern.
D'morgòstòn hät z'gold em mul.	Le ore del mattino hanno l'oro in bocca.	Morgenstund` hat Gold im Mund.
Morgeräge òn wiberwé sinn òm niné niena mé.	La pioggia del mattino e il male delle donne alle ore nove spariscono.	Morgenregen und Frauenbeschwerden sind um 9 Uhr nirgends mehr.
Jede troppe fénd dschin soppe.	Ogni mandria trova il suo ciuffo d'erba.	Jede Herde findet ihr Büschel Gras.
En ònnufhérléché tréffò lochèt de herte felse.	Una goccia costante buca la più dura roccia.	Steter Tropfen höhlt den Stein.
De vogal, woa tuet z'vell sénge, macht nid dschis näscht.	L'uccello che canta troppo, non fa il suo nido.	Der Vogel, der zuviel singt, baut nicht sein Nest.
De mänsch versteit darfò oft ni mé als éndsché oalté chue vòn der mòschketnössò.	Talvolta l'uomo non si intende di qualcosa più di quanto la nostra vecchia mucca si intenda di noce moscata.	Der Mensch versteht von etwas oft nicht mehr als unsere alte Kuh von der Muskatnuss.
Was éscht nécks? Nécks éscht nòmma guetz fer d'ouge.	Cos'è nulla? Il nulla è solo buono per gli occhi.	Was ist nichts? Nichts ist nur für die Augen gut.
D'schnäckò geit wolte, aber sécher.	La lumaca va adagio, ma sicura.	Die Schnecke geht langsam, aber sicher.
Wéer siecht, dée fént, wéer fregt, dée vernémmt.	Chi cerca trova, chi domanda va a sapere.	Wer sucht, der findet, wer fragt, der vernimmt.
Was glänzet éscht nid alz gold.	Non è tutto oro quello che luccica.	Es ist nicht alles Gold, was glänzt.
De jòng tag éscht véll chòrzòr als was mò meint!	La gioventù è molto più breve di quanto si creda.	Die Jugend ist viel kürzer, als man meint.
E frénd tuemò schwérléché féne, aber täll verliere.	Un amico si trova difficilmente, ma lo si perde con facilità.	Einen Freund findet man nur schwer, aber man verliert ihn sehr leicht.
Of der Lysòbotschò woa tròlòt, heftsché keis miesch.	Al sasso del torrente Lys che rotola non si attacca il muschio.	An einen rollenden Lysstein heftet sich kein Moos.
Wenn tiemò es déng sottè witt fòrt kie, mòssmò ou sottè witt goa's gé.	Se si getta un oggetto molto lontano, si deve andare anche molto lontano per recuperarlo.	Wenn man einen Gegenstand sehr weit fortwirft, muss man ihn auch von sehr weit zurückholen.
Wélltsch eim eppés ébélsch wéntsche, mòschmò wéntsche e schwache noachpur.	Se vuoi augurare del male a qualcuno, augurargli un cattivo vicino.	Wenn du jemanden etwas Schlechtes wünschen willst, wünsche ihm einen bösen Nachbarn.
Géeld verlòret, wenég verlòret. Ér verlòret, véll verlòret. Muet verlòret, alz verlòret.	Persi dei soldi, perso poco. Perso l'onore, perso molto. Perso il coraggio, perso tutto.	Geld verloren, wenig verloren. Ehre verloren, viel verloren. Mut verloren, alles verloren.

Äs éscht täll séege z'hä ni angscht vòm hònger wenn hämmò volle buch.	È facile dire di non aver paura della fame quando si è sazi.	Mit vollem Bauch sagt es sich leicht, dass man keine Angst vor dem Hunger hat.
E hann wäscht d'andra, ònder béde wäschendsch z'gséscht òn de lib derzue.	Una mano lava l'altra, ambedue le mani lavano la faccia e tutto il corpo.	Eine Hand wäscht die andere, beide zusammen waschen das Gesicht und den Körper.
Vèll moal de Herrgott schécktnendsch z'mälòb, z'bòzé kwenktnéndsche sack.	Spesso il Signore ci manda la farina, il diavoletto ci toglie il sacco.	Oft schickt uns der Herrgott das Mehl, das Teufelchen nimmt uns den Sack.
Erscht wenn hämmò kort z'fir, hämmò de forcht vòn de flamme.	Solo quando si è stati toccati dal fuoco, si ha paura delle fiamme.	Erst wenn man mit dem Feuer in Berührung kommt, fürchtet man die Flammen.
Welle éscht de schénschte oabe? Déé woa chammò goa éns bett oané sòrg.	Qual è la sera più bella? Quella in cui si può andare a letto senza preoccupazioni.	Welcher Abend ist der schönste? Der, an dem man ohne Sorgen ins Bett gehen kann.
Erscht wenn de mänsch weisst, verschteiter, dass weisster nécks.	Solo quando l'uomo sa, capisce di non sapere nulla.	Erst wenn der Mensch weiß, versteht er, dass er nichts weiß.
D'richò techtre òn der oarmò litté chésch sinn phämpf riffé.	Le figlie dei ricchi e il formaggio dei poveri sono presto maturi.	Die Töchter der Reichen und der Käse der Armen sind bald reif.
Herròdienst òn vogalsang sinn schéné, aber duren nid lang.	Il servizio dei ricchi e il canto degli uccelli sono belli, ma non durano a lungo.	Herrendienst und Vogelsang sind schön, dauern aber nicht lange.
De ruem chént geng dem, woa tuene nid sieche.	La lode arriva sempre a colui che non la cerca.	Der Ruhm kommt immer zu dem, der ihn nicht sucht.
De flis òn de verschtann én der liebé sinn en tugend.	La diligenza e il giudizio nell'amore sono una virtù.	Der Fleiß und der Verstand sind in der Liebe eine Tugend.
Gédòld bréngt ròse! Aber d'chatzò em kànter vòn bare gédòld éscht kleckt.	La pazienza porta rose! Ma il gatto chiuso nell'armadio è morto di sola pazienza.	Geduld bringt Rosen! Aber die Katze im Schrank ist vor lauter Geduld verendet.

