Strenna 2014

Edizione n. 54

Club La Ruga
Oltrisarco
Bolzano

Bolzano · Via Cl. Augusta 52 C · Tel. 0471 263584 · clublaruga@gmail.com · www.clublaruga.bz.it

In ricordo di don Paolo Michelini

Don Paolo una presenza che riempie il cuore!

E' difficile trovare le parole per descrivere una persona, una presenza come don Paolo.

Don Paolo, un incontro che ti segna la vita, un'esperienza profonda, inquietante, esigente ma anche rassicurante e fraterna.

Don Paolo non ha mai smesso di studiare, approfondire le Scritture alla luce di quanto gli succedeva intorno e nel mondo; la sua fede profonda si nutriva di questi studi e di queste meditazioni che sono state preziose per chi ha potuto condividerle. Lui che metteva insieme pensieri ed intuizioni, poesie e visioni di grandi pensatori e li riproponeva in una cornice d'insieme o su una tematica scelta. Tutti ricordiamo i suoi famosi foglietti da "imparare a memoria".

Don Paolo è stato un testimone autentico della Fede che professava. Sapeva essere molto esigente soprattutto con se stesso, per esempio nella scelta dei poveri. Lui non faceva la carità, ma si era fatto povero perché era l'unica scelta , la più radicale che la sua Fede gli imponeva.



Don Paolo non parlava dei poveri come di chi ha solo bisogni, ma di coloro che ci danno la possibilità, a noi ricchi e sazi del superfluo, di condividere qualcosa per farci sentire un po' meno soli ed inutili.

"Una chiesa che non sta e che non va verso i poveri non è chiesa."

"I ricchi - amava dire- sono i più poveri tra i poveri perché non hanno l'amore dentro di loro, ma sono schiavi del loro benessere".

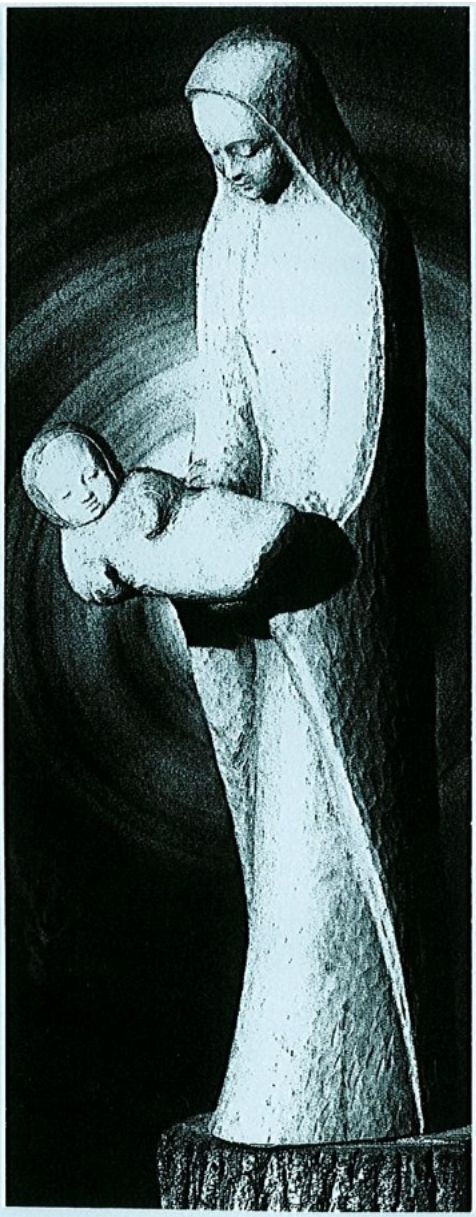
Don Paolo era un pastore che sapeva ascoltare e consigliare, sapeva scuotere e insistere; con lui potevi parlare a cuore aperto, potevi porre ogni domanda.

A volte c'era una risposta, a volte una battuta per alleggerire, a volte c'era l'invito a pregare insieme.

Adesso ci sentiamo tutti più soli e ci accorgiamo di quanto fortunati siamo stati ad averlo conosciuto, ad averlo frequentato, ad aver potuto essergli amici.

Grazie don Paolo da tutti noi!

Maria Grazia



O Cristo vieni!

Tu, salvezza eterna!
Tu, vita inestinguibile del mondo!
Tu, luce senza tramonto!
Tu, nostra vera redenzione!
Tu, intenerito di compassione
davanti alle generazioni
che periscono ai piedi degli idoli.
Tu che, senza lasciare la gloria dei cieli,
sei disceso negli abissi,
spinto dalla tua tenerezza per noi.
Tu che, in un soffio di grazia,
vieni ad assumere la nostra umanità.
Tu che salvi tutto ciò che era perduto.
Tu che vieni a portare al mondo la gioia.
O Cristo!
Vieni a purificare tutto il nostro essere.
Abita in noi
e fa' in noi una dimora di luce.
Nel primo Avvento
giustificaci.
Nel secondo Avvento
purificaci.
E fa' che nel giorno della luce senza tramonto,
nell'ora in cui tu verrai, Giudice dell'universo,
noi possiamo, rivestiti di candore,
camminare al tuo seguito
e posare per sempre
i nostri passi nei tuoi.

Dall'inno "Salus aeterna"

Questo Inno fa parte dell'ultima meditazione, preparata da don Paolo, in preparazione al Natale per la comunità della Parrocchia S.Paolo e per i volontari dell'Unitalsi di cui era assistente spirituale.

La scodella di terracotta



C'era una volta un povero vecchio, che non ci vedeva più, non ci sentiva più e le ginocchia e le mani gli tremavano. E quando era a tavola non poteva tener fermo il cucchiaio e faceva cadere la minestra sulla tovaglia e qualche volta gliene scappava anche dalla bocca.

La moglie di suo figlio se n'era ormai schifata e purtroppo, anche suo figlio. E non lo vollero più a tavola con loro. Il povero vecchio doveva star seduto accanto al camino e mangiava un poco di zuppa in una scodella di terracotta. Un giorno, siccome le sue mani tremavano, gli cadde la scodella per terra e si ruppe. La nuora gliene disse di tutti i colori e il povero vecchio non rispose nulla. Gli comprarono una scodella di legno e gli dissero: “Questa certo non la romperai!”. Una sera suo figlio e la nuora videro il loro bimbo che raccattava i cocci della scodella di terracotta e cercava di unirli. Il padre gli disse: “Che fai?”: Rispose il bambino: “Riaggiusto la scodella, per dar da mangiare a te e alla mamma, quando sarete vecchi”. Ora il nonno mangia ancora a tavola con gli altri, che lo trattano bene e gli vogliono bene.



(Bollettino Parrocchiale Romeno - 07/2014)

2014 Mi ricordo che...

Un altro anno è trascorso, ricco di momenti importanti, gioiosi, impegnativi, a volte tristi e inquieti, ma sempre vissuti insieme.
Anche quest'anno, dobbiamo riconoscerlo e gioirne, il clima di famiglia che si respira nel nostro club si è fatto esperienza per tutti anche per chi ci ha appena conosciuto e sfiorato.
Parlo ad esempio dei vari docenti, medici e specialisti che vengono "una tantum" per la conferenza e dicono sempre di voler tornare volentieri.
Parlo di tanti che al Parco Mignone durante l'estate sono venuti a farci compagnia e già adesso, in pieno inverno, chiedono: "Quando si ricomincia?"
Cerchiamo di andare avanti così, insieme con empatia e ascoltandoci per difendere e semmai cementare il legame, la rete che costruiamo giorno per giorno.
A proposito di gruppo e di solidarietà mi viene in mente un motto di don Paolo:"La strada giusta è il poco fatto da tutti e non il tanto fatto da pochi"
Una riflessione che porta con sé una domanda molto semplice ma fondamentale, che è:"Io faccio quello che posso per il Club o aspetto che altri lo facciano per me?"

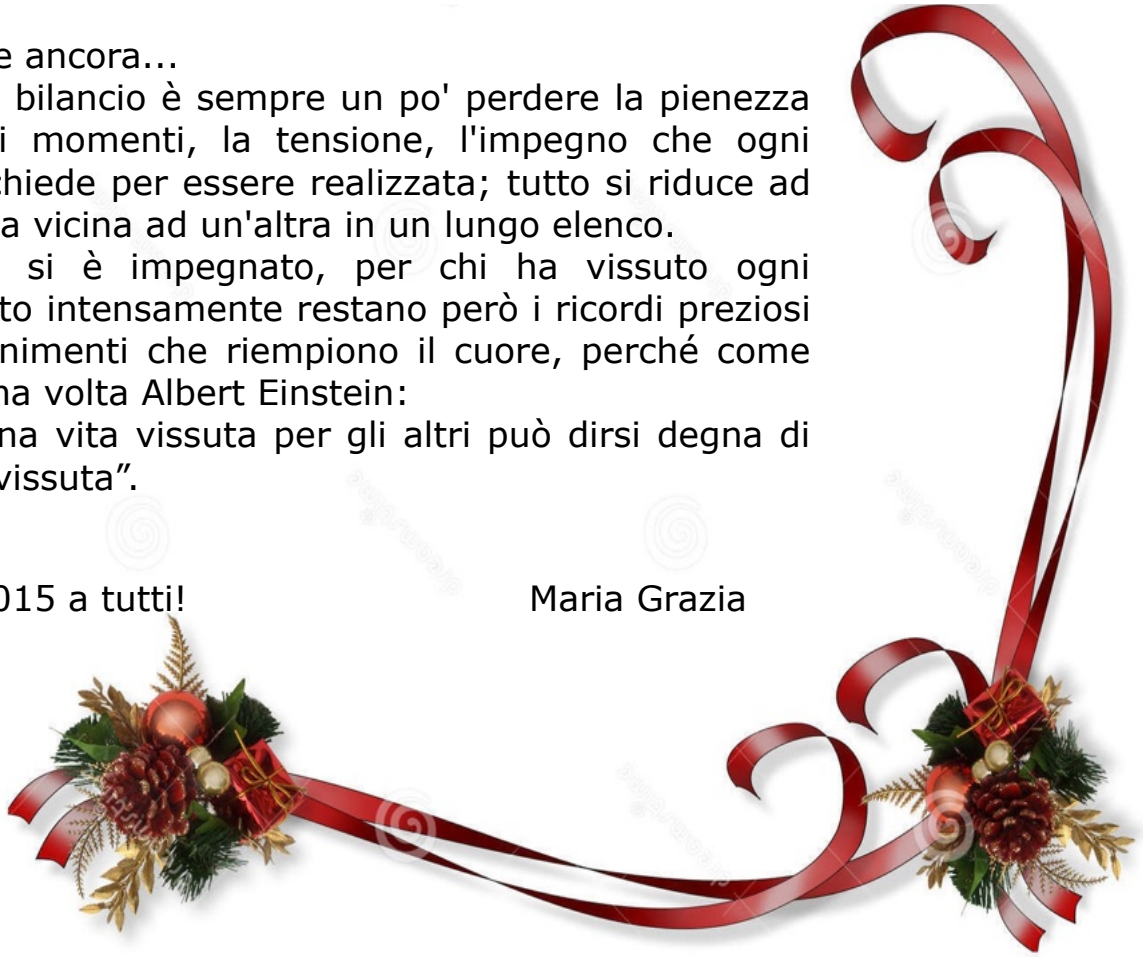
Tra le tante attività in sede e fuori vorrei ricordare chi ha lavorato per le iniziative realizzate in quartiere o in città.
Ripenso con riconoscenza all'impegno dei volontari al Parco Mignone. In una stagione piovosa come quella 2014 abbiamo avuto più di 2.000 presenze presso i campi bocce che gestiamo in Convenzione con il Comune di Bolzano.
In settembre per la Festa della Solidarietà i nostri volontari erano in via della Mostra insieme alle altre grandi Associazioni per Anziani della città (la Rete Anziani appunto, di cui facciamo parte).

