

Strenna 2010

Edizione n. 50

Club
La Ruga Oltrisarco
Bolzano

Cari Amici della Ruga,

anche quest'anno sono stato invitato ad aprire la vostra strenna con questi miei pensieri che fanno anche da consuntivo e da preventivo delle vostre attività.

Davvero non so più cosa dirvi di nuovo oltre a quello che già sapete, magari anche meglio di me.

Cominciamo con una considerazione che faccio spesso: il lungo tempo della mia vita è dono di Dio, ma se è dono, allora è anche da donare come esige il dono di Dio. e fatalmente anche in noi, c'è da rimanere turbati...spesso sentiamo ripetere "ai nostri tempi non si diceva, non si pensava, non ci si comportava così".

In linea generale erano tempi economicamente più difficili e sicuramente anche più poveri di oggi...ma di certo eravamo più sereni, più in pace con noi stessi e con gli altri.

Cos'è e dov'è questa "società del benessere" se proviamo tutti tanta ansia e insoddisfazione, se viviamo - anche nell'intimità delle nostre famiglie - con tante preoccupazioni e tensioni?

Dall'alto dell'esperienza accumulata in tutti questi anni, noi avremmo qualcosa da dire....ma chi ci ascolta?

Per questo dobbiamo concludere che oggi più che la parole che spesso si è fatta assordante e vuota vale il silenzio, ma non un silenzio esso stesso vuoto. Un silenzio che esprima tanta fiducia e serenità in Dio perché frutto di parole semplici ed essenziali come quelle suggerite dai salmi:

"Il signore è il mio pastore, non manco di nulla" (salmo 22)

"Io sono tranquillo e sereno come un bimbo svezzato in braccio a sua madre" (salmo 130).

E se qualcuno volesse chiedere il segreto della nostra serenità, allora potremo rispondere che è Dio che ci dà questa serenità e che - se ascolti la sua parola - potrai essere sereno anche tu.

Don Paolo

2010... Un anno speciale

Speciale per quanto è successo.

Speciale per la sfida che insieme abbiamo affrontato e superato.

Speciale per la fiducia riposta in noi, che abbiamo constatato, toccato con mano, vissuto.

Speciale per la disponibilità di tanti.

Primi fra i tanti sicuramente sono i volontari del club che collaborando attivamente hanno analizzato, affrontato, trovato soluzione ad ogni problema o difficoltà che si mostravano.

Dopo 34 anni di vita del club, il 2010 si può ben dire un anno pieno di avvenimenti e sorprese.

Per fare una rapidissima carrellata dobbiamo ricordare la disponibilità di un signore di nome Ivaldo Bizzo che, non più giovane d'età, si è dimostrato giovane e ricco di fiducia e generosità nei confronti di un club che non conosceva, ma che ha agevolato in tutti i modi perché potesse trovare una nuova casa e continuare a vivere.

Un signore che sa cosa vuol dire progettare, impegnarsi e riuscire nella vita, ma che sa anche cosa significa soffrire e misurarsi con una grave malattia.

La prova e la malattia non gli hanno tolto la voglia di fare del bene e consentire ad altri di continuare un percorso che oggi sentiamo ancora più coinvolgente e importante per noi, anche per la sua testimonianza di fiducia.

Grazie ancora signor Bizzo, da tutti noi!

Trovato il luogo, bisognava renderlo idoneo alle nostre esigenze, ai nostri soci. Stiamo invecchiando insieme e già molti di noi sono "grandi vecchi" che ogni giorno tornano a casa "al club", per leggere il giornale, trovare compagnia, dimenticare i malanni, giocare a carte, ascoltare una conferenza, guardare un film e altro ancora.

Per adattare la nuova sede ci sono venuti incontro in molti con finanziamenti: dalla Provincia in particolare l'Assessorato alla Sanità e Assistenza e l'Assessorato alla Cultura, al Comune con l'Assessorato alle Politiche Sociali, alla Fondazione Cassa di Risparmio, all'Ufficio per Il Volontariato. Senza queste risorse non avremmo potuto fare il grande passo. Inoltre dobbiamo anche dire che, a fronte delle nostre richieste, abbiamo trovato porte sempre aperte e volontà di investire su questa organizzazione, ormai vecchia di storia e di anni, ma capace di rimettersi in gioco, con la voglia di continuare nonostante qualche sconfitta e delusione.

Abbiamo impiegato un anno per completare il percorso e i lavori; con l'inizio del 2011 abbiamo aperto i locali della nuova sede di Via Riva del Garda n.3. Nuovi spazi, nuove sfide che non ci vedono più da soli ma in compagnia di altre Associazioni come l'AESSEBI e il CESFOR.

Insieme potremo fare molto, offrire ai nostri soci e all'intero quartiere occasioni di crescita, formazione, intrattenimento e divertimento.

Il trasloco è fatto, le nostre cose, quelle che ci accompagnano e parlano la lingua della nostra storia, sono con noi, così come i nostri principi ispiratori di sempre:

la gratuità, la disponibilità e la solidarietà.

Insieme abbiamo reso concreto un nuovo sogno "la nostra nuova casa".

Ora non ci resta che realizzare, giorno dopo giorno, con impegno e costanza il nostro programma di vita insieme.

Buon 2011 a tutti e grazie!

Maria Grazia

Cari Amici,

dopo tante incertezze e mille imprevisti siamo riusciti – finalmente – ad entrare nella nostra nuova sede. Certo, un po' di tristezza c'era nel lasciare quella che è stata la nostra "seconda casa" per oltre 35 anni.

C'è stato molto da fare, innumerevoli visite in Provincia, in Comune, dal proprietario, ed ogni volta che eravamo sul punto di dire "ok, è fatta" ecco un nuovo intoppo ed altri mille giri da fare.

Nonostante questo non ci siamo arresi, e l'antivigilia di Natale è ripresa l'attività. Con piacere abbiamo visto che alcuni tra di Voi erano già in "prima fila" per non perdersi l'abituale partita a carte. Molto altro c'è da fare, ma grazie all'aiuto degli indispensabili volontari termineremo di fare il trasloco e di sistemare tutte le sale. Presto partiremo a pieno regime.

Sappiamo che l'allontanamento dalla vecchia sede, purtroppo, ci causerà qualche "defezione"; ma non preoccupatevi: il nostro affetto per voi resterà invariato.

Con piacere ho visto che molte persone, ed anche molti nelle Istituzioni amano il nostro Club e si sono dati da fare affinché trovassimo una nuova sede... per questo, di cuore, grazie a Tutti.

Sapete ormai molto bene che non sono brava ad esprimere i miei sentimenti a parole, ma ricordatevi sempre che siete tutti nel mio cuore.

Buon 2011 a tutti Voi.

Velia

Gita alla Madonna del Frassino

La gita alla Madonna del Frassino (in località Peschiera del Garda) è stata fissata per il giorno 12 Maggio 2010.

Un viaggio che - come al solito - è stato motivo ulteriore per restare insieme, parlare tra noi e cantare, ammirando i paesaggi che ci scorrevano ai lati.

L'arrivo nella grande piazza antistante il Santuario ci ha stupiti per la grandezza degli spazi, per la tranquillità del posto e per la solennità dell'edificio che si presentava davanti a noi.

Abbiamo potuto partecipare alla Santa Messe e successivamente abbiamo visitato il Chiostro adiacente. Qui vi è stata l'occasione di acquistare qualche souvenir.

La Madonna del Frassino che abbiamo ammirato nella cappelletta all'interno della Chiesa è stata posta dentro un tronco di frassino a ricordo del miracolo avvenuto, a memoria del serpente che aggredì il contadino Bartolomeo Broglia e che lasciò l'uomo senza alcuna conseguenza.

Subito dopo la visita ci siamo messi in movimento con destinazione "Sirmione sul Garda" per un ottimo pranzo.

Non appena arrivati, siamo stati invitati dai responsabili del turismo del lago a fare una visita del lago con i motoscafi; durante la visita abbiamo ammirato il panorama e le grotte di Catullo.

Un temporale improvviso ci ha costretto a correre verso il pullman e da qui, bagnati ma felici, siamo ritornati verso casa.

Grazie a chi ha organizzato la gita e grazie a chi ha condiviso con noi questa bella giornata.

Luisa e Rita

Oltrisarco: formazione ed incontro al Punto Cultura

Una nuova offerta culturale per il quartiere bolzanino di Oltrisarco è stata prediposta dal dipartimento Cultura Italiana della Provincia in sinergia con tre Associazioni e il Comune di Bolzano. Si tratta di "Punto Cultura" presentato in data 28.04.2010 dal vicepresidente della Provincia Christian Tommasini assieme al sindaco di Bolzano Luigi Spagnolli ed ai presidenti delle Associazioni coinvolte. Sono previste iniziative per tutti e per tutto l'anno.

Una casa per anziani, aperta a giovani e ragazzi. Sostanzialmente la nuova sede del Club La Ruga ospiterà iniziative dell'Associazione Aessebi dei servizi bibliotecari ed alcuni corsi Cesfor. Dal ramino ai corsi musicali per adolescenti, dalle feste dei nonni alle iniziative di promozione della lettura giovanile come Serendipity

Uno speciale luogo di incontro

Entusiasta una dei partecipanti, la sig.ra Rita Berto: "Gli anziani hanno bisogno di nuove sfide e del contatto con i ragazzi, farlo in questa sede sarà molto bello. Al di là di iniziative, spettacoli e soggiorni al mare, infatti, La Ruga è uno straordinario luogo di incontro dove poter parlare di vita vissuta. una ricchezza importante anche per i più giovani. Chiude la signora Anna con un elogio "Per molti di noi il Club rappresenta una vera seconda famiglia"

Le Nostre Ferie

Insieme ad una parte del gruppo Anziani del Club La Ruga siamo andati a trascorrere un periodo al mare sulla Riviera Adriatica e più precisamente a Cattolica nel periodo dal 30 maggio al 14 giugno.

