

STRENNNA 2025

Edizione nr. 65
Club La Ruga ODV



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

Filastrocca per noi

*Non si diventa vecchi
se gli anni son parecchi,
c'è tanta giovinezza
in un bacio e una carezza
di un caro nipotino,
e come del buon vino
migliora il suo sapore,
gli anni lo fan migliore.*

*Un uomo sarà vecchio
se guardandosi allo specchio
vede solo rimpianti,
delusioni abbondanti,
non crede più nei giochi
e sogni ormai ne ha pochi;
quando la nostalgia
soppianta l'allegria:
non basta qualche occhiaia
a fare la vecchiaia.*

*Non è una pandemia,
non è una malattia
la vecchiaia è una cura,
l'unica e più sicura,
giunta l'età senile,
per l'acne giovanile.*

Mimmo Mòllica



Introduzione e auguri

2025 un anno ricco, colmo di avvenimenti lieti e tristi, sereni e faticosi, ricchi di speranza e nostalgia, dolci nel ricordo di tanti anni passati insieme e di sfida per tutto quello che abbiamo davanti.

Sono tempi difficili quelli che viviamo, a sentire le notizie locali e non, a leggere tutto quello che succede nel mondo ma anche intorno a noi, cresce dentro ansia e spesso disillusione.

Il 2025 è stato però un anno con due momenti illuminanti, scintillanti, per noi del Club La Ruga.

Nello stesso anno il 12 aprile Inaugurazione della nuova sede con tutti i vantaggi che ne derivano e il 15 novembre i 50 anni del Club con la valanga di ricordi, passioni e lavoro che ci ha regalato. Due momenti di luce che ci devono dare forza e coraggio per andare avanti insieme con più determinazione e gioia, perché l'abbiamo capito e lo possiamo testimoniare a voce alta:

Stare insieme, fare famiglia ci aiuta tutti, migliorando il mondo che ci circonda.

Per i volontari

Per questa giornata così particolare, in cui si festeggiano 50 anni di un'associazione di volontariato, del Club La Ruga, vorrei brevemente sottolineare alcuni aspetti che ritengo fondamentali per noi volontari. Questa giornata è frutto del lavoro di tanti volontari supportati dall'Ente Pubblico.

Viviamo in un momento in cui l'insicurezza, le fragilità, i rischi per il domani sembrano motivare un ritiro nel personale, nel proprio mondo su cui abbiamo o crediamo di avere pieno controllo. Bene, questo è il momento di testimoniare che si deve ricostruire, se ce n'è bisogno, il patto sociale comunitario. In questo contesto, il volontariato è una figura chiave.

In 50 anni mi sono chiesta tante volte come doveva essere il volontario, come doveva agire, cosa scegliere di fare. Fare il volontario è prendersi cura, ma cosa vuol dire fino in fondo?

Essere generosi? Avere del tempo libero? Proporre dei servizi che l'Ente pubblico non riesce ad erogare? Fornire manodopera a basso costo? Io credo che il volontario non può essere schiacciato o etichettato in uno di questi aspetti. Il volontario è colui che media tra pubblico e privato, non può essere soltanto un esecutore come qualche volta si vorrebbe.

Il volontario deve essere capace di intercettare i bisogni e le esigenze che fanno fatica a mostrarsi, il volontariato deve essere capace di alleanze (vedi le varie reti sul territorio) che andrebbero ascoltate. Soprattutto il volontariato promuove comunità e coesione sociale, agio e benessere, corresponsabile e custode di un vivere bene insieme. Perché "se nessuno esiste da solo" solo le relazioni ci possono salvare. Ritorna il patto sociale.

Alcuni nostri volontari da ricordare e ringraziare

Una volontaria che è una forza della natura, vede i bisogni e sa trovare le soluzioni, responsabile delle feste, rinfreschi e momenti di convivialità. Dove c'è allegria c'è SILVANA GIULIANI

Un volontario prezioso, capace di mediare e mettere pace. Responsabile dei campi bocce al Parco Mignone durante la stagione estiva. Sempre disponibile e pronto per ogni servizio. È QUIRINO LONGO

Ha il controllo della cassa contante, se te la trovi vicina, ti chiedi se sei a posto con tutto. Sa ascoltare con pazienza e dedizione, è sempre preziosa nella relazione. È LUISA MORINI

Uomo dalle mani d'oro. Se c'è un inghippo, se qualcosa non funziona e c'è Carlo siamo tutti tranquilli, lui troverà un rimedio. Figura importantissima per tutto il Club. È CARLO MANTOAN

La nostra volontaria dell'accoglienza, è lei che ha in mano la sede, che ascolta con rispetto e riservatezza e ha un complimento, un gesto d'affetto per ognuno. Una presenza fondamentale è PIA ZANETTI

Buon 2026 a tutti! Maria Grazia



Premiazione dei volontari in occasione della festa per il Giubileo



Tanti auguri Silvana

È una socia molto cara
pronta sempre ad ogni gara

Divertente e giudiziosa
poco triste e assai gioiosa

Se hai bisogno di un "bacetto"
lei arriva col dolcetto

Se sei a terra col morale
basta ascoltarla ridere e cantare

Se oggi alle carte bene non è andata
prova domani con lei, sarà giornata fortunata

E se pensi agli anni passati
e li conti e ti senti giù
guarda lei così felice
e di colpo sarai su

Scritta e letta da
Maria Grazia

15/02/'25

L'EREDITÀ

Un giovane chiese al nonno: “Nonno, come facevi a vivere in passato senza tecnologia...senza computer...senza bitcoin...senza connessione internet...senza TV...senza condizionatori...senza auto...senza telefoni cellulari?”

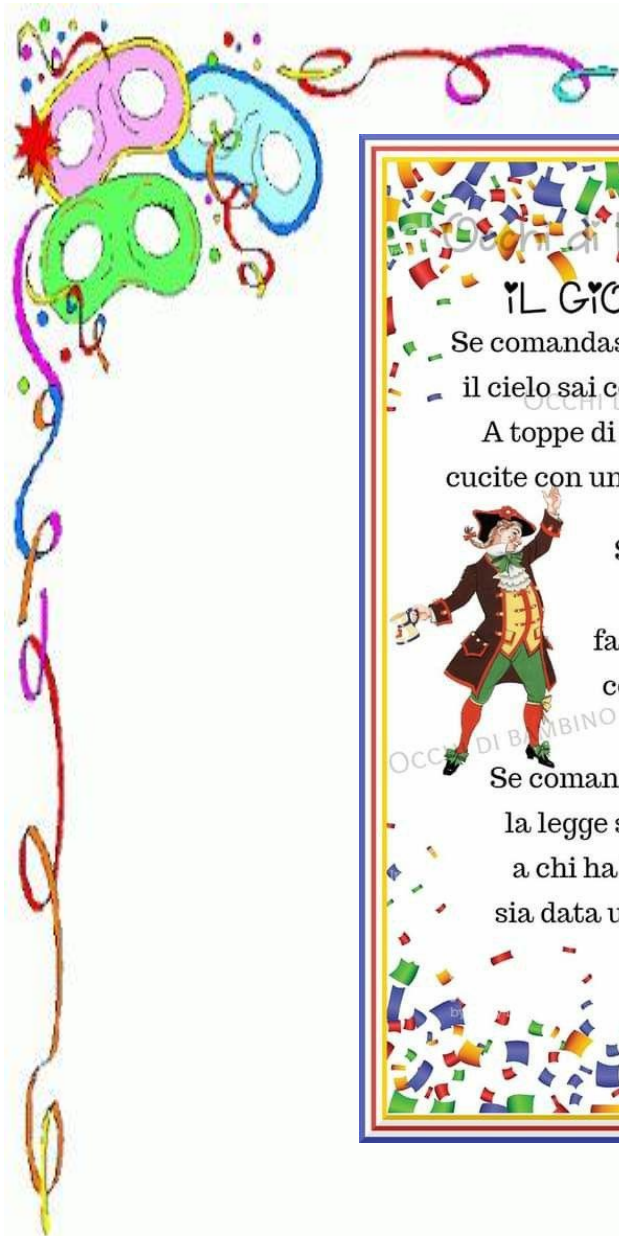
Il nonno rispose:” Proprio come vive la tua generazione oggi...senza preghiere, senza compassione, senza rispetto, senza buona educazione, senza vera istruzione, con una personalità povera, senza gentilezza umana, senza vergogna, senza modestia, senza onestà. Noi, le persone nate tra il 1930 e il 1980, eravamo benedetti. Le nostre vite ne sono una prova vivente. Giocavamo e andavamo in bicicletta senza mai indossare il casco. Dopo la scuola facevamo i compiti da soli e giocavamo nei prati fino al tramonto. Avevamo amici veri e non amici virtuali. Quando avevamo sete bevevamo dalla fontana, dalle cascate o dal rubinetto e non dall’acqua minerale. Non ci preoccupavamo né ci ammalavamo, anche se condividevamo la stessa tazza o piatto con gli amici. Non ingrassavamo, nonostante mangiassimo pane e pasta ogni giorno. Camminavamo a piedi nudi e non ci succedeva nulla. Non prendevamo integratori alimentari per rimanere in salute. Creavamo i nostri giocattoli e ci giocavamo. I nostri genitori non erano ricchi, ma ci davano amore, non beni materiali. Non avevamo telefoni cellulari. DVD, PSP, console per videogiochi, PC, chat su internet...ma avevamo amici veri. Andavamo a trovare i nostri amici senza bisogno di inviti e condividevamo con loro il cibo e il tempo. I genitori vivevano vicino a noi, e il tempo in famiglia era prezioso. Le nostre foto erano in bianco e nero, ma i ricordi erano pieni di colori.