Con il "Vaso della Fortuna" in via Cl. Augusta abbiamo partecipato alla Festa del nostro quartiere il 20 settembre, con 1.200 premi per la gioia di grandi e piccoli.
Il 2 ottobre siamo andati a festeggiare nonni e nipoti alla Scuola d'Infanzia Vittorino da Feltre. Per l'occasione i nonni, cioè le nostre volontarie, avevano preparato per ogni bimbo (sono 84) un animaletto di panno fatto a mano, un impegno durato alcuni mesi. Nella Strenna trovate due bellissime fotografie dell'evento.

Si potrebbe continuare con le tante attività di routine e i nostri corsi, la misurazione della pressione settimanale e tante altre iniziative, le trovate tutte nel Consuntivo 2014 in questa Strenna.

Che dire ancora...
Fare un bilancio è sempre un po' perdere la pienezza dei vari momenti, la tensione, l'impegno che ogni cosa richiede per essere realizzata; tutto si riduce ad una data vicina ad un'altra in un lungo elenco.
Per chi si è impegnato, per chi ha vissuto ogni momento intensamente restano però i ricordi preziosi di avvenimenti che riempiono il cuore, perché come disse una volta Albert Einstein:
"Solo una vita vissuta per gli altri può dirsi degna di essere vissuta".

Buon 2015 a tutti! Maria Grazia



A SCUOLA DI LUNGA VITA

Una studiosa insegna all'America che invecchia
come trasmettere il sapere ai giovani

Linda Fried la puoi incontrare a Central Park mentre sfreccia sui suoi pattini roller skate da velocista. O in una palestra di aikido, l'arte marziale giapponese che parte da un principio sorprendente: la non violenza è sempre la soluzione migliore, la soluzione consensuale del conflitto vale più d'una vittoria in combattimento.

La specialità della Fried: immaginare un mondo ripensato e riorganizzato per dare un ruolo all'esercito crescente degli "anziani-giovani". Quelli come lei, insomma: la Fried ha 63 anni, la forma fisica e la creatività intellettuale di una quarantenne. E' convinta che le nostre società stanno commettendo un errore folle: scambiare l'aumento della longevità e l'incremento della popolazione anziana per un peso finanziario, sanitario, sociale. "E' una follia – dice – perché vivere più a lungo è un desiderio di tutti. E' assurdo che ciò che viene considerato una fortuna a livello individuale sia vissuto come una sconfitta da parte della collettività. Evidentemente non ci stiamo ponendo le questioni giuste".

La Fried è impegnata in una campagna per trasformare il modo di "pensare l'invecchiamento di massa". Il suo compito di scienziata lei lo interpreta usando un'immagine che fu coniata da Michelangelo: la scultura è l'arte di "rivelare" una figura che è nella pietra. La scienza deve fare lo stesso, sostiene: togliere un pezzo alla volta dal marmo, finché appare quello che cercavamo.

La sua cintura nera di aikido, e la cultura della cooperazione che ne è l'accompagnamento, hanno aiutato il rettore della School of Public Health ad allevare un'intera generazione di ricercatrici e

ricercatori più giovani. E dal suo carattere "cooperativo" la Fried ha tratto l'ispirazione per la sua iniziativa più importante. Si chiama Experience Corps, letteralmente "il corpo d'armata dell'esperienza". E' un programma che forma volontari dai 55 anni in su, perché diventino "istruttori" di bambini, dalla scuola materna alla terza elementare, nei quartieri più poveri. L'impegno iniziale dei volontari è di 15 ore a settimana. L'esperimento è in atto ormai in 19 città americane.

Il principio che ha ispirato la docente è "Nessuna vita deve essere sprecata".Il successo di Esperiencxe Corps è duplice: mentre gli over-55 aiutano i bambini a recuperare il ritardo scolastico, al tempo stesso aiutano se stessi. Si preparano cioè a dare un senso a una nuova fase della propria vita.

Via via che si avvicinano all'età della pensione, si addestrano ad attività che potranno proseguire come volontari anche da pensionati. La Fried applica così il principio della "generatività", termine che include l'idea che una generazione, quando raggiunge la maturità e inizia a intravvedere all'orizzonte l'età anziana, sente sempre più forte il bisogno di trasmettere le proprie esperienze e conoscenze alle generazioni che la seguono. L'èquipe di ricercatori che studiano i volontari dell'Experience Corps hanno riscontrato significativi benefici per la salute e l'equilibrio psico-fisico degli over-55 che si dedicano all'attività di insegnamento.

La Fried ha arruolato molti in questa battaglia, perché vuole farne una vera rivoluzione sociale: ribaltare gli atteggiamenti con cui stiamo affrontando l'allungamento della speranza di vita media. Assieme ad alleate preziose ha lanciato un appello perché le nazioni sviluppate "si dotino delle infrastrutture sociali adeguate per valorizzare i veri talenti e le potenzialità che i neo-anziani in ottima salute possono offrire alla società".

(Inserto D 04/08/2012)



L'ETA'



L'unico momento della nostra vita in cui ci fa piacere che gli anni aumentino è quando siamo bambini.

Se hai meno di 10 anni sei così eccitato dall'idea di crescere che pensi in frazioni:

«*Quanti anni hai?*»

«*6 e mezzo!*» Non avrai mai 36 anni e mezzo.

«*4 e mezzo, vado per i 5*».

Vai per.... Il giorno più bello della tua vita diventi ventunenne. Poi ne hai 30 “passati” Suona come latte scaduto. Poi “ti avvicini” ai 40.

Ti avvicini ma tutto ti sfugge. Poi “arrivi” ai 50.

«*Che fine hanno fatto i miei sogni?*»

“Compi” vent'anni, “passi i 30, ti “avvicini” ai 40, “raggiungi” i 50 e “ce la fai ad arrivare” ai 60. Poi, avendo nel frattempo accumulato velocità, “rasenti” i 70. E dopo? Dopo diventa una storia giorno per giorno. Raggiungi mercoledì. Quando ti trovi ottantenne, raggiungi l'ora di pranzo. Mia nonna, per esempio, non comprava mai banane acerbe. Ma non finisce lì. Dai 90 in poi cominci ad andare a ritroso. «*Avevo soltanto 92 anni.*» Poi succede un fatto strano. Se ce la fai a superare i 100, torni bambino. «*Ho 104 anni e mezzo...*»

Larry Miller



NOI, DONNE DELLA “RUGA”



Sì, sì d'accordo, già lo sappiamo
che più giovani non siamo,
siamo nate un po' prestino
ma questo era destino!

Primavere son passate
tante cose superate,
però il tempo ci ha forgiate,
ci scopriamo migliorate
ben sappiamo coniugare
pace, giustizia e il verbo amare.

Siamo scrigni di esperienza
di valori e dignità.
Siamo contro la violenza
l'arroganza e la volgarità.
Sosteniam tutte le donne
d'ogni ceto, colore, età.



L'universo femminile è stato,
è e sempre sarà
la colonna portante della società.
Qualche ruga qua e là?
Sono la nostra identità!
Qualche acciacco che pure abbiamo?
Noi con tutti conviviamo!

Però, quando siamo in compagnia
torniam giovani, più che pria.
Forse un segreto? Un segreto? Certo c'è,
ma ogni donna lo tiene per sé!
E, anche se gli ...anta son già tanti
forza e coraggio, si va sempre avanti.

Poi con furbizia il tempo inganniamo
così, per la “Spending review”
gli anni … a venire non li contiamo
proprio più.

8 marzo 2014

Vittoria Bernardinello



GITA A CAMISANO VICENTINO – SPECIALITA' PESCE

La gita del 23 marzo a Camisano, provincia di Vicenza, organizzata dal Club “La Ruga” per gustare il pesce è stata un' occasione in più per restare insieme alle persone del nostro gruppo che hanno aderito all'iniziativa.
Ci siamo ritrovati per la partenza con il pullman alle ore 7.00.
Nel programma era stabilito di fermarsi nel corso del viaggio anche al Santuario di Monte Berico dedicato a Maria. Questa infatti è stata la nostra prima tappa.
Trattandosi di una giornata festiva, domenica, abbiamo assistito alla S. Messa. Dopo di che ci siamo soffermati ad ammirare i vari capolavori di pittura, che riempivano le volte della Basilica e a prendere qualche ricordino o storia del Santuario.
Il nostro viaggio poi è ripreso, diretti all'Hotel “Ada” di Camisano che ci avrebbe ospitato. Prima del pranzo, visto che eravamo in anticipo, abbiamo fatto un giro al vicino mercato comprando qualche regalino.
Al momento dell'inizio del pranzo ci siamo accomodati al nostro posto.
Nella grande tavolata, preparata per noi, abbiamo gustato le varie portate a base di ottimo pesce, scambiandoci nel frattempo chiacchiere, risate, con il nostro canto “Facciamo cin-cin”.
Terminato il pranzo, la giornata ormai si stava concludendo e quindi siamo tornati al pullman che ci aspettava.
Durante il viaggio di ritorno, amici più di prima, ci siamo fatti compagnia cantando le canzoni del nostro “libretto dei canti”.
Ringraziamo chi ci ha offerto questa occasione organizzando questa gita.
Arrivederci alla prossima volta.

Rita Morini

S.Martino B.A. 31 Gennaio 2014

Cari amici del Club La Ruga.

La distanza è sempre quella, ma il tempo che ci separa da Voi è aumentato di un altro anno. Il ricordo dei bei giorni passati in vostra compagnia non si affievolisce e purtroppo non c'è speranza di tornare di persona in mezzo a voi. Allora teniamoci in contatto con i mezzi di comunicazione.

Inizio con l'informarvi che siamo in forma e con l'aiuto dei parenti riusciamo a cavarcela molto bene in ogni circostanza.

Inoltre confermo che per combattere la nostalgia di Voi rivedo spesso i molti filmati delle attività, perché mi sembra di tornare in contatto, anche con quelli che non ci sono più.

Questo mi sembra un buon motivo per voler continuare e essere soci del Club La Ruga e Vi ringrazio se siete d'accordo.

Tanti saluti e auguri al Direttivo e a tutti I soci

Vincenzo

S. Martino B.Albergo, 15 Aprile 2014

Carissimi Amici del CLUB LA RUGA

Come per gli altri anniversari, per i 70 anni di matrimonio ho messo insieme alcuni versi come ricordo dell'evento. Ricordo che avevate apprezzato quelli scritti per il 65° anniversario, Vi mando anche quelli attuali che sono come una continuazione sull'argomento.

Colgo l'occasione per fare con Fernanda al Direttivo e a tutti i Soci i più fervidi auguri di una

BUONA PASQUA

Vincenzo

70 ANNI INSIEME



Dopo aver felicemente festeggiato
nozze d'argento, d'oro e anche di diamante,
per noi il momento ora è arrivato
di un anniversario ancora più importante.

70 ANNI DEL NOSTRO MATRIMONIO !
Un evento che vale più di un patrimonio.

NOZZE DI FERRO. Così vengon chiamate,
rispetto a molte altre ci sembran declassate.

Il nome poco importa poichè sicuramente,
sappiamo festeggiarle molto degnamente.

Della nostra vita vorrei qui presentare
solo qualche spunto. Facciamolo bastare.

