



L'Alba

Associazione Pensionati di Gussago
Centro d'Incontro "G. Peroni"



NOVEMBRE 2014

VOLONTARIATO

Sono Letizia e nonostante l'età (di sicuro non tenera!) faccio da molti anni un'attività di volontariato presso l'Ospedale Richiedei: non vi è gioia più grande che donare un poco del proprio tempo agli altri.

E a proposito di volontariato vorrei dire due parole sul Centro d'Incontro che io frequento. Fondata alcuni anni fa da un gruppetto di volenterosi con a capo Giuseppe Peroni, l'Associazione Pensionati di Gussago nel corso degli anni è cresciuta ed oggi gestisce in convenzione con il Comune il Centro d'Incontro di Palazzo Nava con un numeroso gruppo di volontari sempre presenti e disponibili.

Spesso sento parlare del Centro d'Incontro come ritrovo per anziani (!!!). Io personalmente preferisco il termine "vecchi", nel senso di persone non superate ed inutili, come potrebbe pensare qualcuno, ma al contrario, ricche di esperienze e di valori, ben felici di poterle trasmettere ai giovani insieme a conoscenze storiche, usi, costumi e tradizioni che altrimenti andrebbero dispersi.

Devo dire, comunque, che le attività proposte al Centro, molto varie e partecipate, ci aiutano anche a mantenerci giovani ed attivi.

Infine chiudo con un auspicio: anche se la frequentazione del Centro è a maggioranza femminile, mi auguro, in un prossimo futuro, una maggiore presenza maschile.

Letizia

INDICE

- 1 ATTIVITA' MENSILI**
 - Tornei
 - Feste a tema
- 2 ATTIVITA' SETTIMANALI**
 - Biblioteca
 - Giochi
 - Laboratori
- 3 SERVIZI**
 - Consulenza legale
 - Patronato
- 4 GITE/SOGG./VIAGGI**
 - Gita a Cremona
 - Gita al Villaggio di Natale
- 5 CORSI**
 - Ginnastica in acqua
 - Pancafit
 - Ginnastica soft
 - Psicologia
 - Informatica
- 6 COMUNICAZIONI**
 - Servizi Sociali
 - Varie

① ATTIVITA' MENSILI

Martedì 4

Ore 9.00



al centro Polivalente "Corcione"

"GRUPPO DI CAMMINO"

Il ritrovo è presso il bar del Polivalente per formare il gruppo.
Durata della camminata ca. 1 ora.

Venerdì 7

Ore 16.00

al Centro - Palazzo Nava

S. MESSA

In commemorazione dei nostri defunti

Ore 21.00

alla Sala Civica TOGNI - *D.J. Daniela Telecor*

"SERATE DANZANTI"

Ingresso libero con offerta libera



Martedì 11

Ore 9.00



al centro Polivalente "Corcione"

"GRUPPO DI CAMMINO"

Il ritrovo è presso il bar del Polivalente per formare il gruppo.
Durata della camminata ca. 1 ora.

Ore 15.00

al Centro - Palazzo Nava - *con Don Angelo Gozio*

CATECHESI DIALOGICA SU ARGOMENTI DI ATTUALITÀ

Mercoledì 12

Ore 15.30



al Centro - Palazzo Nava

FESTA DEI COMPLEANNI di Ottobre/Novembre/Dicembre

Torte, pasticcini e buffet offerti dai festeggiati

Con pomeriggio danzante

Servizio fotografico a cura dell'Associazione - Aderire in segreteria

Venerdì 14

Ore 15.00

al Centro - Palazzo Nava

AMICI DELL'ARTE *con C. Gottardi e C. Zorzella*

Tema: "Marc Chagal".

Ore 21.00

alla Sala Civica TOGNI - *D.J. Oscar Di Stefano*

"SERATE DANZANTI"

Ingresso libero con offerta libera



Domenica 16

Ore 8.30-12.30



al Centro - Palazzo Nava

"14 NOVEMBRE GIORNATA MONDIALE DEL DIABETE"

Per l'occasione in collaborazione con l'Ass. "Diabete Brescia Onlus"

al Centro - Palazzo Nava verrà effettuato uno **screening gratuito**.