Siamo una generazione unica e la più comprensiva, perché siamo l’ultima che ha ascoltato i propri genitori. E siamo anche i primi che sono stati costretti ad ascoltare i propri figli. Siamo un’edizione limitata. Approfitta di noi. Impara da noi. Siamo un tesoro destinato a scomparire presto.

Proposto da Liliana Vezzaro







Occhi di bambino

IL GIOCO DEI SE

Se comandasse Arlecchino
il cielo sai come lo vuole?
A toppe di cento colori
cucite con un raggio di sole.

Se Gianduja diventasse
ministro dello Stato,
farebbe le case di zucchero
con le porte di cioccolato.

Se comandasse Pulcinella
la legge sarebbe questa:
a chi ha brutti pensieri
sia data una nuova testa.

G. Rodari

Occhi di bambino

Dicono che
a Carnevale
si ingrassa...

...TUTTE CHIACCHIERE...

**SE È GIOVEDÌ GRASSO,
NESSUN PROBLEMA.
SE È MARTEDÌ GRASSO, VA
BENISSIMO, FIGURATI.
SE SONO GRASSA IO, TUTTI A
ROMPERE LE SCATOLE!**

L'OPERETTA

In occasione del centenario della prima rappresentazione dell'operetta "Cin-Ci-La" è stato proposto al nostro Club di acquistare dei biglietti per assistere allo spettacolo a prezzo di favore, grazie a un accordo fra la Rete Anziani e l'Associazione L'Obiettivo (associazione organizzatrice dell'evento). L'adesione non è stata delle migliori ma si è, comunque, formato un gruppetto di 5 socie che si sono presentate, puntuali, presso il Teatro Comunale di Piazza Verdi a Bolzano.

Lo spettacolo era previsto per giovedì 6 marzo 2025 alle ore 20.30 e le socie partecipanti hanno occupato i posti a loro assegnati in galleria.

Anche l'operetta "Cin-Ci-La", come il "Paese dei Campanelli", è un'operetta totalmente italiana perché scritta, testi e musica, da due scrittori italiani: Virgilio Ranzato e Carlo Lombardo.

La storia si svolge in un paese immaginario della Cina dove si sposano la principessa Miosotis e il principe coreano Ciclamino. Un'usanza di tale paese vuole che, fintanto che il matrimonio fra i due giovani non viene consumato, non si possano svolgere feste di nessun genere, non ci possano essere manifestazioni di affetto fra nessuno ma, soprattutto, niente baci!

Cominciano a passare i giorni ma il carillon che deve segnalare la "consumazione" non suona.... Il padre della sposa, insieme al suo consigliere (finto eunuco), decide di far chiamare a corte una esperta del ramo che aveva aiutato lui stesso.

Ed è così che arriva a corte, direttamente da Parigi, Cin-Ci-La seguita, a sua insaputa, da Petit-Gris, il suo ultimo amante.

L'arrivo in paese della parigina, logicamente, mette un po' di subbuglio soprattutto viste le restrizioni imposte dall'usanza restrittiva in vigore.

Bisogna assolutamente che i due giovani consumino il loro matrimonio!

Cin-Ci-La e Petit-Gris si dividono i compiti e cercano di convincere i due giovani, separatamente, a parole; poi però, visto l'insuccesso, decidono di passare ai fatti: Cin-Ci-La si apparta con il principe Ciclamino e Petit-Gris con la principessa Miosotis.

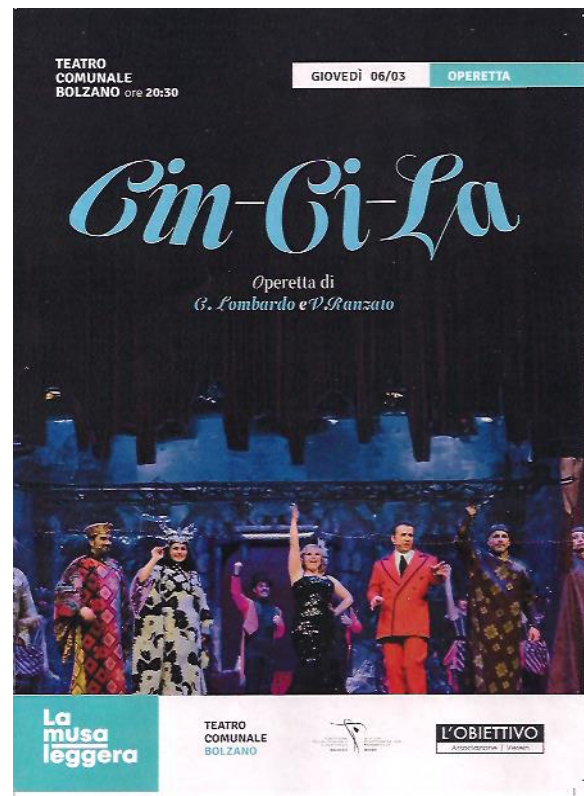
Non passa molto tempo che il carillon suona e ben due volte...

Nel paese si torna a fare feste e a scambiarsi baci: la restrizione non c'è più.

I due giovani principi sono liberi finalmente di amarsi e anche Cin-Ci-La decide di dare una chance a Petit-Gris.

Lo spettacolo è durato circa due ore, due ore di bella musica, belle arie cantate e una valanga di risate!

Tina



IO LI CONOSCO I DOMANI CHE NON ARRIVANO MAI

DI EZIO BOSSO

Io li conosco i domani che non arrivano mai

Conosco la stanza stretta

E la luce che manca da cercare dentro

Io li conosco i giorni che passano uguali

Fatti di sonno e dolore e sonno

Per dimenticare il dolore

Conosco la paura di quei domani lontani

Che sembra il binocolo non basti

Ma questi giorni sono quelli per ricordare

Le cose belle fatte

Le fortune vissute

I sorrisi scambiati che valgono baci e abbracci

Questi sono i giorni per ricordare

Per correggere e giocare

Sì, giocare a immaginare domani

Perché il domani quello col sole vero arriva

E dovremo immaginarlo migliore

Per costruirlo

Perché domani non dorremo ricostruire

Ma costruire e costruendo sognare

Perché rinascere vuole dire costruire

Insieme uno per uno

Adesso però state a casa pensando a domani

E costruire è bellissimo

Il gioco più bello

Cominciamo

Proposto da Patrizia e Davide



Ogni anno 2.000.000 di rametti
 di mimosa vengono distrutti
 per la Festa Della Donna.
 Uomo, ferma questo scempio:
 regala un diamante!

@AnnaValeFarina



Quella che le donne dicono

Consigli utili:

Se vuoi piangere fallo di felicità
 Se vuoi mentire fallo sulla tua età
 Se vuoi perdere qualcosa che sia la paura
 Se vuoi essere felice provaci ogni istante



DEDICATO ALLE DONNE INTELLIGENTI

Un mattino un uomo torna dopo molte ore di pesca e decide di fare un sonnellino.

Anche se non pratica del lago la moglie decide di uscire in barca.

Accende il motore e si spinge ad una piccola distanza: spegne, butta l'ancora e si mette a leggere il suo libro.