Genitori, nonni e bisnonni assai contenti
e grazie al cielo ancor autosufficienti.

Tanti anni a Bolzano, ora a S.Martino
in un bel alloggio dotato di giardino.

Lavoro in banca lungo e soddisfacente,
pensione ancor più lunga e molto intraprendente.

Forse dai più giovani siam considerati
quasi come fossili (però ben conservati)

Si sa siam molto anziani, chissà quanto ci resta,
ma di altri anniversari speriamo ancor far festa.

Al Buon Dio che di grazie ci ha colmati
siamo sempre immensamente grati

FERNANDA & VINCENZO



15 Aprile 2014

Anniversari di nozze

25° anno	**nozze d'argento**
45° anno	di rubino **di zaffiro**
50° anno	**nozze d'oro**
55° anno	d'avorio **di smeraldo**
60° anno	**di diamante**
70° anno	di ferro
75° anno	di platino di diamante

A TUTTE LE MAMME

A tutte le mamme
un omaggio ideale voglio fare,
ai fiori di maggio le voglio associare

Se sono le rose, regine dei fiori
regine, le mamme, lo sono dei cuori!
Boccioli di rose piccine,
rose superbe, rose canine,
timide rose nascoste tra i fiori
rose stupende dai mille colori.

Così sono le mamme,
una gran varietà
diverse di aspetto
e questo si sa,
ma ciò che conta di più
è che hanno in comune
le stesse virtù.



Son giovani e belle
son fresche mammine.
Più grandi, più forti
da sempre impegnate
tempo e fatiche
non le hanno fermate.

Mamme e poi nonne
e allora, da tempo han già dato,
han già dato alla vita
e ancora danno, in forma gratuita.

Quanti poeti la mamma han cantato
l'amore di mamma nessuno ha scordato,
e per modesta che sia
la mamma ispira sempre una poesia.

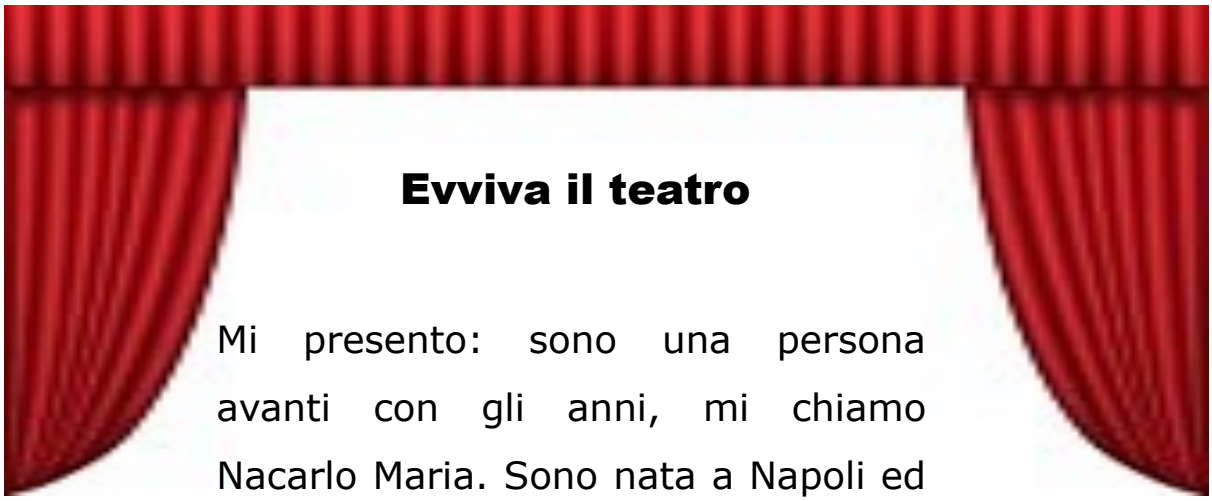
Fu Saffo, poetessa
che la rosa “Regina dei fiori” chiamò,
così similmente a tutte le mamme
quel titolo regale io do.

Ad ogni mamma lontana o vicina
spetta quindi l'omaggio di “Mamma regina”

E l'omaggio ideale risuona così:
“La mamma è una rosa
sbocciata per noi,
abbracciala forte
ogni volta che puoi!”

maggio 2014 *Vittoria Bernardinello*





Evviva il teatro

Mi presento: sono una persona avanti con gli anni, mi chiamo Nacarlo Maria. Sono nata a Napoli ed ho vissuto a Verona.

Ho conosciuto mio marito e ci siamo sposati, ho un figlio qui a Bolzano, dove si è fatto la sua famiglia. Così dopo 44 anni passati nel Veneto mi sono decisa ad avvicinarmi a mio figlio. Venuta a Bolzano ho conosciuto la signora Maria Grazia, che è tanto gentile e mi ha invitata alla Ruga. Sono due anni che frequento il Club e sono contenta di avervi conosciuto. Spero di continuare.

Nella primavera del 2014 ho avuto occasione di fare il Teatro. Io da piccola l'ho sempre fatto a scuola ma di quello che ho fatto non mi ricordo più molto; in questa occasione si è visto, spero, che avevo un po' di esperienza. Ho accettato la proposta che ci ha fatto il Prof. Attilio Biolcati molto volentieri, perché ho avuto la possibilità di fare teatro dopo tanti anni e non pensavo che a 79 anni avrei potuto rifare l'esperienza di quando ero bambina. Mi è piaciuto moltissimo e lo rifarei anche subito.

Grazie a tutti Voi. Con affetto

Maria Nacarlo

L'INCIDENTE

Una giovane donna tornava a casa dal lavoro in automobile. Guidava con molta attenzione perché l'auto che stava usando era nuova fiammante, ritirata il giorno prima dal concessionario e comprata con i risparmi soprattutto del marito che aveva fatto parecchie rinunce per poter acquistare quel modello. Ad un incrocio particolarmente affollato, la donna ebbe un attimo di indecisione e con il parafango andò ad urtare il paraurti di un'altra macchina. La giovane donna scoppiò in lacrime. Come avrebbe potuto spiegare il danno al marito? Il conducente dell'altra auto fu comprensivo, ma spiegò che dovevano scambiarsi il numero della patente e i dati del libretto. La donna cercò i documenti in una grande busta di plastica marrone. Cadde fuori un pezzo di carta. In una decisa calligrafia maschile vi erano queste parole: “ in caso di incidente.... ricorda, tesoro, io amo te, non la macchina!”
Lo dovremmo ricordare tutti, sempre. Le persone contano, non le cose. Quanto facciamo per le cose? Le macchine, le case, l'organizzazione, l'efficienza materiale! Se dedicassimo lo stesso tempo e la stessa attenzione alle persone, il mondo sarebbe diverso.

(Bollettino Parrocchiale Romeno 07/2014)



Ricordi della mia infanzia

Avevo 10 anni.
Ero robusta, capelli biondi e ricci molto lunghi.
Un giorno mi hanno mandato a fare la spesa e la signora di nome Teresa mi ha detto: "Dammi qualche tuo riccio che lo metto sulla testa di Gesù Bambino".
Era il 15 dicembre e le ho detto di sì; mi ha dato in cambio una manciata di dolci.
Da quel giorno sono andata tutti i giorni a controllare se veramente l'aveva fatto.
Di fatti era vero: a quel tempo Gesù Bambino era sopra il tabernacolo con solo una camiciola.
Come hanno fatto a mettere su i miei capelli? Con un po' di farina bianca e acqua.
Lo hanno fatto ed io mi sentivo molto importante.
Non l'ho mai dimenticato!

Noemi



Noemi la conosciete?
Noemi la ricordate?
è quella che andava:
alla Ruga con il carello e il bastone,
a casa non ritornava:
se il sole non tramontava.
era la sola Noemi:
nella parocchia di Oltrisarco
Ora abito in città;
al ritovero di Ave Maria (casa, Serena.
ci sono da 2 anni;
mi trovo bene e sono assistito.
Passo le giornate in compagnia:
a tante persone molto più giovani
Quando parlo tanto, non sento il male
e per questo non sto mai zitta;
Racconto tutto della mia vita,
e tante barzellette.
Sono l'unica Noemi in tutto,
il III piano
Prego insieme a tutti:
e chiedo al Signore di vivere;
a lungo:

ma un giorno in più

Casa di riposo Ave Maria di rosa
Serena

Casi della vita, ne succedono tanti
ed è successo anche a me. Mi trovavo
per lavoro al campeggio Bel vedere sul
lago di Caldonazzo. Lavoro un più di tutto
per rendermi utile. Nel mese di agosto, non
ricordo l'anno ho potuto servire a tavola
un pranzo con ose del Trentino. In
questa occasione ho potuto parlare con
Orietta Berti la cantante e i suoi
amici tutti dottori Trentini, mi hanno
fatto tante domande riguardanti il lago
che conosco in tutti i particolari, perché
vissuto 10 anni al lido con mio padre
dove lo gestiva, avevo 16 anni e si sono molto
compiaciuti nel sapere tutti quei particolari

Noemi

FESTA DELL'ANZIANO

Mercoledì 1. ottobre abbiamo festeggiato nella sede del Club La Ruga la Giornata Internazionale dell'Anziano.
Il lavoro per l'allestimento di quanto necessario è cominciato già al mattino con un gruppo di volontarie che hanno preparato tartine, salatini e dolci per il rinfresco del pomeriggio.

Nel pomeriggio abbiamo come da programma cantato con grande allegria e partecipazione molti canti popolari da "Romagna mia" a "Reginella campagnola" con l'accompagnamento della fisarmonica del nostro musicista Paolo Parmeggiani.Paolo, maestro di violino, ci ha anche deliziati con alcune melodie suonate con il suo violino.

Dopo la pausa rinfresco abbiamo potuto gustare il film "Zita e le altre" che racconta la storia di Oltrisarco narrata dalle donne del quartiere.

Erano presenti un totale di 60 persone e abbiamo avuto la piacevole visita dell'Assessore Mauro Randi e di due membri della Consulta Anziani.



Nonni e bambini uniti alla “Vittorino da Feltre”

Canti, musica e regali in occasione della festa annuale dedicata ai nonni



Ai primi di ottobre presso la scuola dell’infanzia “Vittorino da Feltre” si è svolta, in collaborazione con il Club La Ruga, una simpatica festa dedicata ai nonni. Nel giardino della scuola i bambini hanno dedicato a tutti i nonni presenti alcuni canti. Al termine c’è stato un piccolo rinfresco nel corso del quale è stato distribuito a ciascun bambino un animaletto in panno lenci confezionato a mano dai volontari del club.

Il pomeriggio è stato allietato dalla fisarmonica di nonno Giorgio Brazzo.

Le iniziative di questo tipo sono molto importanti dal punto di vista educativo e sociale per trasmettere ai bambini valori quali il rispetto e l’affetto per i nonni, che rappresentano sempre più un riferimento significativo nel loro percorso di vita e una risorsa per le famiglie.

La coordinatrice Morena Antoniello e il personale educativo



La presidentessa del club la Ruga

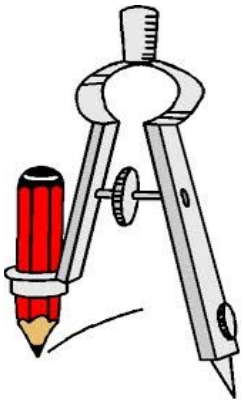
Mariagrazia Zanetti

(“Taxi” dicembre 2014)

Se ne vedono di tutti i colori

Ho visto gondole cambiare
canale con il telecomando.