Attraverso la misurazione della pressione, dell'addome, del peso e dell'età il medico farà una verifica se il paziente è un potenziale diabetico.

I diabetici riconosciuti non saranno sottoposti a screening

DOMENICA 16 dalle 15.00 alle 18.00 - alla Sala Civica TOGNI -

“POMERIGGIO DANZANTE” *D.J. Oscar Costantiello*

Ingresso libero con offerta libera



Martedì 18

Ore 9.00

al centro Polivalente “Corcione”

“GRUPPO DI CAMMINO”

Il ritrovo è presso il bar del Polivalente per formare il gruppo.

Durata della camminata ca. 1 ora.



Mercoledì 19

Ore 8.00

partenza dalla Sala Civica Togni

CAMMINIAMO INSIEME - Iscrizioni in segreteria

Itinerario: Camaldoli - Quarone.



Giovedì 20

Ore 14.30

partenza dal Centro – Palazzo Nava

GITA FUORI PORTA ALLE CANTINE A. ARICI

Azienda Agricola Colline della Stella - Gussago

Merenda e canti in compagnia

Costo € 7,00 comprensivo di trasporto e merenda

Iscrizioni in Segreteria entro mercoledì 12 novembre 2014

Venerdì 21

Ore 15.00

al Centro - Palazzo Nava

“LABORATORIO DI PSICOLOGIA”

con M.T. Merenda e R. Venturelli

Questo mese approfondimento sul tema **“Il giardino di limoni”**

Ore 21.00

alla Sala Civica TOGNI - *D.J. Gianni Bolpagni*

“SERATE DANZANTI”

Ingresso libero con offerta libera

Martedì 25

Ore 9.00

al centro Polivalente “Corcione”

“GRUPPO DI CAMMINO”

Il ritrovo è presso il bar del Polivalente per formare il gruppo.

Durata della camminata ca. 1 ora.



Mercoledì 26

Ore 15.00

a Cellatica - Centro Pensionati

“FACCIAMO SQUADRA”

Insieme agli amici delle **Associazioni Anziani di Castegnato e Cellatica** organizziamo una **BRISCOLATA**

Quota individuale € 2 - 16 coppie con premiazione delle prime quattro classificate. Le coppie partecipanti sono già designate.

Ore 15.30

al Centro - Palazzo Nava -

POMERIGGI DANZANTI (La ginnastica degli anziani)

Venerdì 28 al Centro - Palazzo Nava
Ore 15.00 **AMICI DELL'ARTE** con C. Gottardi e C. Zorzella
Tema: "Giovanni Segantini".

Ore 21.00 alla Sala Civica TOGNI - D.J. Paolo Facci
"SERATE DANZANTI"
Ingresso libero con offerta libera



② ATTIVITA' SETTIMANALI

Lunedì al Centro - Palazzo Nava
Ore 15.00 **GIOCHI DA TAVOLO** (tombola, carte, dama, scacchi)
Ore 15.00 **CANTIAMO INSIEME**



Martedì al Centro - Palazzo Nava
Ore 15.00 **GIOCHI DA TAVOLO** (tombola, carte, dama, scacchi)
Ore 15.00 **LABORATORIO CREATIVO**
Ore 15.00 **BIBLIOTECA APERTA**



Mercoledì al Centro - Palazzo Nava
Ore 15.00 **GIOCHI DA TAVOLO** (tombola, carte, dama, scacchi)
Ore 15.00 **LABORATORIO FERRI E NASTRI**
Ore 15.00 **TEATRO DIALETTALE** (gruppo teatrale)



Giovedì al Centro - Palazzo Nava
Ore 15.00 **GIOCHI DA TAVOLO** (tombola, carte, dama, scacchi)
Ore 15.00 **LABORATORIO DI SARTORIA**
Ore 15.00 **BIBLIOTECA APERTA**



