

In questo numero:

- UNIVERSITA' dell'ADULTO 2012/13: siamo già pronti a soli 20,00 Euro !
- FOTO dell'ESTATE 2012: manda una foto
- Domenica 23 Settembre: visita a Busseto con il Maestro Massimo Mazza
- PESCHIERA DIGITALE un corso annuale di informatica per tutti
- Corso base di DISEGNO
- Corso di ACQUERELLO e NON SOLO a S.BOVIO
- AROMATERAPIA a PESCHIERA: prove olfattive di essenze e profumi
- E, per i più bravi ... CORSO AVANZATO di ACQUERELLO
- CAMMINA a PESCHIERA: da Mercoledì 26 Settembre (ogni Mercoledì) un nuovo progetto per stare insieme in salute
- QUATTRO PASSI a MILANO: arriverci a Settembre
- SI SCRIVE a PESCHIERA: continua il progetto di scrittura

UNIVERSITA' dell'ADULTO 2012/13: e' già disponibile il nuovo calendario corsi ... con una grandissima novità !!

Ecco il nuovo "scoppiettante" calendario ed una grande novità ...

- dal 24 Settembre 2012: **Figure femminili nelle opere di VERDI**
- dal 29 Ottobre: **Viaggio nel CINEMA italiano**
- dal 3 Dicembre: **ENERGIE rinnovabili e SVILUPPO sostenibile**
- dal 14 Gennaio 2013: **ARTE nel Mediterraneo**
- dal 18 Febbraio: **La COMUNICAZIONE interpersonale**
- dal 25 Marzo: **Storia della REPUBBLICA italiana**
- dal 6 Maggio: **DIRITTI ed ECONOMIA in famiglia**

Come sempre, le lezioni si terranno presso:

- Sala Matteotti del Municipio di Peschiera Borromeo
- Sala Conferenze c/o Biblioteca di Monasterolo (ARTE)

a partire da Lunedì 24 Settembre 2012 dalle 20:30 alle 22:30.

Solo 20,00 € per tutti i 7 Corsi dell'anno !

Ingresso libero per i giovani fino a 25 anni !

Per favorire la partecipazione dei cittadini, quest'anno avremo una sola **quota d'iscrizione a tutti i Corsi dell'Università dell'Adulto 2012/13: 20,00 Euro** (oltre all'iscrizione AUSER 2013)

Inoltre, proprio per favorire l'integrazione intergenerazionale, per i giovani, che hanno meno di 25 anni, l'ingresso sarà libero!

Non mancate a queste belle serate d'amicizia e di cultura. Basta sonnecchiare sul divano di casa davanti alla TV.

Dal 24 Settembre, con il primo corso di MUSICA, ascolteremo le opere verdiane e le sue eroine con il M.tro Massimo Mazza.

Vi aspettiamo ...

**Venerdì 21 Settembre, ore 21:00:
inaugurazione dell'ottavo anno
e proclamazione della FOTO dell'ESTATE !**

Visto il successo dell'anno scorso, ritorna il nostro concorso ...

- VACANZE SOLLIEVO: settimane estive a Berceto
- ITALIANI, BRAVA GENTE: una testimonianza dal terremoto

Per ogni ulteriore info, visita il sito:

auser.
peschieraborromeo.eu

oppure contattaci
email:
auser.peschiera
@hotmail.it
telefono:
342.7665049

Per l'inaugurazione del nostro **ottavo anno** di attivita' abbiamo pensato di organizzare una serata di divertimento e di gioia.

Sceglieremo, **tutti insieme**, le **migliori tre foto digitali** (quelle piu' spiritose e strane) tra quelle spedite alla nostra email (auser.peschiera@hotmail.it).

Potete tutti partecipare liberamente: basta spedire una foto digitale, che parla della vostra estate (**in vacanza o a Peschiera**), e si puo' **vincere un bellissimo cesto di prodotti alimentari**.

GITA a BUSSETO ed ai caseifici Domenica 23 Settembre

Domenica 23 Settembre, in occasione dell'anno verdiano ed accompagnati dal Maestro Massimo Mazza, partiremo per una visita guidata a Busseto.



Nel pomeriggio, visita ai luoghi di Giovanni Guareschi ed ai caseifici del Parmigiano-Reggiano.

ore **7:00** Ritrovo a Peschiera Borromeo (P.le COOP - Via Moro 1)

ore **9:30** Arrivo a Roncole Verdi e visita alla Casa natale del Maestro, Chiesa di S.Michele, Teatro Verdi (all'interno della Rocca Pallavicino) e Museo Verdiano di Casa Barezzi

ore **13:00** Pranzo all'Agriturismo "Il bosso":

- *antipasti di salumi misti, torta fritta, salse della casa e Parmigiano*
- *pisarei e fasò, tortelli d'erbetta, risotto alla contadina*
- *stinco e coppa al forno con patate e insalata*
- *dolce, vino locale, acqua e caffè*

ore **15:30** Visita alla casa di Guareschi (autore di Don Camillo): "Club dei 23"

ore **16:30** Visita ai caseifici di Parmigiano Reggiano con degustazione

ore **18:00** Ripartenza e rientro a Peschiera Borromeo

Quota di partecipazione: 55,00 Euro (oltre all'iscrizione AUSER 2013)
Per maggiori informazioni e per iscrizioni: auser.peschiera@hotmail.it

PESCHIERA DIGITALE: un corso annuale di informatica per tutti ...