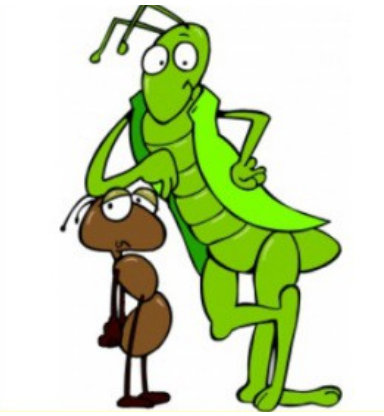




Ho visto firmare assegni
circolari con un compasso.

Ho visto un atleta mangiare
2 primi 3 secondi e 4 decimi.





Ho visto una cicala ereditare
una fortuna da una formica
morta di stress.

Ho visto dei cannibali leccarsi le dita e dire: “Era un persona veramente squisita”.





Ho visto un libro con l'indice fratturato.

Ho visto pescatori morire di fame perché non sapevano che pesci pigliare.





Ho visto cannibali starnutire e dire: “Era una ragazza tutto pepe”.

Ho visto canguri aver le tasche piene dei loro figli.





Ho visto 22 giocatori di calcio dare botte ad un pallone gonfiato.



….ho visto tutto questo ma ancora adesso non riesco a capire una cosa molto importante: “Ma una rosa senza spine....va a batteria?”

(Pensieri trovati dalla nostra socia Ilda Berlanda)

Signore, tu lo sai....

chi mi sta accanto
a volte è severo
o ingiusto
nei miei confronti.
Rendimi capace di
guardare la sua
bontà, il suo valore
più che i suoi difetti.

Signore, tu lo sai,
mi impegno nel fare il bene,
per compiere gesti di carità;
ma sovente mi insuperbisco
credendomi migliore di altri.
Togli dal mio occhio
il misurarmi sugli altri
e insegnami a misurarmi
su di Te, sulla tua Parola.

Signore, tu lo sai,
a volte non sono contento
di chi sono,
non sono soddisfatto di ciò
che la vita mi riserva,
così mi arrabbio con Te

(Bollettino Missionario 4/12)

Sono Giovanna,

vorrei dire due o tre cose sul Club La Ruga. Sono qui da un po' di tempo e sono rimasta entusiasta delle persone e del Direttivo: sono semplici, lavorano tanto con naturalezza e tanto amore.
Questo è merito della nostra Direttrice che fa del suo meglio, organizza feste e musica con il nostro musicista il signor Parmeggiani. Quando viene porta tanta allegria e con il suo violino ci fa sognare. Il nostro "Paolo" è semplice e noi gli vogliamo bene come a un figlio.
Poi c'è Luisa che per noi anziani soli ha sempre una parola buona per tutti, le vogliamo tanto bene.
Ringrazio il Club La Ruga per avermi dato l'occasione per esprimere il mio pensiero.
Grazie!

Giovanna Bertoncello



Evviva il Club La Ruga

Evviva il Club La Ruga, la mia seconda casa.

Mai dire sono sola quando c'è un posto molto accogliente e comodo per parlare ed ascoltare in buona compagnia.

Ringrazio tutti con sincerità, sperando di stare a lungo con tutti Voi.

Auguro Buon Natale e un felice anno nuovo a tutti.

Sonia Dorigatti

Riflessioni e idee.....

Anche il 2014 sta finendo! Il S. Natale si avvicina e con lui tutte le sue felici feste.

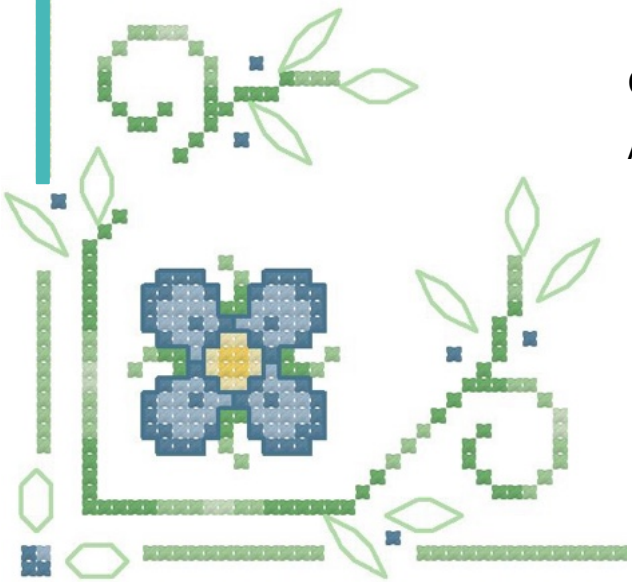
Sono tre anni che sono alla Ruga e sono contenta e felice.

Per tutte noi il Club la Ruga è un punto per ritrovarsi ogni giorno insieme per giocare e imparare anche molte cose nuove, sempre in compagnia. Lo stare insieme così ci aiuta a sentirci meno sole.

Nel 2015 compirò 80 anni: un bel traguardo e mi auguro di arrivarci in buona salute così potrò festeggiare insieme ai miei figli e nipoti in allegria e con tutte le amiche e socie del Club la Ruga, con tutto il direttivo, sempre così ben affiatato con la presidente Maria Grazia, che è super!

Sarebbe bello penso per tutte noi, se si potesse avere un pomeriggio ogni tanto con musica e **ballo.**

Ballare alla nostra età è salute! Questa è soltanto una mia idea.



Con affetto.

Auguri!

Rosa Maria

RELAZIONE SULL'ATTIVITA' AI CAMPI BOCCE
AL PARCO MIGNONE DI OLTRISARCO

Terza stagione di gestione dei campi bocce al Parco Mignone da parte del CLUB LA RUGA

STAGIONE LUGLIO – OTTOBRE 2014

Inizio dell'utilizzo dei campi con orario settimanale: 04/07/2014
Termine del servizio all'intera struttura comprensiva di area verde, ristoro 18/10/2014
Termine della stagione di utilizzo dei campi: 18.10.2014
Orario settimanale: Dal lunedì al sabato :
mattino - manutenzione se necessaria
dalle ore15.00 alle ore 18.00 apertura dei campi.

BILANCIO CONCLUSIVO sulle frequenze:(vedasi il grafico)

1. Se consideriamo il numero di presenze totale (**2.112**) di chi ha frequentato il Parco Mignone nell'area verde adiacente i campi e gestita dal Club La Ruga ci dobbiamo dichiarare soddisfatti, abbiamo avuto un incremento di frequentanti nonostante la stagione piovosa e con un numero inferiore di giorni di apertura rispetto al 2013 di ben 11 giorni
2. Per quanto riguarda l'utilizzo dei campi bocce il totale è stato di **711**, anche questo dato riporta un aumento rispetto alla passata stagione.
3. Volendo fare un confronto tra il 2012 e il 2013 e il 2014 possiamo evidenziare quanto segue:

Stagione 2012 dal 25.06 al 20.09

Totale giorni a disposizione: **62**
Totale frequentanti la struttura **1.072**
Totale giocatori di bocce **128**
Media presenze quotidiana: **17**

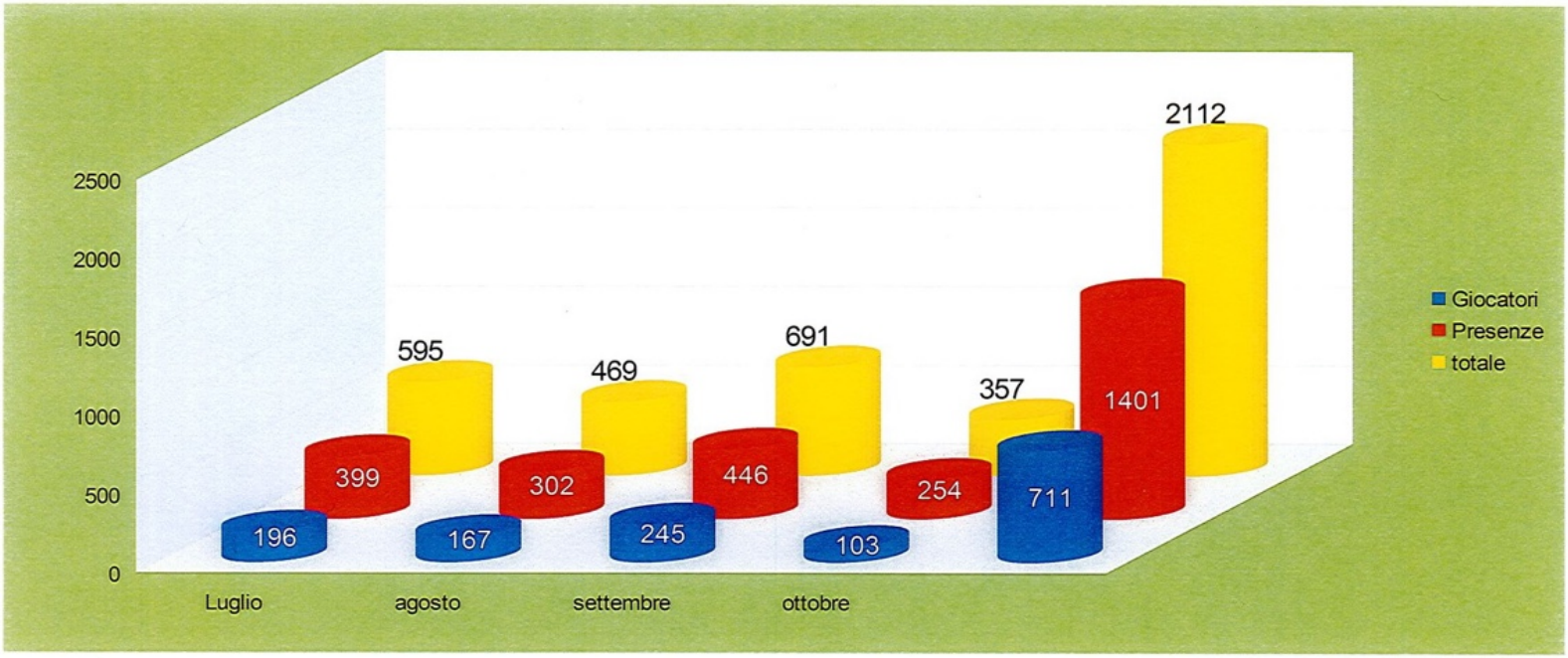
Stagione 2013 dal 10.07 al 28.09 (fino al 17.10 solo per i campi bocce)

Totale giorni a disposizione: **79**
Totale frequentanti la struttura: **1.807**
Totale giocatori di bocce: **647**
Media presenze quotidiana**: 23**

Stagione 2014 dal 04.07 al 18.10

Totale giorni a disposizione: **68**
Totale frequentanti la struttura: **2.112**
Totale giocatori di bocce: **711**
Media presenze quotidiana: **31**

Presenze e Giocatori al Campo Bocce Mignone - Estate 2014



Mesi	Giocatori	Presenze	totale
Luglio	196	399	595
agosto	167	302	469
settembre	245	446	691
ottobre	103	254	357
	711	**1401**	**2112**

Confronto con le stagioni precedenti

Anno	Giorni	Presenze	Giocatori	Media
2012	62	1072	128	**17**
2013	79	1807	647	**23**
2014	68	2112	711	**31**

Preghiera del mattino

Ascolta Signore questa
preghiera che ti rivolgo
al risveglio mentre spalanco
le finestre e mi preparo un caffè.

Tu non guardi alla forma,
Signore, tu guardi, ascolti,
e capisci questo martellare
di pensieri e questo
mio cuore in affanno.