Giovedì a Ronco - Presso l'Oratorio
Ore 15.00 **GIOCHI DA TAVOLO** (tombola, carte, dama, scacchi)

Venerdì al Centro - Palazzo Nava
Ore 15.00 **GIOCHI DA TAVOLO** (tombola, carte, dama, scacchi)
Ore 15.00 **LABORATORIO DI PITTURA DECORATIVA**



③ SERVIZI

Martedì 4 al Centro - Palazzo Nava
Ore 15.00 **CONSULENZA LEGALE**
Il servizio è gratuito - prenotarsi in segreteria



PATRONATO al Centro - Palazzo Nava

Tutti i **LUNEDÌ** - dalle 15.00 alle 17.00 è presente F.N.P. CISL

Tutti i **MARTEDÌ'** - dalle 15.00 alle 17.00 è presente S.P.I. CGIL

Tutti i **MERCOLEDÌ'** - dalle 15.00 alle 17.00 è presente ITAL UIL

④ GITE - SOGGIORNI - VIAGGI

GITA

Novembre
Sabato 15

Ore 13.30



Dalla Piazza in pullman
“**CREMONA**”

A grande richiesta, ritorniamo a **Cremona** in occasione della
“**Festa del Torrone**”.

La Festa offre Iniziative golose con degustazioni per le vie della
Città: protagonista il **Torrone**.

Al termine merenda in un ristorante locale.

Prenotazioni in segreteria dal 10/10/2014 **per i residenti a**
Gussago, dal 17/10/14 per tutti fino ad esaurimento posti.

Costo a persona **€ 22.00**

Assic. Allianz Loyd Adriatico – polizza n. 99631173 del 31/01/2005

GITA

Dicembre
Mercoledì 10

Ore 13.30

Dalla Piazza in pullman
“**VILLAGGIO DI NATALE**” a **Bussolengo (VR)**-

Anche quest’anno proponiamo una passeggiata nel “**Villaggio di**
Natale Flover” (giunto alla 18° edizione).

Il tema del Natale 2014 è ispirato al romantico villaggio in Germania.
Come molti già sapranno è realizzato all’interno del Garden Center
Flover di Bussolengo (su un’area di 7000 mq e al coperto).

Propone vari articoli natalizi e decorazioni per la casa in un percorso
tematizzato con animazioni e particolari allestimenti.

Al termine della giornata non potrà mancare la “Pizzata a ...Lonato!!!

Prenotazioni in segreteria dal 14/11/2014 **per i residenti a**

Gussago, dal 21/11/14 per tutti fino ad esaurimento posti.

Costo a persona € 20



Assic. Allianz Loyd Adriatico – polizza n. 99631173 del 31/01/2005

⑤ CORSI

Tutti i
Lunedì
ore 15.00

al Centro - Palazzo Nava
CORSO DI PSICOLOGIA
“Litigare fa bene! Istruzioni per l’uso”
con la Dott.ssa M.T. Merenda
Inizio corso Lunedì 6 ottobre - 6 incontri

Tutti i
Giovedì
Venerdì
Ore 9.00

al Centro - Palazzo Nava
CORSO DI “INFORMATICA BASE” *con Cesare Zorzella*

Tutti i
Mercoledì
Ore 9.00

al Centro - Palazzo Nava
CORSO DI “INFORMATICA AVANZATO” *con Luigi Sgrelli*
Word - Excel - Internet

CENTRO SPORTIVO LE GOCCE via Staffoli 16 - Gussago

CORSO DI GINNASTICA DOLCE IN ACQUA
Lunedì-Giovedì dalle ore 10.20 alle ore 11.10
Lunedì-Mercoledì dalle ore 15.20 alle ore 16.10
Iscrizioni in Segreteria al Centro a Palazzo Nava
Costo € 45 per 10 lezioni - **Assicurazione** annuale € 15

CORSO DI PANCAFIT E GINNASTICA IN ACQUA
Giorni **Iscrizioni** in Segreteria al Centro a Palazzo Nava
da concordare **Costo** € 64 mensili - **Assicurazione** annuale € 15