Arriva una Guardia Forestale in barca, si avvicina e le dice: "Buongiorno signora. Cosa sta facendo?"

"Sto leggendo un libro" risponde lei (pensando: "non è forse ovvio?")

"Lei si trova in una Zona di Pesca Vietata." Le dice.

"Mi dispiace, agente, ma non sto pescando. Sto leggendo"

"Sì, ma ha tutta l'attrezzatura. Per quanto ne so potrebbe incominciare in qualsiasi momento. Devo portarla con me e fare rapporto".

"Se lo fa, agente, dovrò denunciarla per molestia sessuale" dice la donna

"Ma se non l'ho nemmeno toccata!" dice la Guardia Forestale.

"Questo è vero, ma possiede tutta l'attrezzatura. Per quanto ne so potrebbe incominciare in qualsiasi momento."

"Le auguro buona giornata signora" e la guardia se ne va.

Morale:

Mai discutere con una donna che legge: è probabile che sappia anche pensare.

(Autore Sconosciuto)



PRANZO IN SEDE

22 marzo 2025

Ore 12.30 presso la sede del Club La Ruga
Bolzano – Via Claudia Augusta, 52/c



MENU'

Girelle al salmone e tonno

Risotto zucchine e gamberi

Pesce gratinato alle erbe

Patate e Insalata mista

Gelato con fragole al Moscato

Vino bianco – Acqua - Caffè

Iscrizioni entro il 18.03.2025

Quota di partecipazione € 24,00





Torneo di briscola a coppie a sorteggio



**lunedì 12 maggio 2025
dalle ore 15,00 in Sede**



**Iscrizioni fino al
08.05.2025**

Gita ai giardini di Trauttmansdorff Merano



Giovedì 15 maggio 2025

Ritrovo ore 8.45 alla Biglietteria della Stazione Ferroviaria di Bolzano

Arrivo a Merano alle ore 9.45

Bus navetta dalla stazione FFSS di Merano per i giardini di Trauttmansdorff

Arrivo ai giardini e ingresso a pagamento € 15,00 a persona

Visita libera ai giardini e al museo del turismo



Pranzo libero presso il Ristorante 'Schlossgarten' presso i giardini (al sacco per chi vuole)

Ritorno con bus navetta dai giardini alla stazione FFSS di Merano alle ore 17.06

Partenza con treno da Merano per Bolzano alle ore 17.46

Arrivo a Bolzano alle ore 18.25



Concerto di
musica
anni '60, '70, '80
con
"BRUNO SAX"

esibizione di balli di gruppo
con
GIANCARLO SCHIAVON

Festa della mamma

DOMENICA 25 MAGGIO 2025

DALLE ORE 15,30 ALLE ORE 17,30

PRESSO LA SALA ROSENBACH
DI PIAZZA NIKOLETTI BOLZANO

SEGUIRÀ PICCOLO RINFRESCO



**Essere mamma
non è un lavoro facile
Se fosse facile
lo farebbero i papà**



Una mamma non è un babà
(cioè non deve essere necessariamente
dolce), non è un aspirapolvere,
una lavatrice, un ferro da stiro,
un contenitore di problemi...
Una mamma è "anche questo",
Quella che le donne dicono
ma è soprattutto la persona che c'è
sempre, anche quando è arrabbiata e
anche quando dice di no.



Carmen





MIA MADRE MI HA INSEGNATO

GASTRONOMIA:

- Che c'è da mangiare?
- Cibo

RELIGIONE:

- Prega che questa macchia vada via

GENETICA:

- Sei proprio identico a tuo padre

GERARCHIA:

- Cosa credi che io sia? La tua serva ???

SOLIDARIETÀ:

- Raccogli i tuoi giochi o li porto alla Caritas

AZIONE E REAZIONE:

- Rispondimi un'altra volta e ti tiro dietro 'sta scarpa !

LOGICA:

- Perché ho detto di sì e basta !

METEOREOLOGIA:

- E' passata una tromba d'aria in camera tua ???

FUTURO:

- Un giorno mi ringrazierai !



RES



STACCOLI

Domenica 1° giugno, come era stato programmato, siamo partiti da Bolzano alla volta di Cattolica.

Abbiamo trovato un po' di traffico nelle vicinanze di Bologna ma, a parte questo, all'ora di pranzo eravamo in albergo. Abbiamo preso possesso delle camere che ci erano state assegnate ed è iniziato il nostro soggiorno marino.

Martedì 3 giugno, alle 9 di mattina, Maria Grazia e Tina sono partite a piedi per andare in centro e recarsi all'APT con l'intento di trovare delle cose da organizzare per far trascorrere in modo interessante il soggiorno marino ai partecipanti (non solo albergo e spiaggia...).



Dopo aver parlato inutilmente con una incaricata dell'APT per circa un'ora e non aver cavato un ragno dal buco le due temerarie (perché nel frattempo la temperatura era salita...) hanno pensato bene di potersi meritare un caffè e si sono, quindi, dirette da Staccoli, la famosa caffetteria di Cattolica di fronte al Municipio.



Prima di bere il caffè, però, sono entrate nel negozio di cioccolata adiacente e lì hanno scoperto un mondo. La cosa più vistosa era un David di Michelangelo di cioccolato, in grandezza naturale, costruito dai maestri cioccolatieri con 120 chili di cioccolato fuso ma c'erano anche tutte le declinazioni del cioccolato, dalla fava di cacao ai cioccolatini di tantissimi tipi. La stessa commessa, accompagnandole al piano superiore, ha spiegato anche che era possibile partecipare a una visita guidata gratuita della durata di circa 30 minuti oppure, a pagamento, alla visita guidata con degustazione ed esperienze sensoriali particolari della durata di circa due ore.

Rientrate in albergo, sotto un sole a picco, Maria Grazia e Tina hanno sottoposto ai partecipanti del soggiorno la possibilità di fare questa esperienza. Sul momento nessuno sembrava interessato ma poi, nella settimana successiva, un piccolo gruppetto di 6 persone ha trovato l'intesa e Maria Grazia ha, quindi, prenotato la visita gratuita al museo.

La visita al museo della cioccolata è stata fissata per il sabato prima della partenza, il 14 giugno, alle ore 10.00.

Arrivate a destinazione, abbiamo incontrato Davide Ferrero, architetto e social media manager, come dice il suo biglietto da visita. Una persona squisita con cui siamo rimaste per le tre ore seguenti. Doveva essere una visita veloce e gratuita è rimasta gratuita ma si è trasformata in un'esperienza ricca di momenti unici e significativi.

Davide Ferrero si è rivelato essere uno studioso di tutta la filiera del cioccolato ma non solo, ci ha raccontato i suoi viaggi per scoprire l'origine e il significato del cioccolato "cibo degli dei"; tutta la conversazione è avvenuta nel piccolo museo costellato di oggetti preziosi che amici e conoscenti hanno regalato al Signor Davide Ferrero consapevoli della sua passione per tutto quanto riguarda il cioccolato: valigette appartenute a rappresentanti di dolci per le loro visite a possibili clienti che contengono ancora uova pasquali o confetti; oppure stampi per la fusione di cioccolatini e altri strumenti provenienti da cioccolaterie che – per vari motivi – non sono più in funzione.



Con le sue parole, le testimonianze concrete in tavole e oggetti, abbiamo iniziato anche noi un viaggio con lui per arrivare a preparare e degustare la bevanda che una volta bevevano gli imperatori e poi i guerrieri della civiltà degli Aztechi; una preparazione che consiste in un vero e proprio rito, quasi una meditazione.

Il nome scientifico del cioccolato è Theobroma che significa cibo degli dei

Il cioccolato arrivò in Europa dapprima con Cristoforo Colombo e poi nel 1585 con Hernan Cortez.

Finita la visita abbiamo avuto anche l'onore di conoscere il signor Staccoli maestro cioccolatiere e responsabile della struttura, persona simpatica e gentile che, per venire a conoscerci, ha indossato una giacca da cioccolatiere pulita di bucato con una doppia fila di bottoni simili a tondi cioccolatini.

Che dire: un'esperienza unica, da proporre a tutti e da ripetere sicuramente.