Tu conosci le realtà della vita.
Tu stesso hai provato e sofferto
la durezza di tanti rapporti e
l'impotenza a cambiare le cose.

So bene che desti gli arroganti
i disonesti, i furbi
e le persone
che cercano l'interesse o
il potere in barba alla giustizia.

Avrei voglia di calpestare
i potenti. Ma ancor più forte
della rabbia è la tentazione
di essere come loro,
di contrapporre violenza
a violenza.

Non devo, Signore, non voglio,
non posso tradire
il mio impegno e il cammino
di fedeltà alla parola
del Vangelo.

Dammi calma e padronanza
di spirito per contrastare
l'arroganza sfrenata
dei prepotenti e dei politicanti
che calpestano la dignità
delle persone.

Benedici, Signore,
le persone che incontrerò
in questo nuovo giorno
che si apre; benedici anche me,
e mantienimi
in comunione con te.

(Bollettino Missionario 2014)

Gita a Chiampo e Motta di Costabissara (VI)

Domenica 14 dicembre alle 7 puntuali siamo partiti in 25. Dovevamo essere di più ma l'influenza ha lasciato a casa diversi.
Siamo arrivati a Chiampo verso le 10, in tempo per partecipare alla S. Messa.



A Chiampo c'è il “Santuario Madonna di Lourdes” del Beato Claudio Granzotto, che ha fatto edificare in cemento e ferro nel 1935 la copia fedele della grotta dei Pirenei in Francia.
La chiesa, di stile romanico, è la prima che si incontra entrando nell'area del Santuario e all'interno si trova un altare barocco sovrastato da un'immagine della Madonna con il Bambino.
Usciti dalla Chiesa a sinistra c'è un bellissimo viale alberato di ippocastani e cipressi, leggermente in salita. Sullo sfondo si vede la riproduzione dell'Incoronata, in tutto simile a quella di Lourdes.

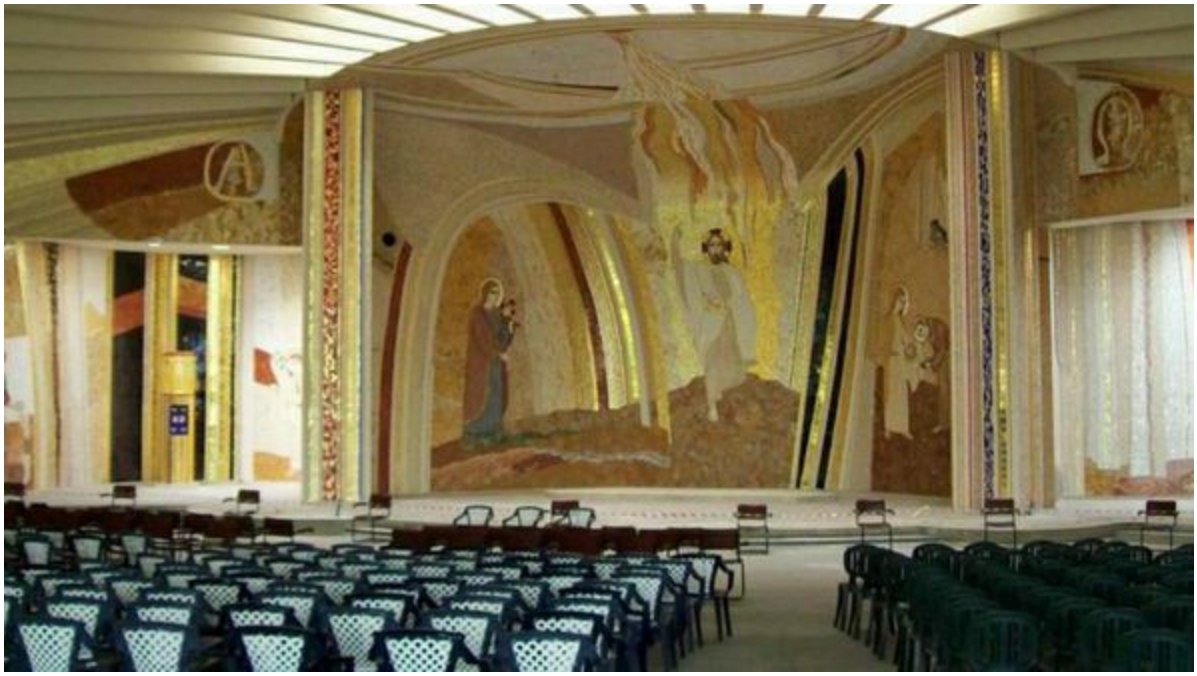


Sulla destra del viale che porta alla Grotta, alla fine degli anni '80 è stata realizzata una Via Crucis con gruppi statuari di bronzo in altezza naturale opera di diversi scultori, inserita in un parco botanico, che anche se la giornata era uggiosa, era incantevole.
Nel 2001, visto il costante aumento dei pellegrini è iniziata la costruzione di una nuova ampia chiesa dedicata al Beato Claudio. Non è ancora ultimata ma si celebrano già le S. Messe e si possono ammirare dei bellissimi mosaici, davvero spettacolari.
Oltre al ben fornito negozio di oggetti religiosi relativi al Santuario, usciti dalla chiesa nuova, sulla sinistra si inerpica un largo sentiero erboso. Alla fine del breve tragitto in salita si trova una spianata dove sulla destra c'è un'opera scultorea in legno di grandi dimensioni. E' un crocifisso coricato, riparato da una grande tettoia.
Un cartello a fianco dell'opera specifica quanto segue:

> IL CRISTO lunghezza mt.12,66 , costruito con 9 olmi
> La CROCE lunghezza MT. 23,00 , costruita con 3 frassini
> CORICATO esprime la vicinanza
> La GRANDEZZA esprime la riconoscenza dell'autore, Amedeo Balzan di Crespino (RO), per quanto ha avuto nella vita.

Ripreso il pullman, alle 13.00 eravamo in quel di Motta di Costabissara al Ristorante “Il Calesse” dove abbiamo mangiato del buon pesce, in buona compagnia.
Alle 16.30 abbiamo ripreso il pullman per il ritorno, che abbiamo fatto cantando per tutto il viaggio, cosa per cui ho perso la voce.

Daniela Riolfatti



Sono ancora Giovanna.

Volevo dire ancora due cose.

Per noi anziani stare in compagnia è meglio di una medicina perchè alla Ruga si canta, si gioca a carte, “se magna”, c'è tanta allegria, merito della Direttrice Zanetti.

Gioco volentieri a carte con Teresa e con Antonietta anche se qualche volta....., ma ha un cuore grande. Noi le vogliamo bene specialmente quando porta le torte che sono molto buone.

Teresa è molto socievole ed ha un bel “sorriso Durbans”..

Poi c'è Odilia, la più anziana ma tanto allegra. Con le sue battutine ci fa divertire un sacco.

Un doveroso pensierino va al nostro don Paolo, mancato da poco.

Noi eravamo molto affezionati a lui. Era un parroco molto semplice. Quando veniva al Club La Ruga noi lo ascoltavamo con molta attenzione. Don Paolo rimarrà sempre nel nostro cuore. Riposa in pace.

Bertoncello Giovanna





25 dicembre 1955 di Giovanni Papini

Anche se Cristo nascesse
mille e diecimila volte
a Betlemme,
a nulla ti gioverà
se non nasce almeno un volta
nel tuo cuore.
Ma come potrà accadere
questa nascita interiore?
Eppure questo miracolo nuovo
non è impossibile
purché sia desiderato e aspettato.

Il giorno nel quale non sentirai
una punta di amarezza
e di gelosia dinanzi alla gioia
del nemico o dell'amico,
rallegrati perché è segno
che quella nascita è prossima.
Il giorno nel quale non sentirai
una segreta onda di piacere
dinanzi alla sventura e alla caduta altrui,
consolati perché la nascita è vicina.
Il giorno nel quale sentirai il bisogno
di portare un po' di letizia a chi è triste
e l'impulso di alleggerire il dolore o la miseria
anche di una sola creatura,
sii lieto perché l'arrivo di Dio è imminente.

E se un giorno sarai percosso
e perseguitato dalla sventura
e perderai salute e forza, figli e amici
e dovrai sopportare l'ottusità,
la malignità e la gelidità
dei vicini e dei lontani,
ma nonostante tutto non ti abbandonerai
a lamenti né a bestemmie
e accetterai con animo sereno il tuo destino,
esulta e trionfa perché il portento
che pareva impossibile è avvenuto
e il Salvatore è già nato nel tuo cuore.

Non sei più solo, non sarai più solo.
Il buio della notte fiammeggerà
come se mille stelle chiomate
giungessero da ogni punto del cielo
a festeggiare l'incontro
della tua breve giornata umana
con la divina eternità.
“Sentire che il nostro amore è ricevuto,
essere a nostra volta oggetto di amore,
dà molta soddisfazione,
è una causa potente di felicità”

DOMENICA 14 DICEMBRE 2014
VISITA AL SANTUARIO DI CHIAMPO –
PRANZO AL RISTORANTE "IL CALESSE DE PIERO"

Domenica 14 dicembre 2014, a seguito di numerose richieste da parte dei soci del "Club La Ruga" sito in via del Garda, 3 a Bolzano, è stata organizzata, dal direttivo, la gita in provincia di Vicenza per visitare il Santuario di Chiampo ma, soprattutto, per pranzare presso il ristorante "Il calesse de Piero", locale tipico per le sue portate a base di pesce.
Appuntamento alle ore 7.00 davanti alla fermata dell'Autobus adiacente alla Chiesa del SS. Rosario di via Claudia Augusta, dove, 25 partecipanti sono saliti sul pullman in direzione Vicenza già impazienti di fermarsi all'Autogrill di Affi per bere un buon caffè e mangiarsi un bel panino.
Dopo un paio di ore di viaggio è stata raggiunta la prima destinazione, il paese di Chiampo, dove si è potuto visitare la grotta famosa per l'apparizione della Madonna (chiamata anche piccola Lourdes). Terminata la visita, i soci sono stati invitati ad assistere alla Santa Messa ricca di preghiere e di offerte per accendere i sacri ceri.



Risalita sul pullman, l'allegra brigata si è diretta in direzione Costabissara, ove, alle 13.00 circa, ha potuto pranzare presso il ristorante "Il calesse de Piero". Il menù presentato ha soddisfatto ogni tipo di palato; dai succulenti antipasti, alla grigliata di pesce tipica del luogo, dal sorbetto ,detto lo "sgroppino", al dolce della casa, non facendo mancare neanche il vino e il caffè corretto.
Ringraziati e salutati i proprietari del locale per il gradito ed abbondante pasto, si è partiti alla volta di Bolzano intorno alle 17.00 con arrivo, al punto di ritrovo mattutino, alle ore 19.00. Viaggio di ritorno sicuramente caratterizzato dalla gioia per la giornata appena trascorsa, con la promessa e volontà di ripetere l'avventura.
Concludendo, posso affermare, senza ombra di dubbio, che è stata una bellissima gita, svoltasi nei modi e tempi stabiliti. Auspico, per la prossima uscita, una maggiore partecipazione da parte dei soci, considerato il successo di quest'ultima.
Ringraziando tutti i partecipanti, colgo l'occasione per dare un caloroso abbraccio, da parte di tutta la comitiva, alla nostra Presidente Maria Grazia.

Renato Redi



E allora diciamolo!

Molte persone frequentano il club “La Ruga”. Tutti i pomeriggi, festivi compresi, la porta è aperta, l'entrata è libera, l'uscita pure.