Siamo partiti da Bolzano in pullman e la gioia per i giorni di ferie che ci aspettavano si vedeva dai nostri volti sereni; dalle chiacchiere e dal cambio del panorama dai finestrini che ci ha accompagnato fino alla metà prevista: l'Hotel Belsoggiorno (già una garanzia dal nome).

Come promesso sono stati giorni molto piacevoli che hanno generato ricordi che ci resteranno cari. Il tempo è stato clemente e a parte qualche raffica di vento nella prima settimana abbiamo avuto sole e calde temperature (fino a 35°) che hanno allietato la nostra "estate di ferie". Come sempre, però, in riva al mare c'è la brezzolina di aria che rinfresca anche le giornate più calde. Alcuni tra i più coraggiosi, nonostante l'acqua un po' fredda, si è avventurato in acqua per fare il bagno, molti altri - invece - si sono limitati a passeggiare in riva al mare oppure a bagnarsi solamente i piedi e le gambe.

La responsabile del gruppo si è data da fare nell'organizzarci le giornate e le serate: partite a carte e tombola (con relativo torneo e premiazione) Escursioni presso l'acquario di Cattolica, al mercato con il caratteristico trenino, oppure a Gradara, località vicina, per visitare il Castello.

L'accoglienza, il vitto e l'alloggio dell'hotel Belsoggiorno sono stati il massimo. Al termine del periodo e dopo aver salutato i proprietari dell'hotel ed il personale ci siamo ripromessi di tornare da loro.

E quindi...arrivederci al prossimo anno, e grazie a tutti quelli che hanno permesso che qualsiasi cosa andasse nel giusto verso.

Rita Mantoan

Torneo di Bocce in memoria di Luciano Così

Sono molto contenta che questo torneo di bocce sia stato dedicato a mio marito Luciano perché gli piaceva molto giocare a bocce (ed anche a carte) e soprattutto si sentiva bene in vostra compagnia.

Sono sicura che da "lassù" ci abbia visto e sono altrettanto certa che gli avrà fatto piacere essere stato ricordato da tutti noi.

Un commosso ringraziamento a tutti quanti i soci che hanno partecipato da parte di sua moglie,

Monica

Avventi

Mentre scrivo questo articolo siamo in pieno periodo di Avvento. Stiamo aspettando la nascita di Gesù ed il 25 dicembre festeggeremo nel modo migliore possibile questa importante ricorrenza.

Questa sensazione di attesa mi fa pensare ad un altro "Avvento" meno importante ma fortemente sentito dai soci del Club La Ruga; si tratta dell'ingresso nella nuova sede che si trova in Via Riva del Garda, prevista a gennaio 2011.

Questo avvenimento, atteso da quando è scaduto il contratto con la Parrocchia e vissuto con il

fiato sospeso fino alla firma di un nuovo contratto di affitto.

Dopo mille difficoltà e con un po' di fortuna (merito forse dei nostri Soci che ci guardano dall'alto) ora avremo una nuova Sede e dopo il trasloco potremo continuare ad usufruire di questo servizio a favore degli anziani.

Personalmente sono socio da più di 25 anni ed ho vissuto intensamente la storia di questa Associazione e quello che ho ricevuto è molto più di quello che ho potuto dare nelle varie attività.

La nuova posizione della sede potrebbe creare problemi ad alcuni soci, ma contemporaneamente favorirne degli altri.

Vorrei augurare al Club La Ruga successo e crescita anche nella nuova Sede. Al Direttivo, ed a tutti i soci, un felice Natale ed un prospero 2011

Vincenzo Conte

NON SOSPIRARE

Non perdere tempo
a sospirare dietro a cose
straordinarie ed impossibili.
Non aspettare sognando
che ti spuntino le ali come ad un angelo

Non disdegnare di essere te stesso,
non tutti possono essere campioni.
Ma illumina qualche angolo scuro
facendo luce per quello che sei

La più umile azione diventa nobile,
se è compiuta con dignità ed un sorriso.
Perciò assolvi la tua vita quotidiana
ogni giorno con serenità

offrendo la tua disponibilità
da offrire a chi non ne ha

Noemi Bort

un cordiale abbraccio a tutti

Cosa possiamo imparare dai cosiddetti **“Selvaggi”**

(da “Il venerdì di Repubblica - 11.02.2011)

1. Nella comunità tutti danno un contributo: tratta le persone con rispetto, non urlare ne litigare
2. Usa l'aggressività con saggezza contro chi minaccia davvero le cose importanti per la comunità. Non lasciare che la tua furia determini le tue azioni.
3. La comunità è forte solo se resta unita: per rendere minime le divisioni, in ogni conflitto, cerca una soluzione che ti dia un compenso per il danno subito e non semplicemente vendetta. Poi vai avanti e dimentica il torto
4. Assumiti le tue responsabilità nei confronti della comunità in cui vivi , rispetta il tuo ruolo e quello degli altri, concentrandoti sui tuoi doveri più che sui tuoi diritti
5. La natura ci dà quello che ci serve per vivere: rispetta ogni essere vivente e non essere inutilmente crudele o distruttivo
6. Ricorda che chi viene da una cultura diversa ha valori e abitudini diverse dalle tue, altrettanto

- legittime. Rispettali e non giudicarli con i parametri della tua cultura.
7. Liberati dalle false necessità; non lasciare che il possesso o la ricerca di cose che non ti servono veramente ti renda infelice.
 8. Preparati alle sfide che la vita ti presenterà; impara a sopportare il dolore e le avversità senza lamentarti.
 9. Per prevenire i rischi e sfruttare le opportunità che ti si presentano, fai attenzione ai particolari ed al mondo che ti circonda.
 10. Educa i tuoi figli con coerenza, senza paura di essere severo; quel genitore che ha paura di sentire piangere il proprio figlio, prima o poi dovrà piangere

N.B: Secondo queste regole vivono i Masai in Kenya (Africa)

Il vaso della fortuna

Tutto era pronto, mille oggetti tutti impacchettati singolarmente, mille bigliettini rigorosamente arrotolati uno ad uno; un programma di volontari che si sarebbero dati il cambio ma nessuno aveva fatto i conti con "Giove Pluvio" e quindi tutto è stato rimandato....alla festa di quartiere che si è tenuta ad Oltrisarco in data 04 settembre 2010.

Molte persone si sono date il cambio nella vendita dei biglietti ma – soprattutto – nell'affannosa ricerca dell'oggetto sorteggiato ... lo spazio a disposizione era forse un tantino sotto dimensionato rispetto alle esigenze ma le persone piene di entusiasmo non ci hanno badato.

Grande successo, quindi, ha avuto la prima edizione del "Vaso della Fortuna" organizzato dal Club La Ruga dove il premio più ambito (contrassegnato dal numero 822) era una bicicletta nuova fiammante che faceva bella mostra di sé accanto al nostro piccolo gazebo.

Nessuno si è risparmiato, abbiamo veramente dato il massimo ... e fortunatamente questo ha fatto passare in secondo luogo alcuni piccoli inconvenienti (pacchetti misteriosamente "spariti" oppure la lunga attesa nella ricerca del proprio pacchetto) che – inevitabilmente – si sono presentati.

Pronti per una nuova edizione quindi? Beh... ora non esageriamo ... Diciamo che – almeno – ora sappiamo cosa aspettarci e come comportarci!

Un socio racconta...

Sono Antonio, un socio del club La Ruga; diversi anni fa io e mia moglie Mariuccia siamo venuti ad abitare ad Oltrisarco, di comune accordo con mia mamma e le mie figlie ci siamo messi a vivere tutti insieme in via Riva del Garda.

Questo è stato il primo passo di avvicinamento al Club; mia mamma e mio papà erano soci del Club e mi raccontavano di bellissime gite ed attività dell'associazione.

Quando la mamma restò vedova continuò a frequentare il club, partecipava ai soggiorni al mare e in montagna a Fai della Paganella.

Un giorno la mamma ha cominciato ad invitarci a partecipare alle gite del club , ci avrebbe iscritti lei, così diceva e così è stato.

Abbiamo provato la vita del club e ci siamo veramente divertiti tanto che abbiamo pensato di fare la tessera. Eravamo soci.

Più avanti Mariuccia è stata eletta nel Direttivo ed io mi sono così affezionato a tutti che mi sono messo a disposizione per dare una mano, se c'era qualcosa da fare come volontario, con amore, con tanta,tanta passione a tal punto che non ne posso più fare a meno.

Cosa dirVi di più, anche nelle prove più dure che abbiamo affrontato sia io che Mariuccia abbiamo trovato nel club un ambiente familiare favoloso a dire poco; un Direttivo meraviglioso con gente spettacolare.

Ci avete aiutato tantissimo e noi vi saremo sempre grati.

E adesso ricordiamo il presente; dopo essere stati per tanti anni in Parrocchia, siamo dovuti andare via. Ci siamo allontanati con rammarico e dispiacere, ma ora non nutriamo più alcun rancore.

Abbiamo dovuto cercare una nuova sede e l'abbiamo trovata: bellissima, stupenda , mi sembra di essere a casa mia.

Fatevi la tessera tutti, portate nuovi amici, il nostro è un ambiente bellissimo dove si gioca a carte, si fanno pranzi, cene, tombole, feste come Castagnate e Crostolate, conferenze informative e di approfondimento. Si fanno soggiorni marini e termali, gite e molto altro ancora.

In questo periodo mi vedete di meno, perché con Mariuccia dobbiamo assistere mia mamma, ma nel mio cuore ci siete tutti e io sono con voi ogni giorno. Vi voglio un mondo di bene, a tutti voi soci del Club La Ruga, al Direttivo e a tutti i collaboratori.

Siamo il più bel club del MONDO

Auguri a tutti!