Tina, Lucia, Maria Grazia



BALLI DI GRUPPO **al Parco Mignone - Oltrisarco**

CON GIANCARLO SCHIAVON

Sempre di martedì dal
24/06 al 19/08

Orario: 18.30- 19.30



CONCERTO D'ESTATE

PARCO MIGNONE - OLTRISARCO

21.06.2025 ORE 16.30



**con Luca Dall'Asta e la sua band
canta Barbara Trevellin**

**In caso di maltempo si terrà alla
sala Rosenbach in piazza Nikoletti**





Per Tina

Oggi è un giorno un po' speciale
C'è un compleanno da festeggiare.

Quando i conti non sembran tornare
E sui nostri visi si spegne il sorriso
Tina tutte le carte si mette a esaminare.
Risolve...e ti fa tornare in paradiso.

Non sempre è facile neanche per lei,
le spese son tante, i desideri poi, chi li fermerà
ma siamo sicuri che se al timone c'è lei
con costanza e volontà, il bene alla fine vincerà.

Tina è il nostro ministro Giorgetti:
poche parole, sguardo lungo e conti perfetti.

Se poi il palato vuoi deliziare
Tina devi proprio ringraziare.
Primi, secondi, manicaretti a volontà
Che vuoi dire di più:
ma che bontà, ma che bontà!
Grazie da tutti noi!

Maria Grazia

Ottobre '25

FESTA DEI NONNI IN SEDE

La Festa dei nonni si è svolta in Sede con giochi di abilità, di memoria ed una gara di barzellette.

Fra i vari giochi c'era anche "Indovina quanti bottoni" ispirato al gioco televisivo di un bel po' di anni fa riguardante il numero dei fagioli.

Al termine un piccolo rinfresco per tutti.



I tre barzellettieri Elisabetta, Quirino e Patrizia
Vincitori a pari merito



Capelli bianchi

(di Gianni Rodari)

Quanti capelli bianchi
ha il vecchio muratore?
Uno per ogni casa
bagnata dal suo sudore.

Ed il vecchio maestro
quanti capelli ha bianchi?
Uno per ogni scolaro
cresciuto nei suoi banchi.

Quanti capelli bianchi
stanno in testa al nonnino?
Uno per ogni fiaba
che incanta il nipotino.



18 OTTOBRE 2025

ORE 12:30

Pranzo Autunnale



MENU

Mortandela e Nostrano noneso

Lasagna ai funghi

Brasato al vino rosso

Zucca e Patate al rosmarino

Panna cotta ai cachi

Vino rosso - Acqua - Caffè

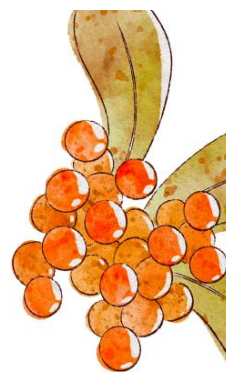
€ 23,00
Iscrizioni in sede
entro il
14/10/2025

LA RUGA



BOLZANO - OLTREMARCO

Bolzano - Via C. Augusta, 52/c
0471 263584



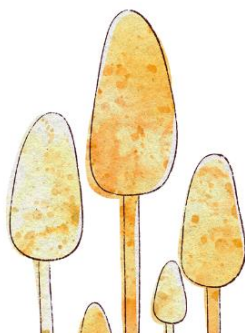
CASTAGNATA 2025

CON TOMBOLA
CALDARROSTE, UVA E
FRAGOLINO

25 OTTOBRE 2025
DALLE ORE 15.30

QUOTA DI PARTECIPAZIONE 8 €

SI PREGA DI CONFERMARE LA
PARTECIPAZIONE ENTRO IL 20.10.2025



RELAZIONE SULLA GESTIONE AREA "PARCO MIGNONE"

1. Premessa

L'assegnazione dell'area "Parco Mignone", in scadenza a fine 2024, è stata rinnovata nel marzo del corrente anno 2025 dal Comune, ente proprietario, per ulteriori due anni. Il rinnovo è stato accolto con legittima soddisfazione da parte di questa Associazione, che vede così riconosciuto il proprio ruolo come **punto di riferimento** importante, attivo nel quartiere da cinquant'anni e, in particolare, la propria attività gestionale dell'area, sempre svolta nel pieno rispetto delle norme e condizioni previste e sempre con grande soddisfazione degli utenti e della cittadinanza di Oltrisarco.

2. Validità dell'area. Legame tra La Ruga e il quartiere

L'esigenza, avvertita a suo tempo, di realizzare per gli anziani di Oltrisarco e non solo un punto d'incontro, socializzazione e svago nel periodo estivo presso il Parco nel cuore del quartiere, ha confermato nel corso degli anni la sua piena validità.

Oltre ai **campi bocce**, le attività organizzate dalla Ruga nel periodo estivo vanno dai **tornei di carte ai balli di gruppo** fino ai **concerti** e ai **momenti di festa e convivialità**, che, va ricordato, sono **aperti a tutta la comunità** del quartiere e non solo ai soci e alle socie dell'Associazione. Attività, queste, che vanno a rafforzare **i legami e la vita sociale** di Oltrisarco, anche in un'ottica intergenerazionale.

Il completo utilizzo della struttura va di norma da giugno a settembre. Mesi, questi, in cui le temperature fanno ormai registrare valori sempre più alti rispetto alle passate stagioni. Gli effetti negativi di questo fenomeno sono causa di difficoltà e disagi fisici e psicologici per tutti, ma maggiormente per gli anziani con problematiche riconducibili all'età o in condizioni di fragilità.

In questo quadro riveste indubbio valore aggiunto per questo Club, rispetto ad altri similari operanti nella nostra città, poter accogliere i propri soci in uno spazio all'aperto completamente **ombreggiato ed ospitale**, dove essi in spirito di comunità possono trovare ristoro e sollievo.

3. Stagione 2025

L'utilizzo dell'area nella stagione 2025 è stato preceduto, come in passato, da due attività indispensabili:

- ripristino del suo stato originario dal degrado in cui l'area va soggetta nei mesi invernali;

- rimessa in efficienza dei due campi bocce per una corretta agibilità.

Alla prima hanno provveduto già nell'ultima settimana di aprile alcuni **soci volontari**.

Per quanto riguarda i lavori per la rimessa in efficienza delle due strutture di gioco, programmati per il successivo mese di maggio, sono stati rinviati da parte della ditta incaricata a causa delle piogge continue. La specificità dei campi, infatti, richiede che l'area di gioco sia completamente asciutta. L'intervento è stato poi eseguito nel corso dell'ultima settimana di giugno senza causare tuttavia particolare disagio alle altre attività programmate dall'Associazione nell'area stessa

L'inizio della stagione, preceduta da un lungo periodo di tempo incerto, ha avuto luogo **il 20 di giugno e termine il 22 settembre successivo**. I dati relativi alle presenze, complessivamente in linea con gli anni precedenti, suddivisi per mese, sono stati i seguenti:

-giugno: 162

-luglio: 441

-agosto: 589

-settembre: 252

Per un totale di 1444 presenze

I dati relativi alle persone che hanno utilizzato le due strutture di gioco dei campi bocce sono stati i seguenti:

-giugno: 6

-luglio: 138

-agosto: 150

-settembre: 86

Per un totale di 380 presenze

4. Richieste e criticità

Si segnala che il viale non asfaltato che circonda l'intero Parco Mignone da Sud est richiede un **urgente intervento di manutenzione**. Quando piove si formano infatti intere pozzanghere **d'acqua che rimane stagnante** per alcuni giorni con conseguente disagio, in particolare per gli anziani con **difficoltà di deambulazione** e per le mamme con i **passeggini**

Anche nel periodo estivo, quando sono in funzione gli impianti di irrigazione, si creano, a causa del dislivello tra il prato e il viale, delle pozze che sono fonte di proliferazione per **le zanzare** con conseguenti disagi per i frequentatori del Parco e per la **salute pubblica**.