CORSO DI GINNASTICA SOFT IN PALESTRA
Lunedì dalle ore 15.20 alle ore 16.20
Giovedì dalle ore 9.00 alle ore 10.00
Iscrizioni in Segreteria al Centro a Palazzo Nava
Costo € 22 mensili - **Assicurazione** annuale € 15
Minimo 6 persone

CORSO PANCAFIT MONOSETTIMANALE
Giorni **Informazioni** in Segreteria al Centro a Palazzo Nava.
da concordare Riservato ai soci dell’**Associazione Pensionati di Gussago**
Abbonamento mensile € **45.00** anziché € 60.00
Abbonamento trimestrale € **120.00** anziché € 180.00

FIOSIOTERAPIA

Riservato ai soci dell' **Associazione Pensionati di Gussago**
SCONTO del 15 % sui prezzi di listino **fino ai 65 anni.**
SCONTO del 20% sui prezzi di listino **oltre ai 65 anni.**

CLINICA DEL SALE

ORARIO: mattino ore 9.00 - 11.00 - pomeriggio ore 16.00 - 19.00

SOLO martedì e giovedì anche pausa pranzo ore 12.30 - 13.30,

COSTI:

Ingresso **singolo** € 18.00 - Abbonamento **6 ingressi** € 102

Abbonamento **10 ingressi** € 150 Ulteriori sconti con **"formula famiglia"**

Per informazioni Tel. 030 6591520 - Prenotazione obbligatoria

⑥ COMUNICAZIONI

A A A.....OFFRESI !!!!!!!!

Siamo un **Gruppo** di ragazze e ragazzi volenterosi dell' **Oratorio di Sale** che con i nostri **educatori** ci rendiamo disponibili per fare piccoli lavori **gratuitamente** (anche pesanti) a persone che ne avessero la necessità.

Per Informazioni:

Daniele cell. 333 1438536

www.anzianipensionatigussago.it

Come sapete questo è l'indirizzo del nostro sito internet attivo ormai da alcuni anni. Dall'inizio di giugno è stata rinnovata l'impostazione grafica conservando all'interno la possibilità di accedere a tutte le informazioni inerenti la nostra Associazione, leggere il mensile aggiornato con tutte le attività in programma e comunicare con noi attraverso messaggi di posta elettronica A questo indirizzo e-mail: info@anzianipensionatigussago.it



PRANZO COLLABORATORI

SU INVITO

DOMENICA 30 NOVEMBRE ORE 12.30

Come ogni anno ci troviamo al pranzo dedicato ai collaboratori del Centro presso il ristorante “**La Campagnola**” via Mandolossa,105.

E' un piccolo segno per ringraziare tutti i volontari che ci danno una mano nelle molte attività che organizziamo durante l'anno.

Ci troviamo a **Palazzo Nava** per le **ore 12,00** (per dare un passaggio anche a chi non è automunito).

Dare **conferma** in Segreteria entro il **25 novembre**.

Tutti i
Venerdì
dalle 16.30
alle 17.30

Presso l'Ospedale Richiedi
MOVIMENTO PER I DIRITTI DEL MALATO
E' aperto lo **sportello** per la tutela del diritto alla salute del cittadino ammalato nel rispetto della sua dignità, libertà, ed esigenze umane e sociali.

SERVIZI SOCIALI COMUNALI : TEL. 030 2522919

ASSESSORE : Mazzini Nicola

e-mail : assessorereservizisociali@comune.gussago.bs.it

Riceve su appuntamento il lunedì dalle 14.00 alle 17.00

DIRIGENTE: Dott.ssa Albertini Patrizia

e-mail : politichesociali@comune.gussago.bs.it

Riceve su appuntamento

ASSISTENTE SOCIALE: Dott.ssa Bordanzi Barbara

e-mail: barbara.bordanzi@comune.gussago.bs.it

Riceve su appuntamento il Martedì e Giovedì dalle 9.00 alle 13.00