Antonio e Mariuccia

Passeggiate culturali in città

Per la prima volta la cooperativa 5 SENSI, associazione culturale di Bolzano, ha partecipato alle attività del Club La Ruga proponendo i suoi programmi.

Per la festa dei nonni, il 2 Ottobre, è stata organizzata una passeggiata "slow" istruttiva e rilassante per il quartiere di Oltrisarco-Asiago. Ci siamo ritrovati al parco delle scuole Tambosi e ci siamo trasferiti alla piazzetta davanti alla chiesa S. Paolo. La signora Silvia Cesco ci faceva da guida, mentre la signora Daniela Rizzi le era di sostegno. Dalla piazzetta ci siamo mossi verso la Cappella di Santa Geltrude e successivamente anche verso la nuova chiesa di Santa Geltrude con la sua fontanella prodigiosa.

Al ritorno ci siamo fermati, per concludere la visita, al Parco Mignone in presenza anche del Presidente della Circoscrizione di Oltrisarco-Asiago signora Wally Rungger.

La seconda "gita", organizzata per il 6 novembre 2010, era leggermente più impegnativa verso il Virgolo. Ci siamo ritrovati al Parco Mignone e ci siamo mossi verso Via Castel Flavon e da lì verso il raccordo che porta alla passeggiata del Virgolo. Da qui abbiamo raggiunto la chiesa di San Vigilio e, dopo averla visitata, abbiamo proseguito verso la chiesa di San Sepolcro. Terminata la visita siamo scesi dalla parte di Viale Trento.

La signora Silvia si è prodigata per tutto il tempo spiegandoci quello che stavamo vedendo, nel caleidoscopio di colori del bosco d'autunno e delle belle panoramiche di Bolzano

La realtà della vita

In principio Dio creò l'asino e gli disse: "Sarai asino, lavorerai instancabilmente dall'alba al tramonto, portando pesi sulla groppa. mangerai, non avrai intelligenza e vivrai fino a 50 anni. Sarai ASINO



"Sarò asino, però vivere fino a cinquant' anni è troppo. Dammi appena vent'anni. Il signore glielo concesse.

Quindi Dio creò il cane e gli disse "Difenderai la casa dell'uomo, sarai il suo miglior amico, mangerai di quello che ti daranno e vivrai venticinque anni. Sarai CANE"



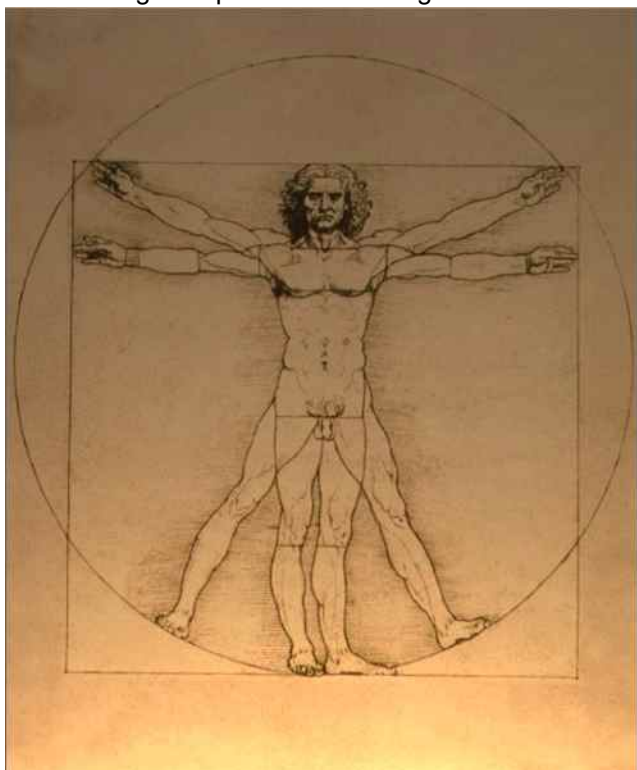
Il cane gli disse "Signore, vivere fino a venticinque anni per me è troppo. Dammi dieci anni". Il signore lo accontentò.

Dio creò allora la scimmia, e le disse "Salterai di ramo in ramo, facendo pagliacciate e vivrai vent'anni. Sarai scimmia".



La scimmia rispose: "Signore, vivere vent'anni per me è troppo: dammi solamente dieci anni. Il Signore glielo concesse.

Finalmente creò l'uomo e gli disse: Sarai uomo. L'unico essere razionale sulla faccia della terra. userai la tua intelligenza per sottomettere gli animali. Dominerai il mondo e vivrai vent'anni"



Gli rispose l'uomo:" Signore, sarò l'uomo, però vivere 20 anni è molto poco. Dammi i 30 che l'asino ha rifiutato, i 15 che il cane non ha voluto ed i 10 che la scimmia ha respinto".

Così fece il Signore e da allora l'uomo vive 20 anni da uomo; poi si sposa e passa 30 anni da asino lavorando e portando tutto il peso sulle spalle. Poi, quando i figli se ne vanno, vive 15 anni da cane, badando alla casa e mangiando ciò che gli viene dato, per poi arrivare ad essere vecchio, andare in pensione e vivere 10 anni da scimmia, saltando di casa in casa, di figlio in figlio, facendo pagliacciate per far divertire i nipotini

Pensieri....sparsi

In questa sede ci lasciamo il cuore

Silvano Tiozzo

Ringrazio padre Pio,
che mi ha portato fino a qui
e lo prego, che mi faccia stare bene
nella nuova sede,
come lo sono stata in quella vecchia.

Pina Visalli

Chi lascia la strada vecchia per la nuova,
sa quello che perde ma non sa quello che trova.

Noi ci aella nuova sede.
nostra attività n

Gabriele Marcon

Sono venuta qui perché me l'ha ordinato il medico, e sono guarita.
Se vengo tutti i giorni sto bene,
se manco un giorno, mi si alza la pressione

Angela Gallo

Qui, ho trovato la famiglia che non avevo

Rita Berto

Grazie Vecchia Sede!

Hai ospitato per tutti questi anni il nostro Club La Ruga

grazie Vecchia Sede!

Ci hai consentito di fare tante attività come gare di carte, di bocce, tombole, assemblee, soggiorni marini e montani, pranzi e cene e altre cose.

Grazie Vecchia Sede!

Sei stata buona, e come tutte le cose buone anche il tuo cammino con noi è terminato...ma non è colpa del Club La Ruga

Grazie Vecchia Sede!

Anche se ti abbiamo dovuto rottamare, come una macchina.

Ti salutiamo Vecchia Sede ma sarai sempre nei nostri cuori, come il primo amore...quello che non si scorda mai!

Raffaello Ferrigato

Visita alla campana dei Caduti

Carissimi Amici,
dopo tanto tempo sono finalmente riuscita a fare la gita che tanto desideravo; insieme al Club La Ruga siamo andati a visitare la Campana dei Caduti a Rovereto.

E' stata una emozione intensa e meravigliosa. Siamo entrati in questo museo nel quale sono esposte fotografie e ritratti molto intensi.

Benché fosse una giornata molto fredda e imbiancata dalla neve è stato tutto molto bello.

Subito dopo siamo andati a Borghetto a mangiare il pesce...ottimo ed abbondante.

Alla fine della giornata, cantando ed in ottima compagnia ci siamo rimessi in viaggio per tornare a casa.

E' stata una giornata molto bella. Grazie a tutti.

Bacioni!
Sonia Dorigatti

CI VUOLE...

la tristezza, per capire la felicità

il rumore, per capire il silenzio

l'assenza, per capire il valore della presenza di qualcuno

Dal Recital artistico-musicale del complesso Lost & Found del 13.03.2010; poesia scritta e recitata da una dei componenti in ricordo della mamma

GRAZIE

Ho abitato dentro te per mesi
ho assorbito tutto il tuo sentire.
Seno e vita mescolati
nella fiera ma docile origine.
Privilegio di esserti grata.
Di dormire appesa al tuo profumo.

Grazie per avermi guarita,
per avermi liberata e stretta
risalendo la fatica di esserci
quando vivere non è sempre comodo
Mentre la sabbia si insinua nella gola
perché non ti lasci gridare?

Ti sollevo e ti tolgo quel peso
mia origine nobile e fiera
Che ancora e ancora mi manchi.
Incorporeo e prezioso rifugio.
Sorridimi sempre nei sogni
Addormentarmi appesa al tuo profumo.

Il tempo ha smussato gli spigoli
di una così dolorosa rinuncia.
Oggi raccolgo solo i fiori.
Oggi sento ancora quel caldo.
Ed il gusto del budino bollente
che aspetta che io ritorni dal cortile.

Grazie per avermi guarita,
per avermi liberata e stretta
risalendo la fatica di esserci
quando vivere non è sempre comodo.
ti sollevo e ti tolgo quel peso.
Mi sveglio aggrappata al tuo profumo

Maura

CON IL DENARO TU PUOI:

- ... comprare una casa, ma non la PATRIA
- comprare un orologio, ma non il TEMPO
- ... comprare un letto, ma non il SONNO
- comprare un libro, ma non il SAPERE
- visitare un medico, ma non comprare la SALUTE
- comprare una posizione, ma non il RISPETTO
- comprare del sangue, ma non la VITA
- comprare il sesso, ma non l'AMORE

Coinvolgimento dei volontari nelle attività del Club La Ruga
anno 2010

Direttivo del club: 7 volontari

Presidente: Maria Grazia Zanetti

Vice Presidente: Velia Galante

Cassiera: Luisa Morini

Segretaria: Sara Bazzanella

Consiglieri: Luciana e Giovanni De Simone - Mariuccia Fontana

Attività di sede svolte dal direttivo:

Organizzazione e partecipazione a conferenza, cineforum - animazione in sede ed allestimento tornei, feste e cene - partecipazione a corsi di formazione - partecipazione a riunioni di settore o Direttivo - attività di segreteria e di pubbliche relazioni.

totale ore: 3.083

Responsabili di Sede: 4 Volontari

Luciana De Simone, Vittoria Teresa, Rita Berto, Anna Penner

Attività di sede svolte dai responsabili:

Apertura, chiusura e controllo sede, relazione e risposte alle richieste dei soci che frequentano il Club

totale ore 836

Misurazione della pressione: 2 volontari

Giuliana Olivotto, Rita Crepaz

totale ore 132

Collaboratori per Segreteria, formazione, manutenzione, allestimenti, ecc.