I locali sono luminosi, puliti, arredati con gusto e cura, alle pareti bellissimi quadri, libri, quotidiani, riviste, schermo per proiezioni, servizio bar, cucina attrezzata e altro ancora.

Puntuale, ogni mese, l'elenco delle attività previste. Attività che si prefiggono intrattenimento, socializzazione, divulgazione, cultura.

Il club “La Ruga” funziona, funziona bene anche grazie a.....

Sorvolo sulla indubbia capacità e competenza della Presidentessa per soffermarmi invece sui soci. In particolare su quel gruppo di soci che, nell'ambito del club, fa anche volontariato.

C'è chi lavora al computer, chi tiene in ordine i conti, chi, in occasione dei frequenti rinfreschi, porta le torte, allestisce i tavoli, prepara i vassoi con i dolcetti, serve da bere passando tra i tavoli con attenzione e gentilezza.

Chi cura il gioco delle bocce, chi rinnova le tovaglie, chi periodicamente confeziona piccoli omaggi con pochi mezzi e molta fantasia e pazienza.

Chi cucina per i pranzi mensili, serve e poi riordina il tutto.

Chi, in occasione del “Vaso della Fortuna” prima durante e dopo fa . . . . tutto quello che c'è da fare.

Chi ogni settimana offre il prezioso servizio di misurazione della pressione.

Chi . . . . . etc. etc.

Anche grazie al volontariato di questi soci si concretizza una gestione armoniosa, moderna, ben articolata.

E allora diciamolo un bel grazie a questi soci!

Un grazie riconoscente, sincero non di circostanza, espresso non sottointeso, puntuale non tardivo.

E i soci volontari che non si sentono nominati, si considerino dentro a questo grazie, perché è un grazie dal raggio ampio.

Si, diciamo grazie ai volontari mimetizzati fra tutti ma che all'occorrenza si manifestano puntuali.

Si, un grazie doveroso a questi soci (di evangelica memoria) uomini e donne di buona volontà.

E se possibile diciamo grazie con un sorriso.

Ed è possibile sempre.

Vittoria Bernardinello

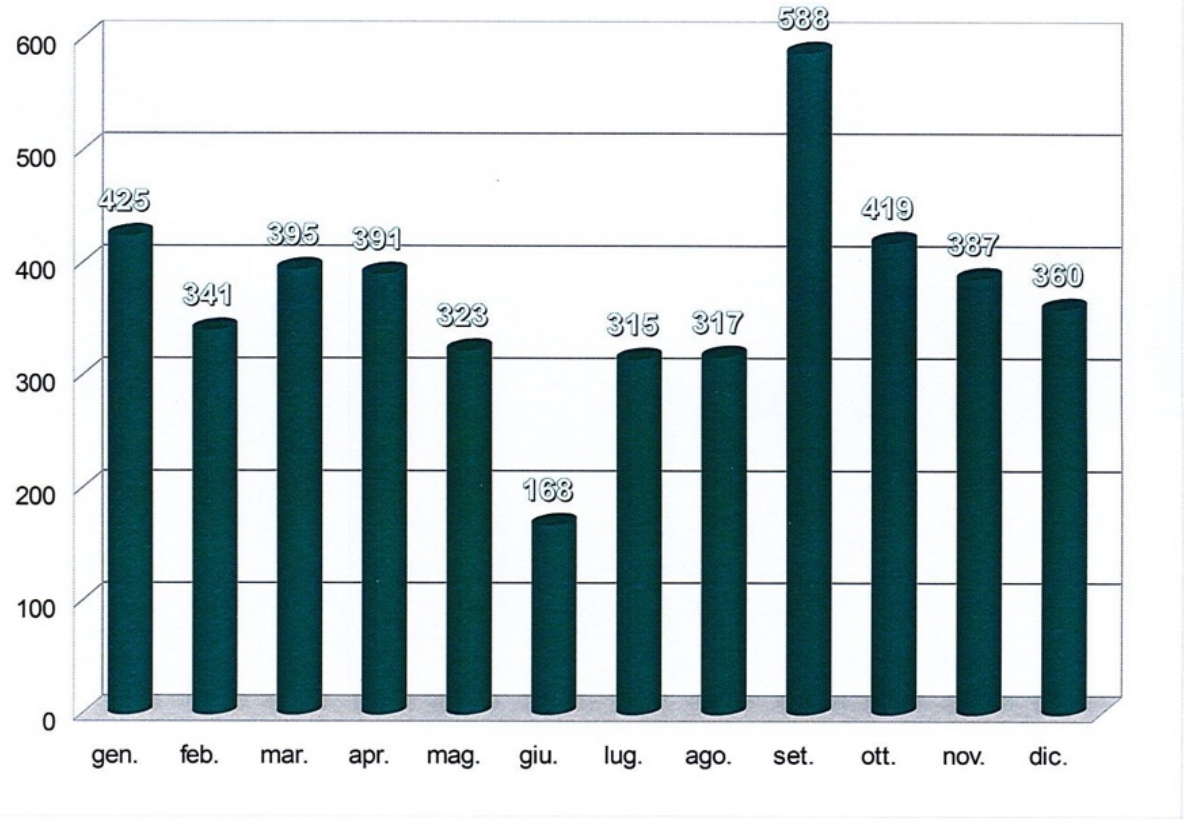


Riepilogo annuo ore Volontari 2014

Soci	gen-14	feb-14	mar-14	apr-14	mag-14	giu-14	lug-14	ago-14	set-14	ott-14	nov-14	dic-14	Totali
Adeel Ali Arshad	10	0	0	0	5	0	0	0	0	17	0	0	32
Adriana Pangrazzi	0	0	9	5	5	0	0	0	0	0	3	5	27
Angela Gallo	0	0	0	0	0	0	0	0	8	0	3	0	11
Anna Lenzi	9	4	4	4	4	4	0	0	4	4	4	0	41
Anna Penner	6	14	17	11	13	6	38	19	31	21	8	5	189
Antonietta Carfagnini	1	3	10	0	3	0	0	0	12	12	5	0	46
Bice Busolli	0	0	5	0	0	0	0	0	2	3	3	0	13
Bruna Redi	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2	13	2	17
Carlo Mantoan	15	17	14	15	12	10	15	5	23	9	23	14	172
Daniela Riolfatti	60	41	30	82	11	1	0	14	45	34	47	23	388
Daniele Gobbetti	0	0	5	5	5	0	7	20	22	0	2	0	66
Elio Frisanco	0	4	0	1	0	0	0	0	0	0	0	2	7
Franca Olivieri	0	0	3	0	0	0	0	0	0	0	3	0	6
Gennaro Napoletano	0	0	0	0	0	2	16	10	10	0	6	0	44
Gemma Moscon	0	0	7	12	7	0	0	0	0	0	0	5	31
Giorgino Raguzzoni	0	0	0	0	0	2	2	1	5	0	0	0	10
Giovanna Brisighella	0	0	14	22	7	0	8	10	22	0	3	3	89
Giuliana Olivotto	6	8	8	10	8	0	0	0	2	8	8	2	60
Giuliano Gobbetti	0	0	0	0	0	0	4	2	7	0	0	8	21
Guido Brisighella	0	0	7	0	5	0	0	0	0	0	9	2	23
Longo Quirino	0	0	0	0	0	2	2	5	11	10	3	0	33
Luciana De Simone	8	3	14	14	4	12	0	0	0	0	12	13	80
Luisa Morini	77	71	72	57	47	51	64	61	66	62	59	58	745
M.Grazia Zanetti	128	123	92	64	88	45	85	85	86	112	89	118	1.115
Magda Mazurek	0	0	0	0	0	0	0	6	15	0	0	0	21
Marcella Stanchi	13	9	20	8	15	12	7	16	16	26	21	8	171
Margherita Conte	10	0	13	30	7	0	0	9	20	0	0	13	102
Maria Da Col	15	5	3	19	11	0	2	9	10	17	7	7	105
Maria Nacarlo	0	0	13	16	7	0	0	0	0	0	0	0	36
Marino Santuari	0	0	0	0	0	0	3	0	4	0	0	3	10
MariucciaGasperina	0	0	0	0	0	0	0	0	6	0	0	0	6
Renato Redi	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	12	14
Rita Crepaz	6	8	6	10	8	0	0	0	2	8	8	10	66
Roberta Dal Mas	0	0	0	0	1	0	7	19	17	0	0	0	44
Sara Bazzanella	26	3	0	0	19	12	28	2	53	27	9	8	187
Silvana Giuliani	10	17	22	6	9	1	5	6	15	12	25	18	146
Teresa Vittoria	0	2	3	0	0	0	0	0	0	0	0	2	7
Tina Primon	25	9	4	0	22	6	8	8	57	34	13	19	205
Vincenza Di Gennaro	0	0	0	0	0	2	14	5	5	0	0	0	26
Wanda Galante	0	0	0	0	0	0	0	5	12	0	0	0	17
Totali	425	341	395	391	323	168	315	317	588	419	387	360	4.429

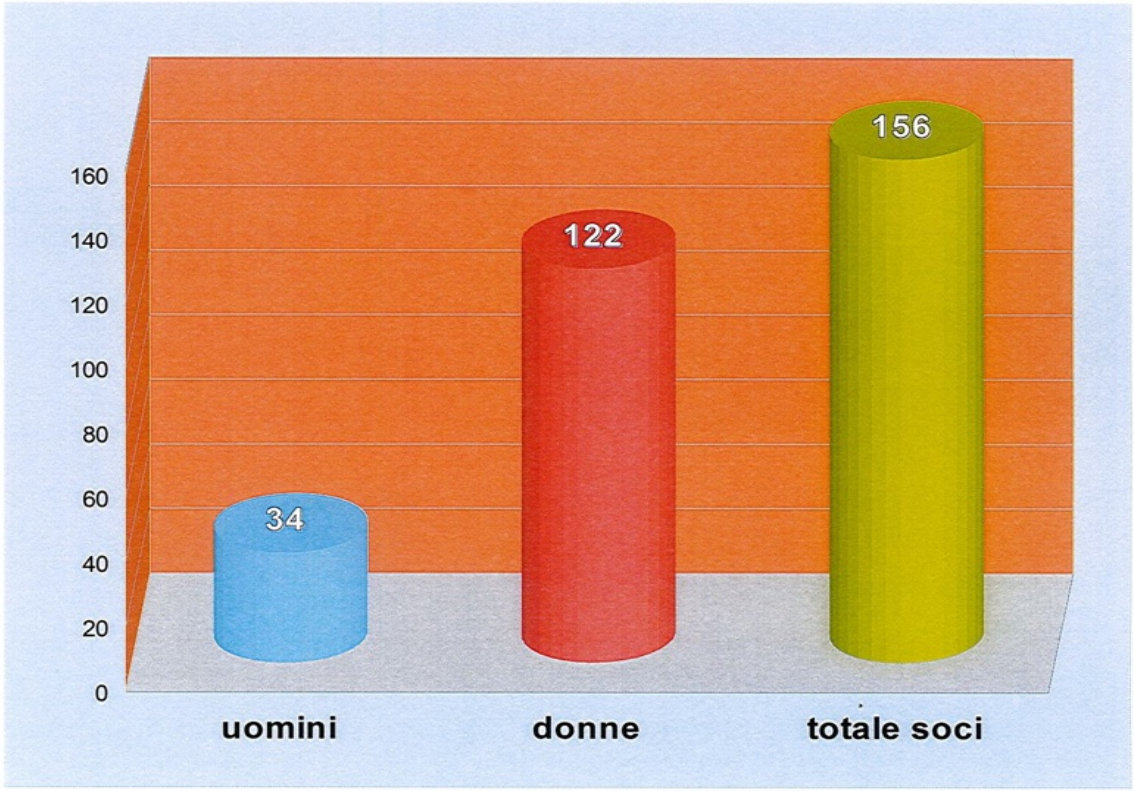
Ore totali dei Soci Volontari nel 2014

Mesi	Ore Totali
gen.	**425**
feb.	**341**
mar.	**395**
apr.	**391**
mag.	**323**
giu.	**168**
lug.	**315**
ago.	**317**
set.	**588**
ott.	**419**
nov.	**387**
dic.	**360**
Totale	4.429