Quirino Longo

Bolzano, novembre 2025





• Il gruppo dei soci del club La Ruga in vacanza a Cattolica nel 2023. L'associazione organizza soggiorni marittimi dal 1976

Club "La Ruga", da 50 anni a fianco degli anziani soli

L'anniversario. Fondata nel 1975, l'associazione di volontari festeggia mezzo secolo di attività. Sostegno economico e contrasto alla solitudine. La presidente: «Nel '76 il primo viaggio al mare»

MADDALENA ANSALONI

BOLZANO. Dentro una viottola un po' nascosta a lato del parco Tambosi, a Oltrisarco, c'è una comunità che accoglie gli anziani del quartiere. Stanze luminose, qualche pianta, una cucina e una bella sala accogliente. Quasi ogni giorno decine di soci si danno appuntamento al club "La Ruga" per giocare a tombola, mangiare insieme, scambiare due chiacchiere e passare i pomeriggi in compagnia. Visto da fuori sembrerebbe un normale centro anziani, ma non tutti sanno che l'associazione, che quest'anno compie cinquant'anni, è parte fondamentale della storia della nostra città. La prima che si occupò di salvare gli anziani da povertà e solitudine, in un quartiere che, negli anni, '70, pativa la

crisi abitativa e la mancanza di risorse per vivere con dignità. Il club La Ruga nacque come ancora di salvezza per gli anziani in difficoltà, e nel tempo divenne precursore non solo dei centri anziani, ma anche del turismo della terza età. Nel 1976 "La Ruga" organizzò il primo soggiorno a Cosenatico. «Per alcuni soci era la prima volta che vedevano il mare», sorride Maria Grazia Zanetti, presidente e fondatrice del club. E lei ad accompagnarci in un viaggio nella storia dell'associazione, dagli anni '70 ad oggi, con uno sguardo su come sia cambiato negli anni il concetto di cura delle fasce più deboli della popolazione. «Il club La Ruga - spiega - è stato il lievito».

La storia

Tutto partì da un'indagine: «Era il 1975. Io lavoravo con i giovani, ma volevo aiutare le persone più fragili del rione - racconta Maria Grazia Zanetti - Chiedemmo all'anagrafe i dati su quanti anziani ci fossero ad Oltrisarco, e come vivevano». Lì la scoperta: circa 1.030 erano soli. Una grande quantità di vedovi ma soprattutto vedove, costretti ad abitare in mansarde o alloggi piccolissimi e sostenuti solo dalla pensione di reversibilità. «Capimmo che dovevamo fare qualcosa -



• Un normale pomeriggio al club: tombola e chiacchiere

così Zanetti - Andammo in Provincia a chiedere informazioni sull'assistenza sociale, scoprendo che esisteva già una legge sulla qualità di vita delle persone anziane. Il parroco di Oltrisarco ci diede una sala che adibimmo ad ufficio, e in poche settimane raccogliemmo e mandammo trecento domande di assistenza economica. All'inizio furono tutte rifiutate, ma dopo ricorsi e battaglie iniziarono ad arrivare gli assegni».

I problemi, però, non si fermarono sul piano economico. «Erano persone sole e diffidenti verso la vita di comunità - prosegue - i primi incontri furono un buco nell'acqua. Venivano in pochi e

non parlavano se non con persone del loro stesso dialetto. Poi iniziammo ad avere appuntamenti fissi, ogni sabato, e in un anno cambiò tutto».

Iniziarono così le feste danzanti, le gite, le vacanze: gli anziani di Oltrisarco non erano più soli. La qualità della vita delle persone anziane cambiò radicalmente, e in tutta la città venne a crearsi la rete di solidarietà che vediamo ancora oggi. Il club "La Ruga" adesso conta più di centocinquanta soci iscritti. La prossima sfida? «Reclutare volontari, invito soprattutto i giovani: la sensazione che si prova a fare del bene è impagabile», conclude Maria Grazia Zanetti.

HANNO DETTO



La prossima sfida?
Reclutare nuovi
volontari
Invito soprattutto
i giovani
Maria Grazia Zanetti

50 anni della Ruga

Festeggiate con noi!

Da tanti anni portiamo avanti un progetto condiviso per la terza età. Celebriamo questo compleanno speciale perché questa filosofia di vita continui a crescere negli anni a venire.

La Ruga ha accolto migliaia di persone, raggiunto traguardi, affrontato sfide, superato tante difficoltà. Anni di ascolto e accoglienza per dare alle persone una casa in cui ritrovarsi con gioia e avere cura degli altri.

Unitevi a noi

La forza della Ruga sono le persone

Diventa socio o socia del Club
Chi è iscritto al Club partecipa alle attività, svolge se può alcune mansioni in sede e ha un luogo in cui stare ogni giorno in compagnia.

Diventa volontario o volontaria
Chi fa volontariato da noi è una persona che mette a disposizione le sue competenze, propone attività di gruppo e dona il suo tempo.

100mila
socio e soci accolti

852
conferenze organizzate



La Ruga è casa

Venite a trovarci

Dall'autunno alla primavera
Chi vuole trascorrere qualche ora in compagnia ci trova in sede dal lunedì al sabato, dalle 15:00 alle 18:00.

In estate
Siamo al Parco Mignone per giocare a carte, a bocce, fare due chiacchiere e trascorrere serate danzanti mangiando qualcosa insieme.

Con noi puoi

- fare giochi di carte o da tavolo
- leggere i giornali
- ascoltare letture ad alta voce
- assistere a conferenze
- partecipare a concerti e fare musicoterapia
- seguire corsi di ballo, di ginnastica e acquagym
- partecipare a gite, escursioni e soggiorni marini
- condividere pranzi e cene per occasioni speciali e fare festa.

206
gite ed escursioni

82
soggiorni marini, montani e termali






Sostieni il nostro progetto

Diamo valore alla qualità della vita e investiamo i contributi ricevuti per attività sociali e culturali, per migliorare la quotidianità delle persone anziane, portare gioia e condivisione, non solo a loro ma a tutta la comunità.

Il nostro sito



Club La Ruga ODV
 Via Claudia Augusta 52/C
 39100 Bolzano
 Tel. 0471 263 584
 dalle 15.00 alle 18.00
 clublaruga@gmail.com
 www.clublaruga.bz.it

Con il sostegno di






Un ringraziamento al Club La Ruga

Spesso arrivo a sera e mi domando come sarebbe la mia vita senza La Ruga. Sarebbe vuota e monotona e io mi sentirei molto più sola.

Devo ringraziare tutte le persone che 10 anni fa mi hanno convinta a fare parte di questa associazione: mi hanno aiutata a superare la mancanza di mio marito, a scacciare la tristezza e non chiudermi in me stessa.

I figli crescono e i nipoti crescono ancora più velocemente e non hanno più così tanto bisogno di aiuto e di presenza ed è proprio in questa fase della vita che trovare un gruppo con cui condividere le giornate diventa importantissimo.

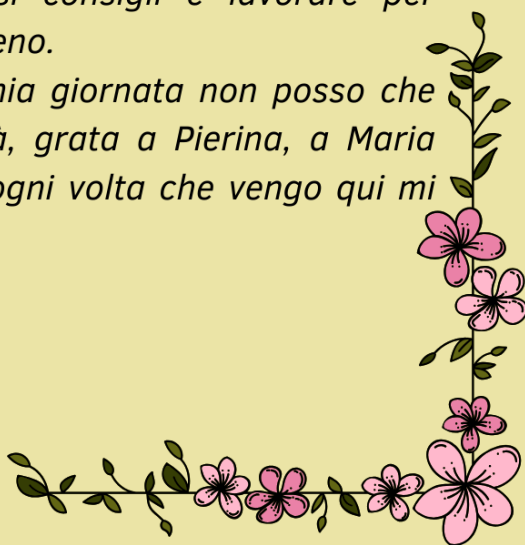
Io qui ho trovato delle persone speciali che mi hanno fatto sentire utile riempiendo le mie giornate di gioia e compagnia. Ho trovato un gruppo di persone che condividono un bellissimo obiettivo: rallegrare la vita ad altri, offrendo il proprio tempo e mettendo a disposizione le proprie risorse e la propria esperienza.

Sono stati anni pieni di impegni, eventi speciali, pranzi festosi, giochi a carte e tante chiacchiere e risate. È stato bello organizzare e preparare, scambiarsi consigli e lavorare per creare un ambiente accogliente e sereno.

E quando alla sera ripenso alla mia giornata non posso che essere grata per questa opportunità, grata a Pierina, a Maria Grazia, a Luisa e a tutti coloro che ogni volta che vengo qui mi accolgono con un bel sorriso.

Grazie!

Silvana





SEMBRA UNA PAGINA DI SPOT, UNA PAGINA DI SPOT??? SEMBRA.....

Vuoi stare in compagnia ogni tanto o ogni giorno per combattere la solitudine?
Vieni in sede ogni pomeriggio dal lunedì al sabato per trovare amici, leggere i quotidiani, fare una partita a carte, giocare a tombola chiacchierare e bere un caffè, un tè ecc.