Roberta Dal Mas, Antonio Fontana, Rudy Cassiolar, Carlo Mantoan, Guido Brisighella

totale ore 1.981

Pulizia sede: 6 Volontari

Responsabile: Mariuccia Fontana - volontari: Sonia Dorigatti, Vittoria Teresa, Maria Da Col, Angela Gallo,
Marcella Stanchi

totale ore 611

Totale generale delle ore di volontariato offerte

totale ore 6.643

Stiamo lavorando per voi



Consuntivo Attività
Anno 2010

Gennaio

Mercoledì 6	Festa della befana con dolci e spumante
Venerdì 8	Riprendono i corsi di Ginnastica
Lunedì 11	Riprendono i corsi di Acquagym
Mercoledì 12	Misurazione della pressione in sede (ogni martedì)
Mercoledì 13	I MERCOLEDI' DELLA SALUTE: Relatore Dott. A. Menini: "La memoria: impariamo a conoscerne i segreti attraverso semplici esercizi"
Mercoledì 20	I MERCOLEDI' DELLA SALUTE: Relatore Dott. A. Menini: "La memoria: manteniamola efficace divertendoci"
Giovedì 21	Incontro con Don Paolo sul tema "Il frutto del natale: La Gioia"
Mercoledì 26	I MERCOLEDI DELLA SALUTE: Relatore Dott. G. Sturaro: Essere in salute significa essere in movimento"
Giovedì 28	Torneo di briscola in sede
Sabato 30	Primo incontro mensile per tutti i soci con lettura e distribuzione del programma annuale

Febbraio

Mercoledì 3	I MERCOLEDI' DELLA SALUTE: Relatore Dott. G. Pontarelli: "Utilità e rischi nell'uso degli antinfiammatori" -
Giovedì 3	Tombola in sede
Mercoledì 10	I MERCOLEDI DELLA SALUTE: relatore Dott.ssa Angela De Simine - "Le difficoltà del metabolismo nei cambi di stagione"
Domenica 14	Crostolata in sede
Martedì 16	Ultimi momenti di Carnevale
Mercoledì 17	I MERCOLEDI DELLA SALUTE: Relatore Dott.ssa H. Wachter "La legge provinciale sull'autosufficienza"
Mercoledì 24	I MERCOLEDI DELLA SALUTE: Relatore Dott.ssa C. Carriere "Manteniamo sana la nostra pelle"
Giovedì 25	Incontro con Don Paolo - "Camminiamo verso la Pasqua"
Sabato 27	Secondo incontro con i soci: distribuzione della strenna e lettura di alcune letture.

Marzo

Mercoledì 3	I MERCOLEDI' DELLA SALUTE: Relatore Dott.ssa C. Diana " Sentire bene per sentirsi bene"
Sabato 6	Pranzo con i collaboratori del club
Mercoledì 10	I MERCOLEDI DELLA SALUTE: Relatore Dott.ssa M. Perina " Obesità e sovrappeso"
Giovedì 11	Torneo di briscola per i soci
Sabato 13	Recital artistico-musicale gruppo LOST&FOUND
Martedì 16	FAI DA TE con Velia
Giovedì 18	Incontro con don Paolo sul tema "Guardiamo alla Croce " - Riflessioni sulla seconda domenica di Quaresima
Sabato 20	Pranzo in sede
Mercoledì 24	I MERCOLEDI DELLA SALUTE: Relatore Dott.ssa S. De Vita" Il sistema nervoso"(prima parte)
Sabato 27	Incontro mensile
Mercoledì 31	I MERCOLEDI DELLA SALUTE: Relatore Dott.ssa S. De Vita" Il sistema nervoso"(seconda parte)

Aprile

Martedì 6	FESTA DI PASQUA
Mercoledì 7	I MERCOLEDI' DELLA SALUTE: Relatore Dott.ssa G. Sturaro:" Essere in

	salute significa essere in movimento.”
Mercoledì 14	Incontro con il responsabile della Previdenza CGIL sig. E. Aufderklamm sul tema : “Il controllo delle pensioni, per evitare errori e recuperare eventuali arretrati non goduti.”
Giovedì 15	Tombola
Mercoledì 21	I MERCOLEDI' DELLA SALUTE incontro con la dott.ssa S. De Vita sul tema: :” Il sistema nervoso”(terza parte)
Sabato 24	Incontro mensile - Conclusione Anno Accademico 2009/2010 Distribuzione scheda sanitaria per i partecipanti al Soggiorno marino
Giovedì 29	Presentazione ufficiale del “Punto Cultura” alla presenza delle autorità
Giovedì 29	Incontro di riflessione con Don Paolo

Maggio

Mercoledì 5	Torneo di briscola
Giovedì 6	Composizioni Floreali
Giovedì 6	Incontro sulle Pensioni con A. Ebner e E. Aufderklamm (seconda parte)
Sabato 8	Festa della Mamma con coro dei bambini delle Scuole Rodari
Mercoledì 12	Gita alla Madonna del Frassino e Sirmione
Giovedì 13	Tombola
Mercoledì 26	Cineforum - “Oliver Twist”
Giovedì 27	Incontro sull'enologia a cura del Cesfor
Giovedì 27	Incontro di riflessione con Don Paolo
Sabato 29	Incontro mensile: saluti a chi parte per il mare!!
Domenica 30	Partenza per il soggiorno marino a Cattolica

Giugno

Giovedì 10	Cineforum: proiezione del film “ About a boy”
Domenica 14	Rientro dal soggiorno marino
Mercoledì 22 e Mercoledì 23	Torneo di bocce in ricordo di Luciano Così
Sabato 19	Incontro mensile per i soci
Martedì 22	Fotografia che passione! A cura del Cesfor

Luglio

per tutto il mese proseguono le attività all'aperto ai campi Bocce

Agosto

Sabato 21	Partenza dei partecipanti al soggiorno termale
-----------	--

Settembre

Sabato 4	Rientro dal soggiorno termale
Sabato 4	"Il vaso della fortuna" durante la festa di Quartiere di Oltrisarco in Piazza Bersaglio
Domenica 5	Grigliata In sede
Mercoledì 15	Tombola in sede
Giovedì 16	Incontro in sede con Don Paolo
Domenica 19 e Lunedì 20	Gita a Cattolica per salutare il mare e l'estate
Sabato 25	Al Club "La fortuna bussa due volte"
Giovedì 30	Incontro mensile dopo le vacanze

Ottobre

Venerdì 1	Riprendono i corsi di ginnastica
Sabato 2	Passeggiata Slow promossa dalla circoscrizione e dalla cooperativa "5 Sensi"
Lunedì 4	Riprendono i corsi di AcquaGym
Lunedì 11	Cineforum - "Il Dott. Zivago"
Giovedì 14	Ricordo dell'estate con la visione di filmini
Martedì 19	Tombola in sede
Giovedì 21	Progetto Ellisse: La vacanza vissuta in gruppo - Dialogo e diapositive
Lunedì 25	Cineforum "Le Ali della Libertà"
Sabato 30	Incontro mensile - Apertura del nuovo Anno Accademico

Novembre

Mercoledì 3	I MERCOLEDI' DELLA SALUTE - Incontro con J. Molling: Capire la propria casa, per capire e migliorare la propria vita
Giovedì 4	Progetto Ellisse "La passione per la lettura"
Sabato 6	Passeggiata Slow - alla scoperta del quartiere di Oltrisarco
Domenica 7	Castagnata in sede

Lunedì 8	Cineforum "Le cronache di Narnia - Il leone, la strega e l'armadio"
Mercoledì 10	I MERCOLEDI' DELLA SALUTE - Incontro con il dr. Rigotti: Artrosi e artrite
Giovedì 18	Progetto Ellisse "Il calcio e lo sport"
Lunedì 22	Cineforum "La Fabbrica di Cioccolato"
Martedì 23	Fai da Te - Prepariamo insieme le corone di Avvento
Mercoledì 24	I MERCOLEDI' DELLA SALUTE - relatore Dott. M. Fugaro - "Tecniche di rilassamento"
Sabato 27	Incontro mensile
Domenica 28	Gita in località da definire con pranzo a base di pesce

Dicembre

Mercoledì 1	I MERCOLEDI' DELLA SALUTE - relatore dott. R. Rigotti "I dolori reumatici alla spalla e all'anca"
Venerdì 3	Torneo di briscola
Giovedì 9	Incontro con Don Paolo - Prepariamoci al Natale
Mercoledì 15	I MERCOLEDI' DELLA SALUTE - relatore Dott. G. Pontarelli "Siamo in inverno; difendiamoci dalle malattie di raffreddamento"
Domenica 19	Festa di Natale in sede con Don Paolo e la Corale Anteias
Venerdì 31	Tombola in sede con spumante e panettone per la festa di San Silvestro.

La Redazione

Don Paolo Michelini
Maria Grazia Zanetti
Velia Galante
Vincenzo Conte
Luisa Morini
Rita Mantoan
Raffaello Ferrigato
Sonia Dorigatti
Noemi Bort

Antonio e Mariuccia Fontana
Monica Così
Gabriele Marcon
Pina Visalli
Silvano Tiozzo
Angela Gallo
Rita Berto

Illustrazione ed impaginazione
Roberta Dal Mas
Carlo Mantoan
Luisa Morini
Rodolfo Cassiolari
Antonio Fontana
Velia Galante

Copia di STRENNA 2010.doc

Cari Amici della Ruga,

anche quest'anno sono stato invitato ad aprire la vostra strenna con questi miei pensieri che fanno anche da consuntivo e da preventivo delle vostre attività.