D'familiò òn d'liebé – la famiglia e l'amore – die Familie und die Liebe

D'ouge wellen ou eriò teil.	Gli occhi vogliono la loro parte.	Die Augen wollen auch ihren Teil.
Jetz lappé fend dschis chappé.	Ogni bighellone trova il suo berretto.	Jeder Bummler findet seine Mütze.
Wenn e jengléng siecht es wib, oané féler, stéerbter etterlé.	Se un giovanotto cerca una moglie senza difetti, muore celibe.	Wenn ein Jüngling eine Frau ohne Fehler sucht, wird er ledig sterben.
Äs éscht bars fir.	È tutto fuoco.	Es ist ganz Feuer.
De gitz fénd dschin zerrer.	L'avidità trova il suo scialacquatore.	Jeder Sparer findet seinen Verschwender.

Besser e schwaché ejò als en guete vogt.	Meglio una cattiva mamma che un buon tutore.	Besser eine schlechte Mutter als ein guter Vormund.
D'freinda tuetmò scheide, d'verwantò tuetmò erpe.	Gli amici si scelgono, i parenti si ereditano.	Freunde wählt man aus, Verwandte erbt man.
Lécké chénn, lécké sòrge; grössé chénn, grössé sòrge.	Bambini piccoli, piccole preoccupazioni; bambini grandi, grandi preoccupazioni.	Kleine Kinder, kleine Sorgen; große Kinder, große Sorgen.
Es guetz wib éscht en goldene zun òm z'hus.	Una buona moglie è un recinto d'oro attorno alla casa.	Eine gute Ehefrau ist wie ein goldener Zaun ums Haus.
Der engél én der familiò éscht en gueté ejò.	L'angelo nella famiglia è una buona mamma.	Der Engel in der Familie ist eine gute Mutter.
D'scheitò spréngt ni witt vòm stock.	Il truciolo non salta lontano dal ceppo.	Das Scheit springt nicht weit vom Stock.
Häb sorg den eltre, wenn wélltsch, dass din chén heigén achtòng vòr dier sälbòr.	Abbi cura dei tuoi genitori, se vuoi che i tuoi figli ti rispettino.	Trage Sorge für deine Eltern, wenn du willst, dass auch deine Kinder Achtung vor dir haben.
Às éscht tällòr leite es dòrf als en eigene sò.	È più facile amministrare un villaggio che educare il proprio figlio.	Es ist einfacher ein Dorf zu leiten als den eigenen Sohn.
Es guetz wib ém hus éscht wie en stoalene reif òmmenés fas.	Una buona donna in casa è come un cerchio di acciaio intorno ad una botte.	Eine gute Frau im Haus ist wie ein Stahlreifen um das Fass.
Es éhpar tuetsché pchenne érscht, wenn heintsch zéeme kässes es kilò soaltz. (grä tuets ni gníege)	Due coniugi si conoscono solo dopo aver mangiato un chilo di sale. (forse non è sufficiente)	Zwei Eheleute kennen sich erst, wenn sie zusammen ein Kilo Salz gegessen haben. (vielleicht reicht es nicht)
Leider de karakter vòn den eigene chénne chammò nid ändre wie d'lätscha en der lésmetò.	Purtroppo il carattere dei propri figli non si può mutare come i punti del lavoro a maglia.	Leider kann man den Charakter der eigenen Kinder nicht ändern wie die Maschen einer Strickarbeit.
D'ifersòcht éscht geng waché.	La gelosia è sempre sveglia.	Die Eifersucht ist immer wach.
Dis héers éscht wie ein kòlò: älle versprächts es blettié.	Il tuo cuore è come un cavolo: a tutti prometti una foglia.	Dein Herz ist wie ein Kohl: allen verspricht es ein Blättchen.
D'liebé gébt de techtre d'gschidheit, woa tuene wenke, òn tuet de manna kwenke das wenéga woa heindsch.	L'amore dà alle fanciulle l'intelligenza che loro manca e toglie agli uomini quella poca che hanno.	Die Liebe gibt den Mädchen den Verstand, der ihnen fehlt und nimmt den Männern den wenigen, den sie haben.
Wenn éndsché manna choren es fremds wibié, sinndsich némme z'phä, sinn wie de zäcke, wenn chorendsch d'soad.	Quando i nostri uomini conoscono una donna forestiera non si possono più trattenerne, sono come le capre quando nei campi assaggiano il germoglio di grano.	Wenn unsere Männer sich einem fremden Weibsbild nähern, sind sie nicht mehr zu halten. Sie sind wie Ziegen, die Saatgut kosten.