Soci del Club La Ruga nel 2014

uomini	34
donne	122
totale soci	156



Età dei Soci – Anno 2014

età	Uomini	donne	Tot. soci
Fino a 60	6	23	**29**
Da 61 a 69	11	25	**36**
Da 70 a 79	9	26	**35**
Da 80 a 85	3	29	**32**
Oltre 86	5	19	**24**
Totale	**34**	**122**	**156**

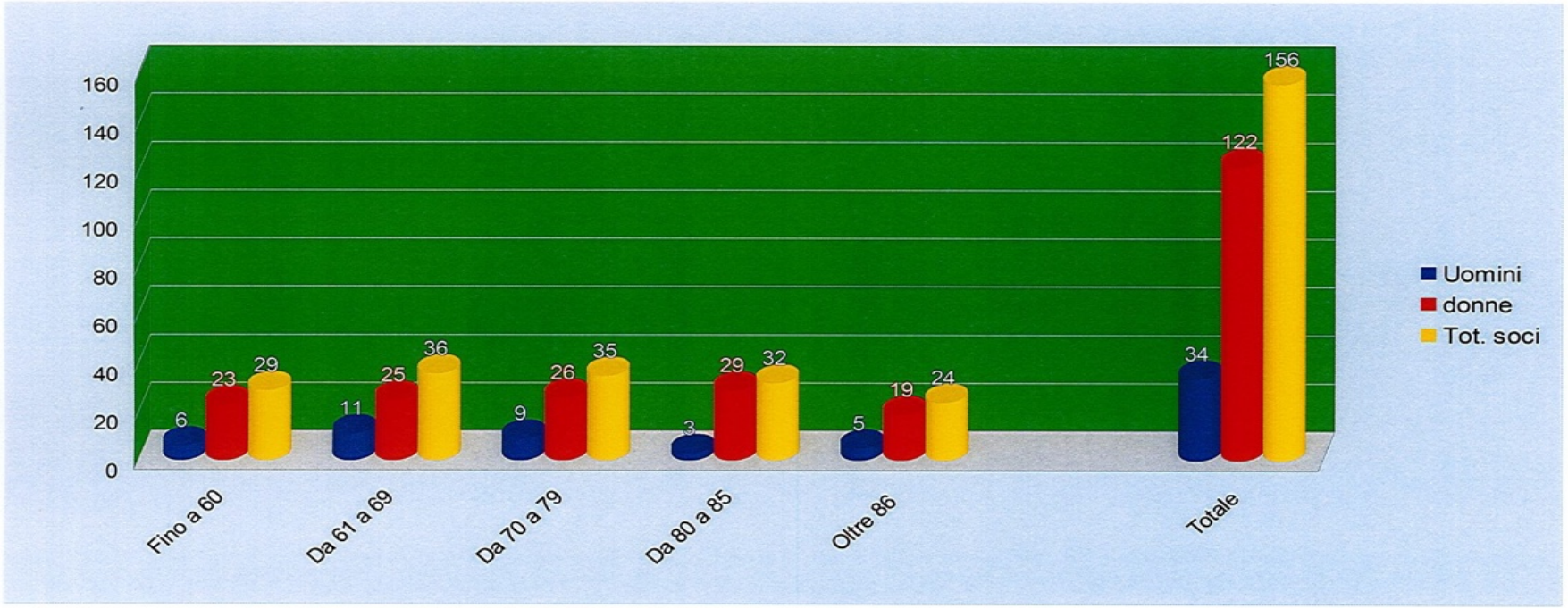
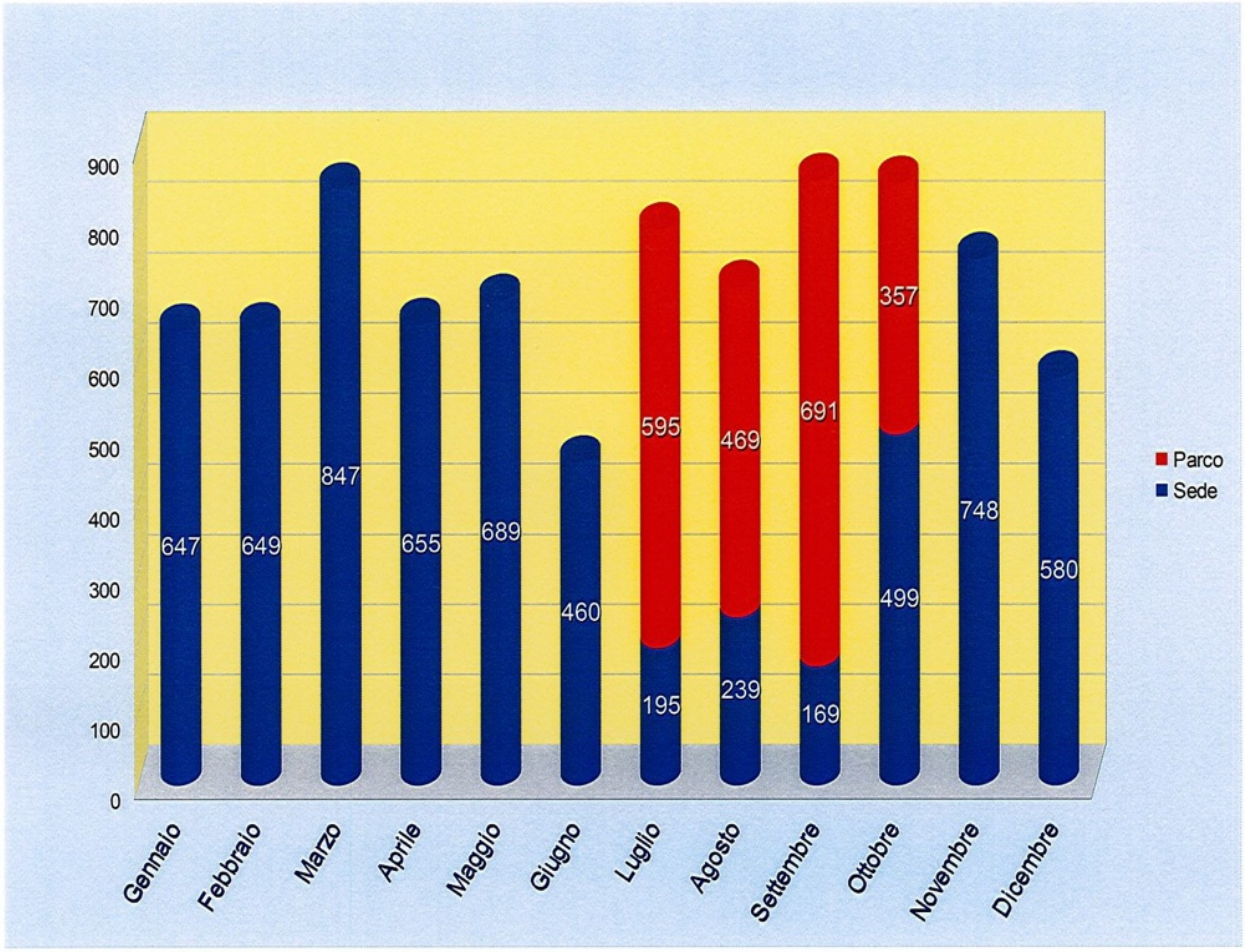


Grafico della partecipazione dei Soci nel corso dell'anno 2014

	Totale	Sede	Parco
Gennaio	**647**	**647**	
Febbraio	**649**	**649**	
Marzo	**847**	**847**	
Aprile	**655**	**655**	
Maggio	**689**	**689**	
Giugno	**460**	**460**	
Luglio	**790**	**195**	**595**
Agosto	**708**	**239**	**469**
Settembre	**860**	**169**	**691**
Ottobre	**856**	**499**	**357**
Novembre	**748**	**748**	
Dicembre	**580**	**580**	
	8.489	**6.377**	**2.112**

	8.489	12
MEDIA	707	

Dato 2013	*7.475*

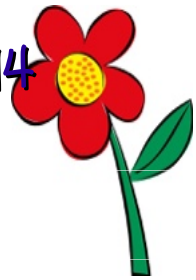


Presenze mensili dei Soci nel 2014

Date	Gennaio	Febbraio	Marzo	Aprile	Maggio	Giugno	Luglio	Luglio	Agosto	Agosto	Settembre	Settembre	Ottobre	Ottobre	Novembre	Dicembre	Totali
1	capodanno	12	51	32	21	0	18			35	16		59		12	20	
2	11	13	15	26	21	10	18		11			30	F. Nonni	30	16	30	
3	15	17	19	22	21	10	16		12			22	15	29	20	24	
4	15	15	33	27	12	10		20		38		26		35	30	16	
5	12	19	21	19	26	11		28	10			31	15		20	21	
6	33	17	35	14	25	15	12		14			38		39	26	23	
7	28	26	24	20	20	12		25		26	10			29	57	18	
8	25	16	62	22	19	12	12			28		35	19		52	21	
9	22	19	16	26	19	11	22		12			29		26	19	28	
10	41	29	22	26	65	13		30	chiuso	chiuso		33		38	18	17	
11	17	26	29	28	12	10		33		31	22			12	30	23	
12	14	24	35	18	19	15		48		39		33	15		27	14	
13	37	11	37	21	24	16	15		12			34	13		26	18	
14	12	15	20	35	19	17		28	20		F.Solid.		30	22	23	17	
15	20	20	18	24	21	14		37	12	Ferragosto		31	28	19	22	24	
16	19	19	16	24	22	19		30	16			29		23	14	25	
17	20	23	24	25	30	19		38	15		21			33	17	20	
18	17	23	33	16	23	21		38		38		34		22	35	47	
19	10	34	21	13	19	18		30	20			41	16		19	15	
20	28	35	30	pasqua	19	20	12		20		Vaso Fort.		22		27	20	
21	22	26	33	15	20	12	13	28		38	14	26	33		19	18	
22	29	52	24	30	20	12		29		23		35	16		26	41	
23	13	11	15	22	26	22		26	19			29	24		13	20	
24	21	17	24	25	31	22		28	15		8	21	17		20	13	
25	50	23	19	16	29	21		30		21		29	45		33	Natale	
26	19	28	30	30	19	22	15			34		40	22		20	15	
27	22	52	28	15	24	20	14			31	45		16		19	17	
28	20	27	23	21	16	16		38		38	15		39		20	15	
29	24		45	30	17	24	14			49	3	29	19		55		
30	6		20	13	17	16	14		16		15	36	16		13		
31	25		25		13			31	15				20				
	647	649	847	655	689	460	195	595	239	469	169	691	499	357	748	580	8.489
								790		708		860		856			
							parco:	595		469		691		357			2.112