Davvero non so più cosa dirvi di nuovo oltre a quello che già sapete, magari anche meglio di me.

Cominciamo con una considerazione che faccio spesso: il lungo tempo della mia vita è dono di Dio, ma se è dono, allora è anche da donare come esige il dono di Dio. e fatalmente anche in noi, c'è da rimanere turbati...spesso sentiamo ripetere "ai nostri tempi non si diceva, non si pensava, non ci si comportava così".

In linea generale erano tempi economicamente più difficili e sicuramente anche più poveri di oggi...ma di certo eravamo più sereni, più in pace con noi stessi e con gli altri.

Cos'è e dov'è questa "società del benessere" se proviamo tutti tanta ansia e insoddisfazione, se viviamo - anche nell'intimità delle nostre famiglie - con tante preoccupazioni e tensioni?

Dall'alto dell'esperienza accumulata in tutti questi anni, noi avremmo qualcosa da dire....ma chi ci ascolta?

Per questo dobbiamo concludere che oggi più che la parole che spesso si è fatta assordante e vuota vale il silenzio, ma non un silenzio esso stesso vuoto. Un silenzio che esprima tanta fiducia e serenità in Dio perché frutto di parole semplici ed essenziali come quelle suggerite dai salmi:

"Il signore è il mio pastore, non manco di nulla" (salmo 22)

"Io sono tranquillo e sereno come un bimbo svezzato in braccio a sua madre" (salmo 130).

E se qualcuno volesse chiedere il segreto della nostra serenità, allora potremo rispondere che è Dio che ci dà questa serenità e che - se ascolti la sua parola - potrai essere sereno anche tu.

Don Paolo

2010... Un anno speciale

Speciale per quanto è successo.

Speciale per la sfida che insieme abbiamo affrontato e superato.

Speciale per la fiducia riposta in noi, che abbiamo constatato, toccato con mano, vissuto.

Speciale per la disponibilità di tanti.

Primi fra i tanti sicuramente sono i volontari del club che collaborando attivamente hanno analizzato, affrontato, trovato soluzione ad ogni problema o difficoltà che si mostravano.

Dopo 34 anni di vita del club, il 2010 si può ben dire un anno pieno di avvenimenti e sorprese.

Per fare una rapidissima carrellata dobbiamo ricordare la disponibilità di un signore di nome Ivaldo Bizzo che, non più giovane d'età, si è dimostrato giovane e ricco di fiducia e generosità nei confronti di un club che non conosceva, ma che ha agevolato in tutti i modi perché potesse trovare una nuova casa e continuare a vivere.

Un signore che sa cosa vuol dire progettare, impegnarsi e riuscire nella vita, ma che sa anche cosa significa soffrire e misurarsi con una grave malattia.

La prova e la malattia non gli hanno tolto la voglia di fare del bene e consentire ad altri di continuare un percorso che oggi sentiamo ancora più coinvolgente e importante per noi, anche per la sua testimonianza di fiducia.

Grazie ancora signor Bizzo, da tutti noi!

Trovato il luogo, bisognava renderlo idoneo alle nostre esigenze, ai nostri soci. Stiamo invecchiando insieme e già molti di noi sono "grandi vecchi" che ogni giorno tornano a casa "al club", per leggere il giornale, trovare compagnia, dimenticare i malanni, giocare a carte, ascoltare una conferenza, guardare un film e altro ancora.

Per adattare la nuova sede ci sono venuti incontro in molti con finanziamenti: dalla Provincia in particolare l'Assessorato alla Sanità e Assistenza e l'Assessorato alla Cultura, al Comune con l'Assessorato alle Politiche Sociali, alla Fondazione Cassa di Risparmio, all'Ufficio per Il Volontariato. Senza queste risorse non avremmo potuto fare il grande passo. Inoltre dobbiamo anche dire che, a fronte delle nostre richieste, abbiamo trovato porte sempre aperte e volontà di investire su questa organizzazione, ormai vecchia di storia e di anni, ma capace di rimettersi in gioco, con la voglia di continuare nonostante qualche sconfitta e delusione.

Abbiamo impiegato un anno per completare il percorso e i lavori; con l'inizio del 2011 abbiamo aperto i locali della nuova sede di Via Riva del Garda n.3. Nuovi spazi, nuove sfide che non ci vedono più da soli ma in compagnia di altre Associazioni come l'AESSEBI e il CESFOR.

Insieme potremo fare molto, offrire ai nostri soci e all'intero quartiere occasioni di crescita, formazione, intrattenimento e divertimento.

Il trasloco è fatto, le nostre cose, quelle che ci accompagnano e parlano la lingua della nostra storia, sono con noi, così come i nostri principi ispiratori di sempre:

la gratuità, la disponibilità e la solidarietà.

Insieme abbiamo reso concreto un nuovo sogno "la nostra nuova casa".

Ora non ci resta che realizzare, giorno dopo giorno, con impegno e costanza il nostro programma di vita insieme.

Buon 2011 a tutti e grazie!

Maria Grazia

Cari Amici,

dopo tante incertezze e mille imprevisti siamo riusciti – finalmente – ad entrare nella nostra nuova sede. Certo, un po' di tristezza c'era nel lasciare quella che è stata la nostra "seconda casa" per oltre 35 anni.

C'è stato molto da fare, innumerevoli visite in Provincia, in Comune, dal proprietario, ed ogni volta che eravamo sul punto di dire "ok, è fatta" ecco un nuovo intoppo ed altri mille giri da fare.

Nonostante questo non ci siamo arresi, e l'antivigilia di Natale è ripresa l'attività. Con piacere abbiamo visto che alcuni tra di Voi erano già in "prima fila" per non perdersi l'abituale partita a carte. Molto altro c'è da fare, ma grazie all'aiuto degli indispensabili volontari termineremo di fare il trasloco e di sistemare tutte le sale. Presto partiremo a pieno regime.

Sappiamo che l'allontanamento dalla vecchia sede, purtroppo, ci causerà qualche "defezione"; ma non preoccupatevi: il nostro affetto per voi resterà invariato.

Con piacere ho visto che molte persone, ed anche molti nelle Istituzioni amano il nostro Club e si sono dati da fare affinché trovassimo una nuova sede... per questo, di cuore, grazie a Tutti.

Sapete ormai molto bene che non sono brava ad esprimere i miei sentimenti a parole, ma ricordatevi sempre che siete tutti nel mio cuore.

Buon 2011 a tutti Voi.

Velia

Gita alla Madonna del Frassino

La gita alla Madonna del Frassino (in località Peschiera del Garda) è stata fissata per il giorno 12 Maggio 2010.

Un viaggio che - come al solito - è stato motivo ulteriore per restare insieme, parlare tra noi e cantare, ammirando i paesaggi che ci scorrevano ai lati.

L'arrivo nella grande piazza antistante il Santuario ci ha stupiti per la grandezza degli spazi, per la tranquillità del posto e per la solennità dell'edificio che si presentava davanti a noi.

Abbiamo potuto partecipare alla Santa Messe e successivamente abbiamo visitato il Chiostro adiacente. Qui vi è stata l'occasione di acquistare qualche souvenir.

La Madonna del Frassino che abbiamo ammirato nella cappelletta all'interno della Chiesa è stata posta dentro un tronco di frassino a ricordo del miracolo avvenuto, a memoria del serpente che aggredì il contadino Bartolomeo Broglia e che lasciò l'uomo senza alcuna conseguenza.

Subito dopo la visita ci siamo messi in movimento con destinazione "Sirmione sul Garda" per un ottimo pranzo.

Non appena arrivati, siamo stati invitati dai responsabili del turismo del lago a fare una visita del lago con i motoscafi; durante la visita abbiamo ammirato il panorama e le grotte di Catullo.

Un temporale improvviso ci ha costretto a correre verso il pullman e da qui, bagnati ma felici, siamo ritornati verso casa.

Grazie a chi ha organizzato la gita e grazie a chi ha condiviso con noi questa bella giornata.

Luisa e Rita

Oltrisarco: formazione ed incontro al Punto Cultura

Una nuova offerta culturale per il quartiere bolzanino di Oltrisarco è stata prediposta dal dipartimento Cultura Italiana della Provincia in sinergia con tre Associazioni e il Comune di Bolzano. Si tratta di "Punto Cultura" presentato in data 28.04.2010 dal vicepresidente della Provincia Christian Tommasini assieme al sindaco di Bolzano Luigi Spagnolli ed ai presidenti delle Associazioni coinvolte. Sono previste iniziative per tutti e per tutto l'anno.

Una casa per anziani, aperta a giovani e ragazzi. Sostanzialmente la nuova sede del Club La Ruga ospiterà iniziative dell'Associazione Aessebi dei servizi bibliotecari ed alcuni corsi Cesfor.

Dal ramino ai corsi musicali per adolescenti, dalle feste dei nonni alle iniziative di promozione della lettura giovanile come Serendipity

Uno speciale luogo di incontro

Entusiasta una dei partecipanti, la sig.ra Rita Berto: "Gli anziani hanno bisogno di nuove sfide e del contatto con i ragazzi, farlo in questa sede sarà molto bello. Al di là di iniziative, spettacoli e soggiorni al mare, infatti, La Ruga è uno straordinario luogo di incontro dove poter parlare di vita vissuta. una ricchezza importante anche per i più giovani. Chiude la signora Anna con un elogio "Per molti di noi il Club rappresenta una vera seconda famiglia"

Le Nostre Ferie

Insieme ad una parte del gruppo Anziani del Club La Ruga siamo andati a trascorrere un periodo al mare sulla Riviera Adriatica e più precisamente a Cattolica nel periodo dal 30 maggio al 14 giugno.