Vuoi visitare posti nuovi o farti qualche settimana di vacanze in compagnia?

Partecipa a: gite ed escursioni di un giorno, o al soggiorno marino in giugno.

Vuoi passare l'estate in città all'aria aperta ma non da solo?

Partecipa a: L'estate al Parco Mignone con il club. Puoi giocare alle bocce, partecipare ai balli di gruppo e mangiare anche una pizza o una fetta d'anguria in compagnia.

Vuoi valorizzare le tue doti canore?

Partecipa ai pomeriggi di musicoterapia con il maestro Luca Dall'Asta – Canzoni, ricordi e tanta allegria.

Vuoi mostrare le tue capacità artistiche?

Partecipa al mercatino di Pasqua, Natale, festa del quartiere, fiere, ecc.

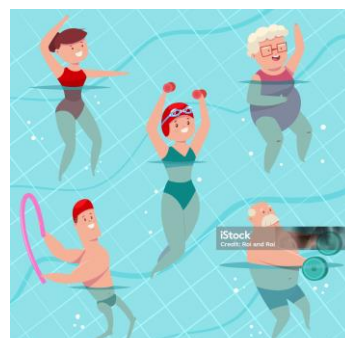
Non ti piace mangiare da solo?

Puoi gustare gli squisiti pranzi cucinati dai soci o partecipare ai rinfreschi e alle varie feste nella nostra sede.

Vuoi stare bene fisicamente e tonificare il tuo corpo?

Partecipa ai corsi di aquagym, ginnastica posturale, ginnastica su sedia ed ai balli gruppo con istruttori qualificati.

SEMBRA UNA PAGINA DI SPOT...MA SONO LE OFFERTE E LE INIZIATIVE DEL CLUB LA RUGA



Anche a Oltrisarco apre lo sportello medico e legale di primo ascolto

Dal mese di novembre anche a Oltrisarco presso il Club La Ruga in via Claudia Augusta 52C saranno operativi gli sportelli medico e legale di primo ascolto già attivi presso Auser e Vispa a Casanova.

Presso il Club La Ruga sarà possibile chiedere un appuntamento per il servizio dello sportello medico. I dottori Giovanni Cosio, Massimo Bertelli, Loris Fabbro e Christian Wenter, si sono messi a disposizione gratuitamente per chiarire eventuali domande su: orientamento medico di primo livello, aiuto a comprendere diagnosi e terapie, lettura referti di laboratorio e radiologici.

I giorni in cui sarà attivo lo sportello medico saranno il secondo e quarto martedì del mese dalle ore 9.00 alle ore 11.00

Per lo sportello legale si sono messi a disposizione gli avvocati: Juri Andriollo e Katia Marchetti che a titolo di volontariato offriranno informazioni legali sulla tutela dei diritti sia nei confronti di privati che delle istituzioni.

Lo sportello sarà aperto su appuntamento una volta al mese a partire dal 21 novembre 2025 dalle ore 9.00 alle ore 11.00 presso il Club La Ruga

Maria Grazia Zanetti



Pranzo

€ 23,00
Iscrizioni in sede
entro il
09/12/20

Ore 12:30

13 dicembre 2025

MENU

Tortino ricotta e spinaci
Risotto radicchio e salsiccia
Arrosto alla senape
Polenta - Crauti
Pere al vin brulè





20 dicembre Festa di Natale in Sede

Con giochi, premi ed allegria



Premi e vincitori della lotteria 20/12/'25



1° arancione 16

Anna

Mucsi

2° rosa 23

Luisa

Morini





3° arancione 63

Quintina

Quirino



4° rosa 35

Marina

Celi

La Bilancia dopo le Feste

Finita la festa, concluso il
banchetto,
tra sogni di dieta e un vago
rimpianto,
la bilancia ora siede sul proprio
pedistallo,
e il cenone ha fatto il suo fallo!
Addio torrone, addio spumante,
ora ci vuole un regime costante.
Verdura e tisana, un po' di
cammino,
per ritrovare il mio peso vicino.
Con calma e gentilezza, senza
digiuno,
che il benessere vero è di ciascuno.



Se sulla terra
pesi 90 chili
su marte ne
peseresti 35.

Quindi non
sono grassa,
ho solo
sbagliato
pianeta.

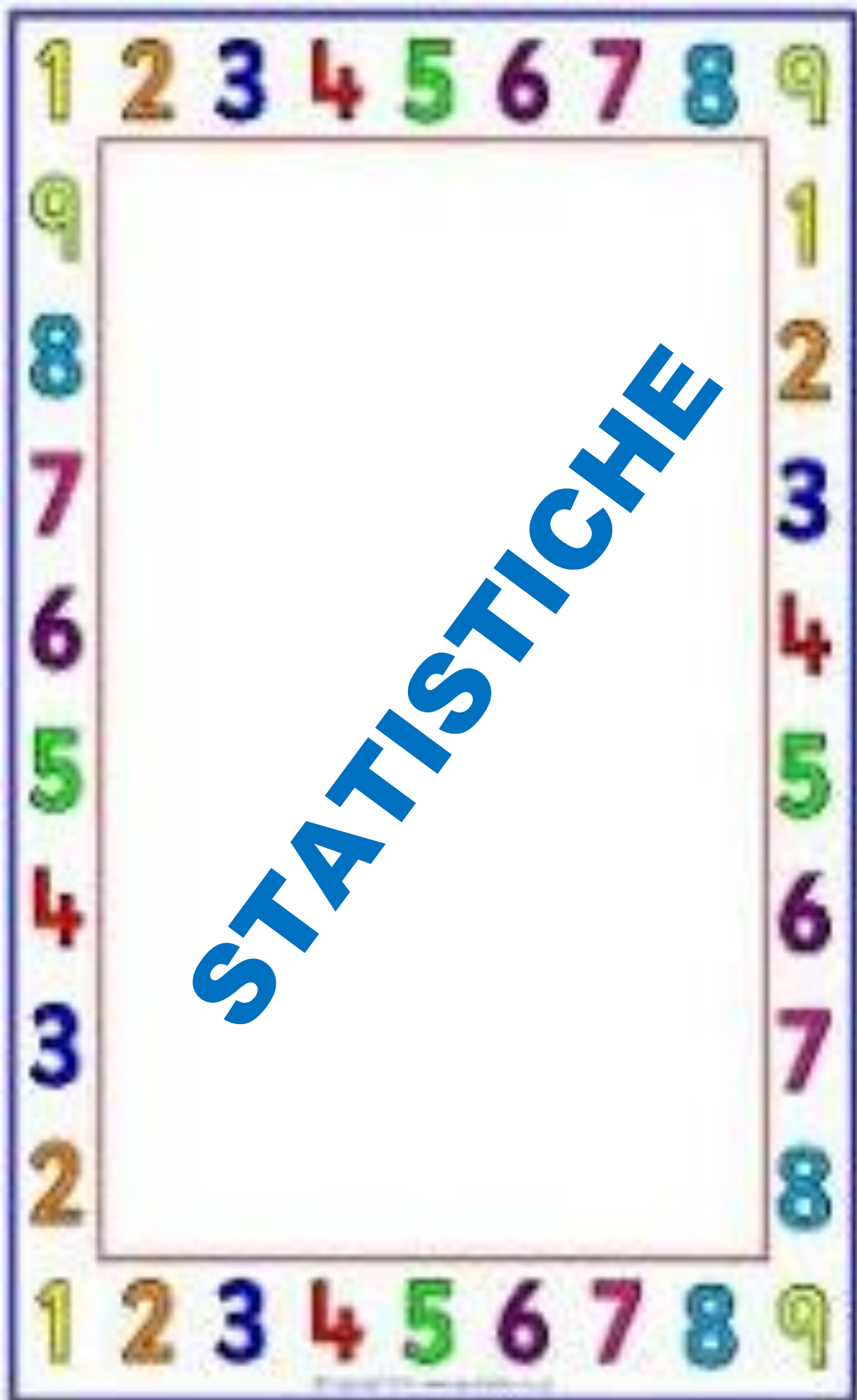


L'idea che un abito nero
possa snellirvi, ve la dovete
togliere dalla testa. Dopo le
feste soltanto il buio potrà
esservi d'aiuto.