Consuntivo Attività
ANNO 2014

GENNAIO 2014



Lunedì 6 ore 15.00	Festa della Befana
Venerdì 10 ore 15.30	Torneo di carte
Lunedì 13 ore 15.30	“Si canta e si ascolta buona musica” con P. Parmeggiani ed i suoi strumenti
Martedì 21 ore 16.00	“L'Adige nella storia” incontro con la storica dell'arte dott.ssa M.Maraner
Mercoledì 22 ore 15.30	“I mercoledì della salute” con la Dott.ssa Vera Merzario su “Alimentazione armoniosa – errori e disturbi”
Sabato 25 ore 12.30 ore 15.30	 Pranzo in sede Incontro mensile
Lunedì 27 ore 15.30	“Il leggistorie” - Lettura ad alta voce
Martedì 28 ore 15.30	“I mercoledì della salute” con il Dr. Rigotti su “Prevenire e curare i disturbi della colonna cervicale”
Venerdì 31 ore 15.30	Tombola

FEBBRAIO 2014



Lunedì 3 ore 15.30	Cineforum – 1. proiezione
Mercoledì 5 ore 15.30	“I mercoledì della salute” con la Dott.ssa P. Gilmozzi su “Ipovisione: i disturbi all'occhio e alla vista. Le cause e la cura.”
Lunedì 10 ore 15.30	“Si canta e si ascolta buona musica” con P. Parmeggiani ed i suoi strumenti

Mercoledì 12 ore 15.30	“I mercoledì della salute” incontro con un Anna Bernardo su: “La violenza nell'antichità”.
Lunedì 17 ore 15.30	Cineforum – 2. proiezione
Mercoledì 19 ore 15.30	“I mercoledì della salute” con il Dr. Alberto Apuzzo su: “Farmaci ed effetti collaterali.”
Sabato 22 ore 15.30	“Crostolata” festa di Carnevale con P. Parmeggiani: Musica, canti, giochi e rinfresco.
Lunedì 24 ore 15.30	Il leggistorie” - Lettura ad alta voce
Mercoledì 26 ore 15.30	“I mercoledì della salute” incontro con la dott.ssa S. De Vita sul tema: “Io e gli altri, autostima e vita di relazione
Giovedì 27 ore 15.30	Giovedì Grasso – Tombola e allegria

MARZO 2014



Sabato 1 ore 15.30	Incontro mensile con presentazione della Strenna 2013
Lunedì 3 ore 15.30	Cineforum – 3. proiezione
Martedì 4 ore 16.00	Ultimo giorno di Carnevale – Festa in sede
Sabato 8 ore 15.30	Festa della Donna in sede con musica, canti e rinfresco: “Un omaggio a tutte le donne”.
Lunedì 10 ore 15.30	“Il leggistorie” - Lettura ad alta voce
Mercoledì 12 ore 15.30	“I mercoledì della salute” con la Dott.ssa H. Wachtler, sul tema: “Autosufficienza e assegno di cura”
Giovedì 13 ore 15.30	Incontro di riflessione con don Paolo Michelini
Lunedì 17 ore 15.30	Cineforum – 4. proiezione
Mercoledì 19 ore 15.30	“I mercoledì della salute” con la dott.ssa S. De Vita sul tema: “La realizzazione di sé nel gruppo dei pari e l'incontro con gli altri”

Venerdì 21 ore 15.30	Tombola
Domenica 23	Gita alla Madonna di Monte Berico e pranzo a base di pesce
Mercoledì 26 ore 15.30	“I mercoledì della salute” con la Prof.ssa D.Battisti su “Muoviamo le articolazioni: tecniche posturali per il benessere”
Sabato 29 ore 15.30	Incontro mensile
Lunedì 31 ore 15.30	“Si canta e si ascolta buona musica” con P. Parmeggiani ed i suoi strumenti



Mercoledì 02 ore 15.30	“I mercoledì della salute” con la Prof.ssa D. Battisti su “Le cadute: come prevenirle per vivere meglio”
Lunedì 07 ore 15.30	“Gli edifici della nuova Bolzano:sport, giovani e aree residenziali” a cura dell' architetto C. Schimenti
Mercoledì 09 ore 15.30	“I mercoledì della salute” con la Prof.ssa D. Battisti su “Posizioni corrette da sdraiati e seduti con ausili”. (Scuola Levinas)
Venerdì 11 ore 15.30	Tombola
Lunedì 14 Ore 15.30	Riflessione sulla Pasqua con don Paolo Michelini
Sabato 26 ore 15.30	Incontro mensile con Chiusura Anno Accademico e Festa di Pasqua
Mercoledì 30 ore 15.30	“Arte e simboli: Figure bibliche nell'arte” Incontro con la storica dell'arte M.Maraner

MAGGIO 2014



Lunedì 05 ore 15.30	Torneo di carte a coppie
Mercoledì 07 ore 15.30	Visita alla Vecchia e alla Nuova Parrocchiale di Gries con la storica dell'arte M. Maraner
Giovedì 08 ore 20.30	“I got the blues: la musica delle radici” 1° serata con Stefano Nicli
Sabato 10 ore 15.30	Festa della Mamma – La nuova Compagnia teatrale del Club presenta: “Prove tecniche per una piccola farsa”
Lunedì 12 ore 15.30	“Gli edifici del potere civile e religioso” a cura dell'architetto C. Schimenti
Mercoledì 14 ore 15.00	Incontro con i partecipanti al mare
Sabato 17 ore 12.30	Pranzo in sede
Giovedì 22 ore 20.30	“I got the blues: la musica delle radici” 2° serata con Stefano Nicli
Venerdì 23 ore 15.30	Tombola
Martedì 27 ore 9.30-10.30	Ultimo appuntamento per la misurazione della pressione in sede
Venerdì 30 ore 19.30	Incontro conviviale con i partecipanti ai Corsi di Acquagym e di Movimento Corporeo
Sabato 31	Partenza per il soggiorno marino.

GIUGNO 2014



Sabato 14	Rientro dal Soggiorno marino a Cattolica

Vi ricordiamo gli altri appuntamenti per cantare in compagnia e ascoltare buona musica con Paolo Parmeggiani.

1° Incontro	04/07/2014
2° Incontro	04/08/2014
3° Incontro	18/08/2014

A tutti i soci un'estate ricca di compagnia, allegria, calore e tanto sole!

Buone Vacanze a tutti!!!

SETTEMBRE 2014



Lunedì 8 ore 15.30	"Mi ritorni in mente", incontro musicale con Paolo Parmeggiani ed i suoi strumenti
Domenica 14	FESTA DELLA SOLIDARIETA' – Siamo in Via della Mostra insieme alle Associazioni di volontariato della Rete Anziani nell'ambito della manifestazione "Bolzano in bici"
Mercoledì 17 ore 15.30	Tombola in sede
Sabato 20	"IL SABATO DI OLTRISARCO" - Partecipiamo alla Festa di Quartiere con il VASO DELLA FORTUNA in via C.Augusta
Sabato 27 ore 15.30	Incontro mensile con ripresa della programmazione e ricordi dell'estate

OTTOBRE 2014



Mercoledì 1 ore 15.00	Per la "Giornata Internazionale dell'Anziano" facciamo festa nella nostra Sede invitando gli amici delle altre Associazioni, con in programma: un incontro canoro con Paolo Parmeggiani ed i suoi strumenti, la visione del film "Zita e le altre" e naturalmente un piccolo rinfresco
Giovedì 2 ore 13.30/15.00	"Festa dei nonni" - Partendo dalla Sede andiamo a fare festa con i bambini della Scuola Materna "Vittorino da Feltre"
Sabato 4 ore 10.00/11.30	Visita al Palazzo Mercantile con la storica dell'arte dott.ssa Mariella Maraner

Mercoledì 8 ore 15.30	Tombola in sede
Mercoledì 15 ore 15.30	Torneo di carte in sede
Lunedì 20 ore 15.30	“Mi ritorni in mente”, incontro musicale con Paolo Parmeggiani ed i suoi strumenti
Sabato 25 ore 10.00/10.45 ore 12.30 Ore 15,30	Visita a S. Giovanni in Villa con la storica dell'arte dott.ssa M. Maraner Pranzo in sede Incontro mensile con Apertura Anno Accademico 2014/2015
Mercoledì 29 ore 15.30	Mercoledì della Salute - 1° Incontro con il dott. A. Apuzzo sul tema: “Le stagioni non ci sono più? Che fare?”

NOVEMBRE 2014



Lunedì 3 ore 15,30	“Mi è tornato in mente”, incontro musicale con Paolo Parmeggiani e i suoi strumenti
Mercoledì 5 Ore 15,30	Mercoledì della Salute – Incontro con la dott.ssa C. Russo sul tema: “La labirintite ed i principali disturbi dell'orecchio”.
Sabato 8 Ore 15,30	Castagnata in sede
Lunedì 10 Ore 15,30	Cineforum “Andata e ritorno” - 1. proiezione: “Il Presidente”
Mercoledì 12 Ore 15,30	Mercoledì della Salute – Incontro con il dott. A. Nebiaj sul tema: “Orecchi, naso e gola: prevenire e curare le eventuali patologie”.
Venerdì 14 ore 15,30	Incontro di riflessione con don Paolo Michelini
Lunedì 17 ore 15,30	“Mi è tornato in mente”, incontro musicale con Paolo Parmeggiani e i suoi strumenti
Martedì 18 ore 15,30	Prepariamo insieme le Corone d'Avvento
Mercoledì 19 Ore 15,30	Mercoledì della Salute – Incontro con il Distretto di Oltrisarco/Aslago su: “Bilancio e nuovi progetti sul territorio ad opera del nostro Distretto”
Lunedì 24 Ore 15,30	Cineforum “Andata e ritorno” - 2. proiezione: “La banda dei Babbi Natale”.

Mercoledì 26 Ore 15,30	Mercoledì della Salute – Incontro con la dietista M. Perina sul tema: “Una sana alimentazione nella 3. Età”.
Giovedì 27	Pizza con i Collaboratori del Club
Sabato 29 ore 15,30	Elezioni del nuovo Direttivo con rinfresco



DICEMBRE 2014

Lunedì 1 ore 15,30	“Mi ritorni in mente” incontro musicale con Paolo Parmeggiani e i suoi stumenti
Mercoledì 3 Ore 15,30	Mercoledì della Salute – Incontro con il dott. M. Piccolin sul tema: “Come riconoscere i segni della demenza per evitare la perdita di autonomia e sostenere le famiglie”.
Giovedì 4 ore 20,00	Tombola letteraria
Mercoledì 10 Ore 15,30	Mercoledì della Salute – 7° Incontro con la dott.ssa S. De Vita sul tema: “Come trascorrere gioiosamente le festività”.
Domenica 14	Gita a Chiampo e Motta di Costabissara (VI) e pranzo a base di pesce.
Lunedì 15 ore 15,30	Tombola in sede
Giovedì 18 ore 15,00	Festa di Natale con racconti recitati , musica, auguri e rinfresco
Lunedì 22 ore 15,30	In attesa del Natale: S.Messa con don Flavio De Bertol, accompagna in musica Paolo Parmeggiani
Mercoledì 31 ore 15,30	Festeggiamo S. Silvestro in sede con sorpresa

ARRIVEDERCI AL 2015

Redazione

Ilda Berlanda
Vittoria Bernardinello
Giovanna Bertoncello
Noemi Bort
Vincenzo Conte
Sonia Dorigatti
Rita Morini
Maria Nacarlo
Rosa Maria Pighi
Renato Redi
Daniela Riolfatti
Maria Grazia Zanetti



Statistiche e Grafici

Daniela Riolfatti

Illustrazioni, impaginazione e fascicolatura curate da:

Carlo Mantoan
Luisa Morini
Daniela Riolfatti
Maria Grazia Zanetti