Siamo partiti da Bolzano in pullman e la gioia per i giorni di ferie che ci aspettavano si vedeva dai nostri volti sereni; dalle chiacchiere e dal cambio del panorama dai finestrini che ci ha accompagnato fino alla metà prevista: l'Hotel Belsoggiorno (già una garanzia dal nome).

Come promesso sono stati giorni molto piacevoli che hanno generato ricordi che ci resteranno cari. Il tempo è stato clemente e a parte qualche raffica di vento nella prima settimana abbiamo avuto sole e calde temperature (fino a 35°) che hanno allietato la nostra "estate di ferie". Come sempre, però, in riva al mare c'è la brezzolina di aria che rinfresca anche le giornate più calde. Alcuni tra i più coraggiosi, nonostante l'acqua un po' fredda, si è avventurato in acqua per fare il bagno, molti altri - invece - si sono limitati a passeggiare in riva al mare oppure a bagnarsi solamente i piedi e le gambe.

La responsabile del gruppo si è data da fare nell'organizzarci le giornate e le serate: partite a carte e tombola (con relativo torneo e premiazione) Escursioni presso l'acquario di Cattolica, al mercato con il caratteristico trenino, oppure a Gradara, località vicina, per visitare il Castello.

L'accoglienza, il vitto e l'alloggio dell'hotel Belsoggiorno sono stati il massimo. Al termine del periodo e dopo aver salutato i proprietari dell'hotel ed il personale ci siamo ripromessi di tornare da loro.

E quindi...arrivederci al prossimo anno, e grazie a tutti quelli che hanno permesso che qualsiasi cosa andasse nel giusto verso.

Rita Mantoan

Torneo di Bocce in memoria di Luciano Così

Sono molto contenta che questo torneo di bocce sia stato dedicato a mio marito Luciano perché gli piaceva molto giocare a bocce (ed anche a carte) e soprattutto si sentiva bene in vostra compagnia.

Sono sicura che da "lassù" ci abbia visto e sono altrettanto certa che gli avrà fatto piacere essere stato ricordato da tutti noi.

Un commosso ringraziamento a tutti quanti i soci che hanno partecipato da parte di sua moglie,

Monica

Avventi

Mentre scrivo questo articolo siamo in pieno periodo di Avvento. Stiamo aspettando la nascita di Gesù ed il 25 dicembre festeggeremo nel modo migliore possibile questa importante ricorrenza.

Questa sensazione di attesa mi fa pensare ad un altro "Avvento" meno importante ma fortemente sentito dai soci del Club La Ruga; si tratta dell'ingresso nella nuova sede che si trova in Via Riva del Garda, prevista a gennaio 2011.

Questo avvenimento, atteso da quando è scaduto il contratto con la Parrocchia e vissuto con il

fiato sospeso fino alla firma di un nuovo contratto di affitto.

Dopo mille difficoltà e con un po' di fortuna (merito forse dei nostri Soci che ci guardano dall'alto) ora avremo una nuova Sede e dopo il trasloco potremo continuare ad usufruire di questo servizio a favore degli anziani.

Personalmente sono socio da più di 25 anni ed ho vissuto intensamente la storia di questa Associazione e quello che ho ricevuto è molto più di quello che ho potuto dare nelle varie attività.

La nuova posizione della sede potrebbe creare problemi ad alcuni soci, ma contemporaneamente favorirne degli altri.

Vorrei augurare al Club La Ruga successo e crescita anche nella nuova Sede. Al Direttivo, ed a tutti i soci, un felice Natale ed un prospero 2011

Vincenzo Conte

NON SOSPIRARE

Non perdere tempo
a sospirare dietro a cose
straordinarie ed impossibili.
Non aspettare sognando
che ti spuntino le ali come ad un angelo

Non disdegnare di essere te stesso,
non tutti possono essere campioni.
Ma illumina qualche angolo scuro
facendo luce per quello che sei

La più umile azione diventa nobile,
se è compiuta con dignità ed un sorriso.
Perciò assolvi la tua vita quotidiana
ogni giorno con serenità

offrendo la tua disponibilità
da offrire a chi non ne ha

Noemi Bort

un cordiale abbraccio a tutti

Cosa possiamo imparare dai cosiddetti **“Selvaggi”**

(da “Il venerdì di Repubblica - 11.02.2011)

11. Nella comunità tutti danno un contributo: tratta le persone con rispetto, non urlare ne litigare
12. Usa l'aggressività con saggezza contro chi minaccia davvero le cose importanti per la comunità. Non lasciare che la tua furia determini le tue azioni.
13. La comunità è forte solo se resta unita: per rendere minime le divisioni, in ogni conflitto, cerca una soluzione che ti dia un compenso per il danno subito e non semplicemente vendetta. Poi vai avanti e dimentica il torto
14. Assumiti le tue responsabilità nei confronti della comunità in cui vivi , rispetta il tuo ruolo e quello degli altri, concentrandoti sui tuoi doveri più che sui tuoi diritti
15. La natura ci dà quello che ci serve per vivere: rispetta ogni essere vivente e non essere inutilmente crudele o distruttivo
16. Ricorda che chi viene da una cultura diversa ha valori e abitudini diverse dalle tue, altrettanto

- legittime. Rispettali e non giudicarli con i parametri della tua cultura.
17. Liberati dalle false necessità; non lasciare che il possesso o la ricerca di cose che non ti servono veramente ti renda infelice.
 18. Preparati alle sfide che la vita ti presenterà; impara a sopportare il dolore e le avversità senza lamentarti.
 19. Per prevenire i rischi e sfruttare le opportunità che ti si presentano, fai attenzione ai particolari ed al mondo che ti circonda.
 20. Educa i tuoi figli con coerenza, senza paura di essere severo; quel genitore che ha paura di sentire piangere il proprio figlio, prima o poi dovrà piangere

N.B: Secondo queste regole vivono i Masai in Kenya (Africa)

Il vaso della fortuna

Tutto era pronto, mille oggetti tutti impacchettati singolarmente, mille bigliettini rigorosamente arrotolati uno ad uno; un programma di volontari che si sarebbero dati il cambio ma nessuno aveva fatto i conti con "Giove Pluvio" e quindi tutto è stato rimandato....alla festa di quartiere che si è tenuta ad Oltrisarco in data 04 settembre 2010.

Molte persone si sono date il cambio nella vendita dei biglietti ma – soprattutto – nell'affannosa ricerca dell'oggetto sorteggiato ... lo spazio a disposizione era forse un tantino sotto dimensionato rispetto alle esigenze ma le persone piene di entusiasmo non ci hanno badato.

Grande successo, quindi, ha avuto la prima edizione del "Vaso della Fortuna" organizzato dal Club La Ruga dove il premio più ambito (contrassegnato dal numero 822) era una bicicletta nuova fiammante che faceva bella mostra di sé accanto al nostro piccolo gazebo.

Nessuno si è risparmiato, abbiamo veramente dato il massimo ... e fortunatamente questo ha fatto passare in secondo luogo alcuni piccoli inconvenienti (pacchetti misteriosamente "spariti" oppure la lunga attesa nella ricerca del proprio pacchetto) che – inevitabilmente – si sono presentati.

Pronti per una nuova edizione quindi? Beh... ora non esageriamo ... Diciamo che – almeno – ora sappiamo cosa aspettarci e come comportarci!

Un socio racconta...

Sono Antonio, un socio del club La Ruga; diversi anni fa io e mia moglie Mariuccia siamo venuti ad abitare ad Oltrisarco, di comune accordo con mia mamma e le mie figlie ci siamo messi a vivere tutti insieme in via Riva del Garda.

Questo è stato il primo passo di avvicinamento al Club; mia mamma e mio papà erano soci del Club e mi raccontavano di bellissime gite ed attività dell'associazione.

Quando la mamma restò vedova continuò a frequentare il club, partecipava ai soggiorni al mare e in montagna a Fai della Paganella.

Un giorno la mamma ha cominciato ad invitarci a partecipare alle gite del club , ci avrebbe iscritti lei, così diceva e così è stato.

Abbiamo provato la vita del club e ci siamo veramente divertiti tanto che abbiamo pensato di fare la tessera. Eravamo soci.

Più avanti Mariuccia è stata eletta nel Direttivo ed io mi sono così affezionato a tutti che mi sono messo a disposizione per dare una mano, se c'era qualcosa da fare come volontario, con amore, con tanta,tanta passione a tal punto che non ne posso più fare a meno.

Cosa dirVi di più, anche nelle prove più dure che abbiamo affrontato sia io che Mariuccia abbiamo trovato nel club un ambiente familiare favoloso a dire poco; un Direttivo meraviglioso con gente spettacolare.

Ci avete aiutato tantissimo e noi vi saremo sempre grati.

E adesso ricordiamo il presente; dopo essere stati per tanti anni in Parrocchia, siamo dovuti andare via. Ci siamo allontanati con rammarico e dispiacere, ma ora non nutriamo più alcun rancore.

Abbiamo dovuto cercare una nuova sede e l'abbiamo trovata: bellissima, stupenda , mi sembra di essere a casa mia.

Fatevi la tessera tutti, portate nuovi amici, il nostro è un ambiente bellissimo dove si gioca a carte, si fanno pranzi, cene, tombole, feste come Castagnate e Crostolate, conferenze informative e di approfondimento. Si fanno soggiorni marini e termali, gite e molto altro ancora.

In questo periodo mi vedete di meno, perché con Mariuccia dobbiamo assistere mia mamma, ma nel mio cuore ci siete tutti e io sono con voi ogni giorno. Vi voglio un mondo di bene, a tutti voi soci del Club La Ruga, al Direttivo e a tutti i collaboratori.

Siamo il più bel club del MONDO

Auguri a tutti!