Questa cosa che
il prosecco non
lo passa la mutua
va risolta





ORE VOLONTARIATO DEI SOCI NELL'ANNO 2025

	Soci	GEN	FEB	MAR	APR	MAG	GIU	LUG	AGO	SET	OTT	NOV	DIC	Totali
1	Bazzanella Sara			20,00	12,00	7,00	12,00	23,00		15,00	12,00		26,00	127,00
2	Brisighella Guido									10,00	10,00			20,00
3	Carfagnini Antonietta	3,00	3,00	6,00	6,00	7,00					10,00	3,00	7,00	45,00
4	Chizzali Christine	17,00		12,00	9,50	3,50	8,00	3,50	15,00	15,00	20,00	14,00	16,00	133,50
5	Giuliani Silvana	70,00	32,00	30,00	25,00	28,00	15,00			15,00	30,00	25,00	32,00	302,00
6	Gobbetti Giuliano	5,00		5,00		15,00		5,00						30,00
7	Longo Quirino	22,00	24,00	25,00	28,00	30,00	22,00	55,00	52,00	46,00	21,00	30,00	10,00	365,00
8	Mantoan Carlo	99,00	75,00	92,00	122,00	67,00	60,00	22,00	61,00	76,00	63,00	67,00	64,00	868,00
9	Merler Nella			25,00	20,00	15,00	5,00			30,00	30,00	10,00	30,00	165,00
10	Molon Maria Teresa									6,00				6,00
11	Morini Luisa	68,00	67,00	73,00	68,00	73,00	42,00	44,00	34,00	62,00	82,00	62,00	39,00	714,00
12	Previato Giorgio											4,00	7,00	11,00
13	Primon Tina	18,00	34,00	181,00	64,00	47,00	42,00	77,00	10,00	17,00	57,00	22,00	51,00	620,00
14	Squarcina Elisabetta	15,00	14,00	14,00	16,00	13,00	6,00	11,00	6,00	9,00	10,00	10,00	10,00	134,00
15	Tibaldo Lucia									6,00				6,00
16	Valeri Quintina						10,00	10,00	6,00	11,00	6,00			43,00
17	Visentin Maria Pia			11,00	12,00	8,00				6,00	10,00	17,00	13,00	77,00
18	Zanetti M.Grazia	94,50	99,00	94,00	72,00	95,00	2,00	40,00	31,00	82,00	84,00	76,00	54,00	823,50
19	Zomer M.Patrizia	28,00	27,00	31,00	19,00	22,00	13,00	9,00	16,00	30,00	21,00	23,00	19,00	258,00
	TOTALI	439,50	375,00	619,00	473,50	430,50	237,00	299,50	231,00	436,00	466,00	363,00	378,00	4.748,00

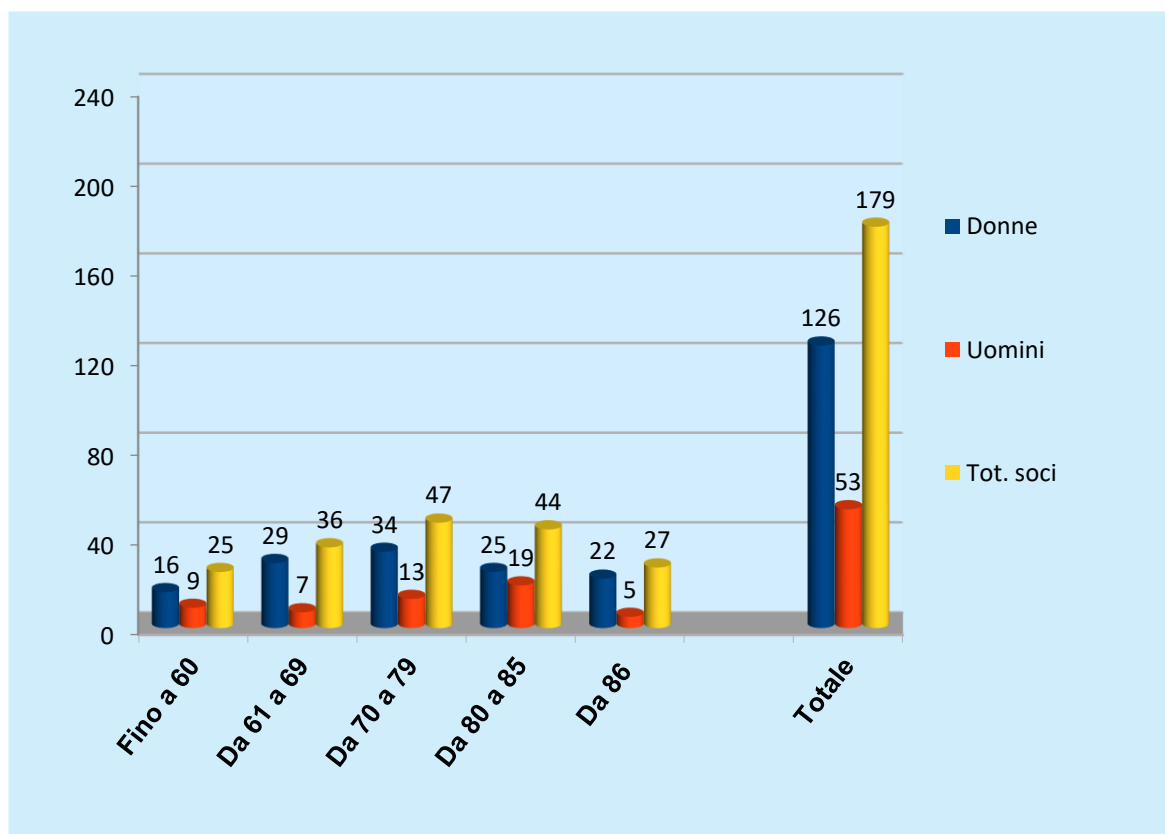
Bolzano, li 12 febbraio 2026

La Presidente

Maria Grazia Zanetti

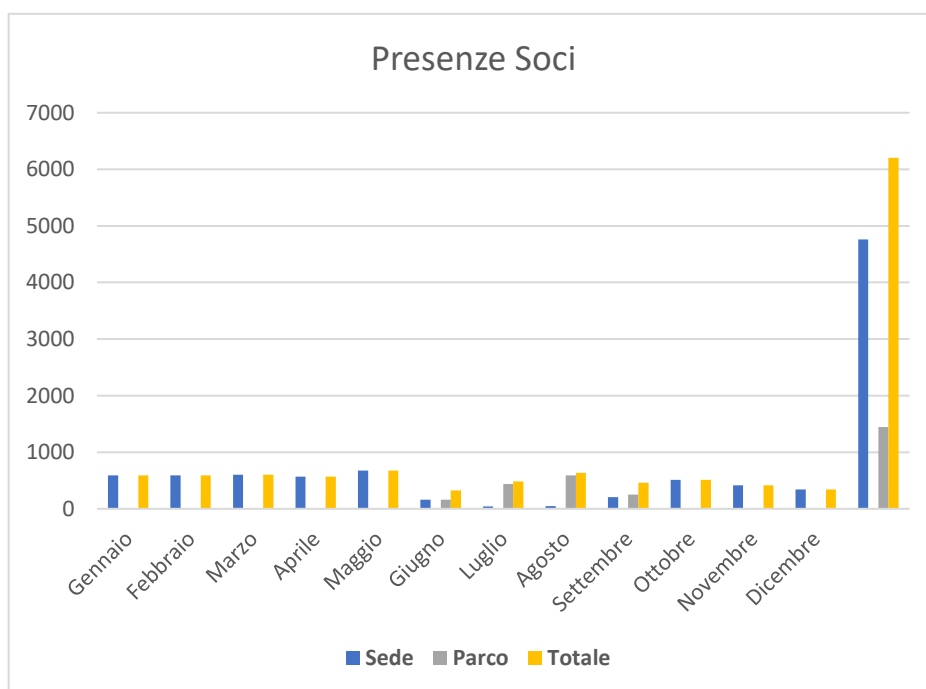
Età dei Soci Anno 2025

età	Donne	Uomini	Tot. soci
Fino a 60	16	9	25
Da 61 a 69	29	7	36
Da 70 a 79	34	13	47
Da 80 a 85	25	19	44
Da 86	22	5	27
Totale	126	53	179



Presenze Soci nel 2025

	Sede	Parco	<i>Totale</i>
Gennaio	591		591
Febbraio	593		593
Marzo	600		600
Aprile	571		571
Maggio	677		677
Giugno	162	162	324
Luglio	42	441	483
Agosto	49	589	638
Settembre	209	252	461
Ottobre	512		512
Novembre	414		414
Dicembre	340		340
	4760	1444	6204