Wenn hämmò géere, tuemò täll verzie.	Quando si ama, si perdona facilmente.	Wenn man liebt, verzeiht man leicht.
Oalté liebé roschtet nid.	Un vecchio amore non arrugginisce.	Alte Liebe rostet nicht.
Oané siessé wòrté d'liebé éscht réké.	Senza parole dolci l'amore è amaro.	Ohne zärtliche Worte ist die Liebe bitter.
Äs éscht gsottenz wie e héerfel.	É cotto come una patata.	Dieser Mensch ist verknallt wie eine Kartoffel.
En oalte ma òn es jongs wib gä chén. Es oalts wib òn e jònge ma éscht e sénnt!	Un uomo anziano e una donna giovane generano dei bambini. Una donna anziana e un uomo giovane è un peccato!	Ein alter Mann und eine junge Frau bringen es zu Kindern. Eine alte Frau und ein junger Mann sind eine Sünde.
Mòssmò si ònder zwei, fer enandre z'loa.	Per separarsi bisogna essere in due.	Man muss zu zweit sein, um sich zu trennen.
D'wiber òn d'chatze gangen gschleinòté.	Le donne e i gatti vengono coccolati.	Die Frauen und die Katzen muss man liebkosten.
D'liebé mòssmò nid mässe mét der elté.	L'amore non deve essere misurato con l'età.	Man muss die Liebe nicht mit dem Alter messen.
D'liebé, der ešchelhueschte òn z'strou en de holzschue chammò ni koalte.	L'amore, la pertosse e la paglia negli zoccoli di legno non si possono nascondere.	Die Liebe, den Keuchhusten und das Stroh in den Holzschuhen kann man nicht verbergen.
Was d'ouge tien ni gsé, tuet dem héers ni wé.	Occhio non vede, cuore non duole.	Was die Augen nicht sehen, tut dem Herz nicht weh.
Wenn d'liebé éscht oané gédòld, és nid liebé.	Quando l'amore è senza pazienza, non è amore.	Wenn die Liebe ohne Geduld ist, ist es keine Liebe.
Nòmma én der leidenschaft lérscht pchenne di woa wellender wòl.	Solo nei momenti difficili impari a conoscere chi ti vuol bene.	Nur in schweren Zeiten lernst du den kennen, der dir wohlgesinnt ist.
Hetté éch déch am schnabal pchennt, hetté éch nid mis héers erlemmt.	Se avessi conosciuto il tuo becco, non avrei ferito il mio cuore.	Hätte ich dich am Schnabel erkannt, hätte ich nicht mein Herz verletzt.
Dénn gsoaté éscht d'rächtò liebé, noch véll dénnòr éscht en ufréchtégé freindschaft.	Il vero amore è un seme raro, ma ancora più rara è l'amicizia sincera.	Die wahre Liebe ist dünn gesät, aber noch dünner (gesät) ist eine ehrliche Freundschaft.
Mét artégkeit òn liebé chammò kriege, ou was hämmò dengt äs werté òmmégléch.	Con buone maniere e amore si può ottenere anche quello che si riteneva impossibile.	Mit gutem Benehmen und mit Liebe kann man auch das erreichen, was man für unmöglich hielt.
D'liebé éscht nid e chleiné wétt: chammoscha ni stiere, wenn mò wéllt.	L'amore non è un fascio di legna: non si può posare quando si vuole.	Die Liebe ist nicht ein Reisigbündel: man kann sie nicht ablegen, wann man will.
Mis héers éscht wie en effél: alz en eim stòck.	Il mio cuore è come una mela: tutto d'un pezzo. (Sono una persona fedele)	Mein Herz ist wie ein Apfel: alles in einem Stück. (Ich bin treu)

D'sonnò machtnentsch de tag, d'meitlené tienentsch erfreie.	Il sole ci procura il giorno, le fanciulle la felicità.	Die Sonne macht uns den Tag, die Mädchen machen uns froh.
D'oaltò chatze hein géere jòngé misch!	I vecchi gatti amano i topi giovani!	Die alten Katzen haben gern junge Mäuse!
Wenn hämmò z'héers volls liebé, treimò tällor ou e schwére chòrb.	Quando si ha il cuore pieno di amore si porta più facilmente anche una gerla pesante.	Wenn man das Herz voller Liebe hat, trägt man leichter einen schweren Korb.
Es chénn em hus bréngt gléck òn säge.	Un bambino in casa porta fortuna e benedizione.	Ein Kind im Hause bringt Glück und Segen.
Es guetz wib éscht en goldené zun òm z'hus.	Una buona moglie è un recinto d'oro attorno alla casa.	Eine gute Ehefrau ist ein goldener Zaun ums Haus.