Antonio e Mariuccia

Passeggiate culturali in città

Per la prima volta la cooperativa 5 SENSI, associazione culturale di Bolzano, ha partecipato alle attività del Club La Ruga proponendo i suoi programmi.

Per la festa dei nonni, il 2 Ottobre, è stata organizzata una passeggiata "slow" istruttiva e rilassante per il quartiere di Oltrisarco-Asiago. Ci siamo ritrovati al parco delle scuole Tambosi e ci siamo trasferiti alla piazzetta davanti alla chiesa S. Paolo. La signora Silvia Cesco ci faceva da guida, mentre la signora Daniela Rizzi le era di sostegno. Dalla piazzetta ci siamo mossi verso la Cappella di Santa Geltrude e successivamente anche verso la nuova chiesa di Santa Geltrude con la sua fontanella prodigiosa.

Al ritorno ci siamo fermati, per concludere la visita, al Parco Mignone in presenza anche del Presidente della Circoscrizione di Oltrisarco-Asiago signora Wally Rungger.

La seconda "gita", organizzata per il 6 novembre 2010, era leggermente più impegnativa verso il Virgolo. Ci siamo ritrovati al Parco Mignone e ci siamo mossi verso Via Castel Flavon e da lì verso il raccordo che porta alla passeggiata del Virgolo. Da qui abbiamo raggiunto la chiesa di San Vigilio e, dopo averla visitata, abbiamo proseguito verso la chiesa di San Sepolcro. Terminata la visita siamo scesi dalla parte di Viale Trento.

La signora Silvia si è prodigata per tutto il tempo spiegandoci quello che stavamo vedendo, nel caleidoscopio di colori del bosco d'autunno e delle belle panoramiche di Bolzano

La realtà della vita

In principio Dio creò l'asino e gli disse: "Sarai asino, lavorerai instancabilmente dall'alba al tramonto, portando pesi sulla groppa. mangerai, non avrai intelligenza e vivrai fino a 50 anni. Sarai ASINO



"Sarò asino, però vivere fino a cinquant' anni è troppo. Dammi appena vent'anni. Il signore glielo concesse.

Quindi Dio creò il cane e gli disse "Difenderai la casa dell'uomo, sarai il suo miglior amico, mangerai di quello che ti daranno e vivrai venticinque anni. Sarai CANE"



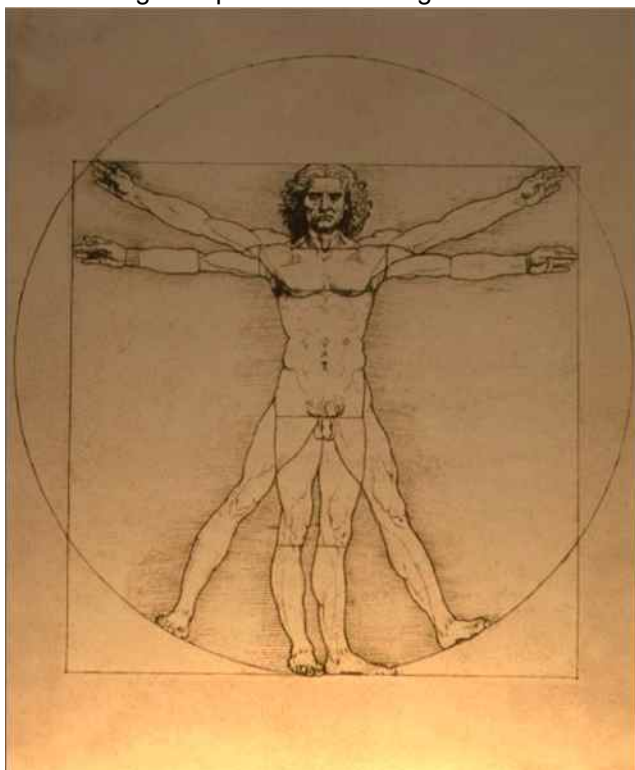
Il cane gli disse "Signore, vivere fino a venticinque anni per me è troppo. Dammi dieci anni". Il signore lo accontentò.

Dio creò allora la scimmia, e le disse "Salterai di ramo in ramo, facendo pagliacciate e vivrai vent'anni. Sarai scimmia".



La scimmia rispose: "Signore, vivere vent'anni per me è troppo: dammi solamente dieci anni. Il Signore glielo concesse.

Finalmente creò l'uomo e gli disse: Sarai uomo. L'unico essere razionale sulla faccia della terra. userai la tua intelligenza per sottomettere gli animali. Dominerai il mondo e vivrai vent'anni"



Gli rispose l'uomo:" Signore, sarò l'uomo, però vivere 20 anni è molto poco. Dammi i 30 che l'asino ha rifiutato, i 15 che il cane non ha voluto ed i 10 che la scimmia ha respinto".

Così fece il Signore e da allora l'uomo vive 20 anni da uomo; poi si sposa e passa 30 anni da asino lavorando e portando tutto il peso sulle spalle. Poi, quando i figli se ne vanno, vive 15 anni da cane, badando alla casa e mangiando ciò che gli viene dato, per poi arrivare ad essere vecchio, andare in pensione e vivere 10 anni da scimmia, saltando di casa in casa, di figlio in figlio, facendo pagliacciate per far divertire i nipotini

Pensieri....sparsi

In questa sede ci lasciamo il cuore

Silvano Tiozzo

Ringrazio padre Pio,
che mi ha portato fino a qui
e lo prego, che mi faccia stare bene
nella nuova sede,
come lo sono stata in quella vecchia.

Pina Visalli

Chi lascia la strada vecchia per la nuova,
sa quello che perde ma non sa quello che trova.

Noi ci aella nuova sede.
nostra attività n

Gabriele Marcon

Sono venuta qui perché me l'ha ordinato il medico, e sono guarita.
Se vengo tutti i giorni sto bene,
se manco un giorno, mi si alza la pressione

Angela Gallo

Qui, ho trovato la famiglia che non avevo

Rita Berto

Grazie Vecchia Sede!

Hai ospitato per tutti questi anni il nostro Club La Ruga

grazie Vecchia Sede!

Ci hai consentito di fare tante attività come gare di carte, di bocce, tombole, assemblee, soggiorni marini e montani, pranzi e cene e altre cose.

Grazie Vecchia Sede!

Sei stata buona, e come tutte le cose buone anche il tuo cammino con noi è terminato...ma non è colpa del Club La Ruga

Grazie Vecchia Sede!

Anche se ti abbiamo dovuto rottamare, come una macchina.

Ti salutiamo Vecchia Sede ma sarai sempre nei nostri cuori, come il primo amore...quello che non si scorda mai!

Raffaello Ferrigato

Visita alla campana dei Caduti

Carissimi Amici,
dopo tanto tempo sono finalmente riuscita a fare la gita che tanto desideravo; insieme al Club La Ruga siamo andati a visitare la Campana dei Caduti a Rovereto.

E' stata una emozione intensa e meravigliosa. Siamo entrati in questo museo nel quale sono esposte fotografie e ritratti molto intensi.

Benché fosse una giornata molto fredda e imbiancata dalla neve è stato tutto molto bello.

Subito dopo siamo andati a Borghetto a mangiare il pesce...ottimo ed abbondante.

Alla fine della giornata, cantando ed in ottima compagnia ci siamo rimessi in viaggio per tornare a casa.

E' stata una giornata molto bella. Grazie a tutti.

Bacioni!
Sonia Dorigatti

CI VUOLE...

la tristezza, per capire la felicità

il rumore, per capire il silenzio

l'assenza, per capire il valore della presenza di qualcuno

Dal Recital artistico-musicale del complesso Lost & Found del 13.03.2010; poesia scritta e recitata da una dei componenti in ricordo della mamma

GRAZIE

Ho abitato dentro te per mesi
ho assorbito tutto il tuo sentire.
Seno e vita mescolati
nella fiera ma docile origine.
Privilegio di esserti grata.
Di dormire appesa al tuo profumo.

Grazie per avermi guarita,
per avermi liberata e stretta
risalendo la fatica di esserci
quando vivere non è sempre comodo
Mentre la sabbia si insinua nella gola
perché non ti lasci gridare?

Ti sollevo e ti tolgo quel peso
mia origine nobile e fiera
Che ancora e ancora mi manchi.
Incorporeo e prezioso rifugio.
Sorridimi sempre nei sogni
Addormentarmi appesa al tuo profumo.

Il tempo ha smussato gli spigoli
di una così dolorosa rinuncia.
Oggi raccolgo solo i fiori.
Oggi sento ancora quel caldo.
Ed il gusto del budino bollente
che aspetta che io ritorni dal cortile.

Grazie per avermi guarita,
per avermi liberata e stretta
risalendo la fatica di esserci
quando vivere non è sempre comodo.
ti sollevo e ti tolgo quel peso.
Mi sveglio aggrappata al tuo profumo

Maura

CON IL DENARO TU PUOI:

- ... comprare una casa, ma non la PATRIA
- comprare un orologio, ma non il TEMPO
- ... comprare un letto, ma non il SONNO
- comprare un libro, ma non il SAPERE
- visitare un medico, ma non comprare la SALUTE
- comprare una posizione, ma non il RISPETTO
- comprare del sangue, ma non la VITA
- comprare il sesso, ma non l'AMORE

Coinvolgimento dei volontari nelle attività del Club La Ruga
anno 2010

Direttivo del club: 7 volontari

Presidente: Maria Grazia Zanetti

Vice Presidente: Velia Galante

Cassiera: Luisa Morini

Segretaria: Sara Bazzanella

Consiglieri: Luciana e Giovanni De Simone - Mariuccia Fontana

Attività di sede svolte dal direttivo:

Organizzazione e partecipazione a conferenza, cineforum - animazione in sede ed allestimento tornei, feste e cene - partecipazione a corsi di formazione - partecipazione a riunioni di settore o Direttivo - attività di segreteria e di pubbliche relazioni.

totale ore: 3.083

Responsabili di Sede: 4 Volontari

Luciana De Simone, Vittoria Teresa, Rita Berto, Anna Penner

Attività di sede svolte dai responsabili:

Apertura, chiusura e controllo sede, relazione e risposte alle richieste dei soci che frequentano il Club

totale ore 836

Misurazione della pressione: 2 volontari

Giuliana Olivotto, Rita Crepaz

totale ore 132

Collaboratori per Segreteria, formazione, manutenzione, allestimenti, ecc.