Attività mensili 2025

GENNAIO 2025

- lunedì 6 gennaio** Festa dell'epifania con giochi a squadre
ore 15,30
- lunedì 13 gennaio** Musicoterapia con Luca Dall'Asta
ore 15,30
- martedì 14 gennaio** Lettura ad alta voce con Lucia e Giuliano
ore 15,30
- martedì 28 gennaio** Lettura ad alta voce con Lucia e Giuliano
ore 15,30
- giovedì 30 gennaio** Comunicazione del nuovo direttivo
ore 15,30



FEBBRAIO 2025

- lunedì 3 febbraio** Musicoterapia con Luca Dall'Asta
ore 15,30
- martedì 11 febbraio** Lettura ad alta voce con Lucia e Giuliano
ore 15,30
- giovedì 20 febbraio** Tombola in sede con ricchi premi
ore 15,30
- martedì 25 febbraio** Lettura ad alta voce con Lucia e Giuliano
ore 15,30
- giovedì 27 febbraio** Festa di Carnevale con crostolata
ore 15,30

SI RICORDA DI RINNOVARE LA TESSERA PER IL 2025, OGNI POMERIGGIO IN SEDE.



MARZO 2025

- sabato 1 marzo** *Assemblea dei soci*
bilanci e strenna 2024
ore 15,30
- sabato 8 marzo** *Festa della donna -*
Concerto di musica e parole in sede
ore 15,30
- martedì 11 marzo** *Lettura ad alta voce*
con Lucia e Giuliano
ore 15,30
- lunedì 17 marzo** *"Una Chitarra, una fisarmonica e tanti ricordi"* con Luca Dall'Asta
ore 15,30
- sabato 22 marzo** *Pranzo in sede*
ore 12,30
- martedì 25 marzo** *Lettura ad alta voce*
con Lucia e Giuliano
ore 15,30



APRILE 2025

- mercoledì 2 e 30 aprile** *Cenetta in sede per i soci*
ore 18,30
- lunedì 7 aprile** *Una Chitarra, una fisarmonica ... con Luca Dall'Asta*
ore 15,30
- martedì 8 aprile** *Lettura ad alta voce*
con Lucia e Giuliano
ore 15,30
- venerdì 11 aprile** *S. Messa di Pasqua con accompagnamento musicale*
ore 15,30
- sabato 12 aprile** *Inaugurazione della nuova sede*
ore 15,30
- martedì 22 aprile** *Lettura ad alta voce*
con Lucia e Giuliano
ore 15,30
- lunedì 28 aprile** *Una Chitarra, una fisarmonica ... con Luca Dall'Asta*
ore 15,30



MAGGIO 2025

martedì 6 maggio
ore 15,30 *Lettura ad alta voce
con Lucia e Giuliano*

sabato 10 maggio
ore 12,30 *Pranzo in sede*

lunedì 12 maggio
ore 15,30 *Torneo di carte a coppie
in sede*

giovedì 15 maggio
*Gita ai giardini di
Trauttmansdorff*

martedì 20 maggio
ore 15,30 *Lettura ad alta voce
con Lucia e Giuliano*

venerdì 23 maggio
ore 15,30 *Concerto di violino in sede
con Paolo Parmeggiani*

domenica 25 maggio
ore 15,30 *Festa della mamma
presso la sala Rosenbach -
piazza Nikoletti*

martedì 27 maggio
ore 15,30 *Tombola in sede*



GIUGNO 2025

**da domenica 1 giugno
a domenica 15 giugno** *Soggiorno marino
a Cattolica*

sabato 21 giugno
ore 16.30 *Concerto d'estate al
Parco Mignone con i
'Cinnamon Rolls and friends'
(In caso di maltempo nella
sala Rosenbach di piazza
Nikoletti)*

**ogni martedì dal
24 giugno al 19 agosto**
dalle ore 18.30
alle ore 19.30 *Balli di gruppo al Parco
Mignone con il maestro
Giancarlo*

giovedì 26 giugno
alle ore 18.30 *Cenetta in sede*



LUGLIO 2025

Ogni martedì dalle ore 18,30 alle 19,30
**Ballo di gruppo al Parco con il maestro
Giancarlo Schiavon**

Giovedì 10 2 giovedì 24 dalle 17 alle 18
Un chitarra e una fisarmonica...
Con Luca Dall'Asta

Da ricordare:
**dal 20 giugno siamo al Parco Mignone
con le nostre attività e con il gioco
delle bocce**



AGOSTO 2025

Martedì 5 – 12 – 19
dalle ore 18,30 alle 19,30
**Ballo di gruppo al Parco con il
maestro Giancarlo Schiavon**

Sabato 9 e sabato 23
Alle ore 17
**Mangiamo l'anguria in
compagnia al Parco**



SETTEMBRE 2025

Iscrizioni ai corsi di

**ACQUAGYM, GINNASTICA POSTURALE
GINNASTICA SU SEDIA, BALLI DI GRUPPO**

ogni mercoledì e giovedì pomeriggio dal 10 settembre in sede, telefonando o inviando una e-mail (clublaruga@gmail.com)

da venerdì 19
a domenica 21
settembre

Weekend al mare
Cervia, Cattolica, Rimini,
Montegridolfo

mercoledì 24
settembre
alle ore 18.30

Cenetta in sede
(con menu a sorpresa)

sabato 27 settembre

"SABATO LUNGO" di
Oltresarco - Aslago
in via S. Geltrude
con VASO della
FORTUNA



OTTOBRE 2025

Giovedì 2 dalle ore 15,30

FESTA DEI NONNI

La seconda settimana di ottobre
inizio dei corsi:

Ballo di gruppo al lunedì – aquagym al martedì

Ginnastica posturale al mercoledì

Ginnastica su sedia al giovedì

Sabato 18 alle 12,30 pranzo in sede

Sabato 25 dalle 15,30 castagnata

Venerdì 31 dalle 15,30 Assemblea mensile



NOVEMBRE 2025

martedì 4 novembre
ore 15,30

Lettura ad alta voce
con Lucia e Giuliano

venerdì 7 novembre
ore 15,30

Musicoterapia con Luca
Dall'Asta

martedì 11 e 25 novembre
ore 9.00/11.00

Un medico per te

mercoledì 12
novembre ore 18,30

Cenetta

sabato 15 novembre
ore 15,30

GIUBILEO DEL CLUB LA RUGA
PRESSO LA SALA ROSENBAACH

martedì 18 novembre
ore 15,30

Lettura ad alta voce
con Lucia e Giuliano

giovedì 20 novembre
ore 15,30

Torneo di carte

venerdì 21 novembre
ore 9.00/11.00

Un avvocato per te

venerdì 28 novembre
ore 15,30

Musicoterapia con Luca
Dall'Asta

sabato 29 novembre
ore 15,30

Incontro mensile con
programma di dicembre e ...



DICEMBRE 2025

martedì 2 dicembre
ore 15,30

Lettura ad alta voce
con Lucia e Giuliano

giovedì 4 dicembre
ore 18,30

Pizzata per i volontari e
collaboratori in sede

venerdì 5 o 12 dicembre
ore 15,30

Conferenza di Francesco Berg
su massoterapia e osteopatia

martedì 9 dicembre
ore 9.00/11.00

Un medico per te

sabato 13 dicembre
ore 12,30

Pranzo di Natale
(vedi volantino)

lunedì 15 dicembre
ore 15,30

Musicoterapia con Luca
Dall'Asta

martedì 16 dicembre
ore 15,30

Lettura ad alta voce
con Lucia e Giuliano

venerdì 19 dicembre
ore 10,00

Un avvocato per te

venerdì 19 dicembre
ore 15,30

S. Messa di Natale

sabato 20 dicembre
ore 15,30

Festa di Natale in sede

mercoledì 31
dicembre ore 15,30

Tombola e brindisi



Redazione

Silvana Giuliani

Quirino Longo

Tina Primon

Lucia Tibaldo

Liliana Vezzaro

Mariapia Visentin

Maria Grazia Zanetti

Patrizia Zomer



Illustrazioni, impaginazione curate da:

Mariapia Visentin



Fascicolatura curata da:

Maria Grazia Zanetti

Luisa Morini

Carlo Mantoan