Roberta Dal Mas, Antonio Fontana, Rudy Cassiolar, Carlo Mantoan, Guido Brisighella

totale ore 1.981

Pulizia sede: 6 Volontari

Responsabile: Mariuccia Fontana - volontari: Sonia Dorigatti, Vittoria Teresa, Maria Da Col, Angela Gallo,
Marcella Stanchi

totale ore 611

Totale generale delle ore di volontariato offerte

totale ore 6.643

Stiamo lavorando per voi



Consuntivo Attività
Anno 2010

Gennaio

Mercoledì 6	Festa della befana con dolci e spumante
Venerdì 8	Riprendono i corsi di Ginnastica
Lunedì 11	Riprendono i corsi di Acquagym
Mercoledì 12	Misurazione della pressione in sede (ogni martedì)
Mercoledì 13	I MERCOLEDI' DELLA SALUTE: Relatore Dott. A. Menini: "La memoria: impariamo a conoscerne i segreti attraverso semplici esercizi"
Mercoledì 20	I MERCOLEDI' DELLA SALUTE: Relatore Dott. A. Menini: "La memoria: manteniamola efficace divertendoci"
Giovedì 21	Incontro con Don Paolo sul tema "Il frutto del natale: La Gioia"
Mercoledì 26	I MERCOLEDI DELLA SALUTE: Relatore Dott. G. Sturaro: Essere in salute significa essere in movimento"
Giovedì 28	Torneo di briscola in sede
Sabato 30	Primo incontro mensile per tutti i soci con lettura e distribuzione del programma annuale

Febbraio

Mercoledì 3	I MERCOLEDI' DELLA SALUTE: Relatore Dott. G. Pontarelli: "Utilità e rischi nell'uso degli antinfiammatori" -
Giovedì 3	Tombola in sede
Mercoledì 10	I MERCOLEDI DELLA SALUTE: relatore Dott.ssa Angela De Simine - "Le difficoltà del metabolismo nei cambi di stagione"
Domenica 14	Crostolata in sede
Martedì 16	Ultimi momenti di Carnevale
Mercoledì 17	I MERCOLEDI DELLA SALUTE: Relatore Dott.ssa H. Wachter "La legge provinciale sull'autosufficienza"
Mercoledì 24	I MERCOLEDI DELLA SALUTE: Relatore Dott.ssa C. Carriere "Manteniamo sana la nostra pelle"
Giovedì 25	Incontro con Don Paolo - "Camminiamo verso la Pasqua"
Sabato 27	Secondo incontro con i soci: distribuzione della strenna e lettura di alcune letture.

Marzo

Mercoledì 3	I MERCOLEDI' DELLA SALUTE: Relatore Dott.ssa C. Diana " Sentire bene per sentirsi bene"
Sabato 6	Pranzo con i collaboratori del club
Mercoledì 10	I MERCOLEDI DELLA SALUTE: Relatore Dott.ssa M. Perina " Obesità e sovrappeso"
Giovedì 11	Torneo di briscola per i soci
Sabato 13	Recital artistico-musicale gruppo LOST&FOUND
Martedì 16	FAI DA TE con Velia
Giovedì 18	Incontro con don Paolo sul tema "Guardiamo alla Croce " - Riflessioni sulla seconda domenica di Quaresima
Sabato 20	Pranzo in sede
Mercoledì 24	I MERCOLEDI DELLA SALUTE: Relatore Dott.ssa S. De Vita" Il sistema nervoso"(prima parte)
Sabato 27	Incontro mensile
Mercoledì 31	I MERCOLEDI DELLA SALUTE: Relatore Dott.ssa S. De Vita" Il sistema nervoso"(seconda parte)

Aprile

Martedì 6	FESTA DI PASQUA
Mercoledì 7	I MERCOLEDI' DELLA SALUTE: Relatore Dott.ssa G. Sturaro:" Essere in

	salute significa essere in movimento.”
Mercoledì 14	Incontro con il responsabile della Previdenza CGIL sig. E. Aufderklamm sul tema : “Il controllo delle pensioni, per evitare errori e recuperare eventuali arretrati non goduti.”
Giovedì 15	Tombola
Mercoledì 21	I MERCOLEDI' DELLA SALUTE incontro con la dott.ssa S. De Vita sul tema: :” Il sistema nervoso”(terza parte)
Sabato 24	Incontro mensile - Conclusione Anno Accademico 2009/2010 Distribuzione scheda sanitaria per i partecipanti al Soggiorno marino
Giovedì 29	Presentazione ufficiale del “Punto Cultura” alla presenza delle autorità
Giovedì 29	Incontro di riflessione con Don Paolo

Maggio

Mercoledì 5	Torneo di briscola
Giovedì 6	Composizioni Floreali
Giovedì 6	Incontro sulle Pensioni con A. Ebner e E. Aufderklamm (seconda parte)
Sabato 8	Festa della Mamma con coro dei bambini delle Scuole Rodari
Mercoledì 12	Gita alla Madonna del Frassino e Sirmione
Giovedì 13	Tombola
Mercoledì 26	Cineforum - “Oliver Twist”
Giovedì 27	Incontro sull'enologia a cura del Cesfor
Giovedì 27	Incontro di riflessione con Don Paolo
Sabato 29	Incontro mensile: saluti a chi parte per il mare!!
Domenica 30	Partenza per il soggiorno marino a Cattolica

Giugno

Giovedì 10	Cineforum: proiezione del film “ About a boy”
Domenica 14	Rientro dal soggiorno marino
Mercoledì 22 e Mercoledì 23	Torneo di bocce in ricordo di Luciano Così
Sabato 19	Incontro mensile per i soci
Martedì 22	Fotografia che passione! A cura del Cesfor

Luglio

per tutto il mese proseguono le attività all'aperto ai campi Bocce

Agosto

Sabato 21	Partenza dei partecipanti al soggiorno termale
-----------	--

Settembre

Sabato 4	Rientro dal soggiorno termale
Sabato 4	"Il vaso della fortuna" durante la festa di Quartiere di Oltrisarco in Piazza Bersaglio
Domenica 5	Grigliata In sede
Mercoledì 15	Tombola in sede
Giovedì 16	Incontro in sede con Don Paolo
Domenica 19 e Lunedì 20	Gita a Cattolica per salutare il mare e l'estate
Sabato 25	Al Club "La fortuna bussa due volte"
Giovedì 30	Incontro mensile dopo le vacanze

Ottobre

Venerdì 1	Riprendono i corsi di ginnastica
Sabato 2	Passeggiata Slow promossa dalla circoscrizione e dalla cooperativa "5 Sensi"
Lunedì 4	Riprendono i corsi di AcquaGym
Lunedì 11	Cineforum - "Il Dott. Zivago"
Giovedì 14	Ricordo dell'estate con la visione di filmini
Martedì 19	Tombola in sede
Giovedì 21	Progetto Ellisse: La vacanza vissuta in gruppo - Dialogo e diapositive
Lunedì 25	Cineforum "Le Ali della Libertà"
Sabato 30	Incontro mensile - Apertura del nuovo Anno Accademico

Novembre

Mercoledì 3	I MERCOLEDI' DELLA SALUTE - Incontro con J. Molling: Capire la propria casa, per capire e migliorare la propria vita
Giovedì 4	Progetto Ellisse "La passione per la lettura"
Sabato 6	Passeggiata Slow - alla scoperta del quartiere di Oltrisarco
Domenica 7	Castagnata in sede

Lunedì 8	Cineforum "Le cronache di Narnia - Il leone, la strega e l'armadio"
Mercoledì 10	I MERCOLEDI' DELLA SALUTE - Incontro con il dr. Rigotti: Artrosi e artrite
Giovedì 18	Progetto Ellisse "Il calcio e lo sport"
Lunedì 22	Cineforum "La Fabbrica di Cioccolato"
Martedì 23	Fai da Te - Prepariamo insieme le corone di Avvento
Mercoledì 24	I MERCOLEDI' DELLA SALUTE - relatore Dott. M. Fugaro - "Tecniche di rilassamento"
Sabato 27	Incontro mensile
Domenica 28	Gita in località da definire con pranzo a base di pesce

Dicembre

Mercoledì 1	I MERCOLEDI' DELLA SALUTE - relatore dott. R. Rigotti "I dolori reumatici alla spalla e all'anca"
Venerdì 3	Torneo di briscola
Giovedì 9	Incontro con Don Paolo - Prepariamoci al Natale
Mercoledì 15	I MERCOLEDI' DELLA SALUTE - relatore Dott. G. Pontarelli "Siamo in inverno; difendiamoci dalle malattie di raffreddamento"
Domenica 19	Festa di Natale in sede con Don Paolo e la Corale Anteias
Venerdì 31	Tombola in sede con spumante e panettone per la festa di San Silvestro.

La Redazione

Don Paolo Michelini
Maria Grazia Zanetti
Velia Galante
Vincenzo Conte
Luisa Morini
Rita Mantoan
Raffaello Ferrigato
Sonia Dorigatti
Noemi Bort

Antonio e Mariuccia Fontana
Monica Così
Gabriele Marcon
Pina Visalli
Silvano Tiozzo
Angela Gallo
Rita Berto

Illustrazione ed impaginazione
Roberta Dal Mas
Carlo Mantoan
Luisa Morini
Rodolfo Cassiolari
Antonio Fontana
Velia Galante