Il computer questo (s)conosciuto: un progetto per principianti dedicato a coloro che vogliono conoscere ed utilizzare le nuove tecnologie informatiche.

Il corso si compone di **18 incontri (1' e 3'**

Mercoledì, ore 21:00) a partire da

Mercoledì 3 Ottobre 2012

Quota di iscrizione: 40,00 Euro
(oltre all'iscrizione AUSER 2013)



Durante i 18 incontri di un'ora e mezza, ci sara' l'occasione di conoscere vari aspetti dell'uso di un Personal Computer:

- le parti che compongono il PC,
- la gestione dell'ambiente Windows (start, salvataggi, archivi, ...),
- l'uso di Word e di Excel,
- l'uso di Internet (posta elettronica e navigazione).

Quota di partecipazione: 40,00 Euro (oltre all'iscrizione AUSER 2013)
Sede del corso: sede AUSER c/o Centro Polif. "S.Pertini"

Prenotate subito uno dei limitati posti disponibili ...

CORSO di DISEGNO: da Giovedì 4 Ottobre **corso pomeridiano di arti** **figurative**

Giovedì 4 Ottobre, parte il "**Corso di disegno e di arti figurative**" sotto la guida dell'**Arch. Anna Maria Zanaga**.



Si tratta di un corso annuale (suddiviso in due cicli indipendenti), che coinvolgerà i partecipanti **per 24 incontri pomeridiani di due ore l'una (dalle 16:00 alle 18:00)** e costituirà l'occasione per conoscere i principali temi del disegno:

- scelta dell'inquadratura,
- equilibrio tra pieni e vuoti,
- cura delle proporzioni,
- ombra propria ed ombra portata,
- teoria del colore
- uso del segno grafico: tratteggi, puntinato, sfumato.

La sede del corso è presso la sede AUSER (Centro Polif. "S.Pertini").

Quota di partecipazione per ogni ciclo di 12 incontri:
- 40,00 Euro (oltre all'iscrizione AUSER 2013)

**Poiché i posti disponibili sono limitati (massimo 24 partecipanti),
affrettatevi ad iscrivervi ...**

CORSO di ACQUERELLO e NON SOLO a S.BOVIO: **da Martedì 2 Ottobre**

A partire da Martedì 2 Ottobre, **dopo i successi riscossi l'anno scorso**, inizia a **San Bovio** un nuovo "**Corso di acquerello e non solo ...**" dedicato a principianti e persone che si avvicinano per la prima volta all'arte ed ai colori.



L'**Arch. Anna Maria Zanaga** proseguirà per tutto l'anno l'approfondimento delle tecniche di composizione e di colore dell'acquerello.

Durante 24 lezioni pomeridiane di due ore l'una (dalle 16:00 alle 18:00 e suddivise in due cicli indipendenti), ci sarà l'occasione di conoscere i principali segreti di questa antica e fascinosa arte pittorica.

La sede del corso è:
Centro Civico di San Bovio (in Via Trento) a Peschiera Borromeo.

Quota di partecipazione per ogni ciclo di 12 incontri:
- 40,00 Euro (oltre all'iscrizione AUSER 2013)

**Poiché i posti disponibili sono limitati (massimo 12 partecipanti),
affrettatevi ad iscrivervi ...**

AROMATERAPIA a PESCHIERA: prove olfattive di essenze e profumi

Da **Giovedì 27 Settembre 2012 (ore 21:00)**, presso la sede AUSER di Peschiera Borromeo, inizia una serie di sei incontri serali per effettuare un viaggio tra oli essenziali, resine e acque floreali.

Si tratta di **6 incontri** con il Dr. F. Mariucci con **prove olfattive di essenze e profumi**, che si concluderanno con la **realizzazione di un'acqua di colonia** da parte di ogni singolo partecipante.



Ogni 2' e 4' Giovedì (21:00 – 22:30), **con un limite massimo di 15 partecipanti**, potrete conoscere il mondo delle materie prime profumate, partendo dalle ricette più antiche fino alla profumeria moderna. Sarà approfondito il legame tra olfatto, memoria ed emozioni, attraverso l'interpretazione dell'**arte di comporre fragranze**.

Al termine, vi portate a casa la colonia creata da voi !!!

Quota di partecipazione: 40,00 Euro (oltre all'iscrizione AUSER 2013)
Per maggiori informazioni e per iscrizioni: auser.peschiera@hotmail.it

E, per i più bravi ... CORSO AVANZATO di ACQUERELLO

Dopo aver frequentato i corsi degli anni precedenti, i nostri Soci "pittori", non hanno voluto più smettere ...

A partire da **Martedì 2 Ottobre**, i partecipanti si troveranno alle ore 16:00 presso il Circolo Nuova Sardegna (Via Don Sturzo, di fianco al Cinema "De Sica") per **due cicli di 12 incontri ciascuno (dalle 16:00 alle 18:00)**.

Questa volta sarà il **pittore Alessandro Curadi**, che ha dipinto quadri per la Scuola Civica di Musica di Peschiera, a guidare i nostri "artisti" verso un **perfezionamento** delle loro competenze ed abilità.

Quota di partecipazione per ogni ciclo di 12 incontri:
- 60,00 Euro (oltre all'iscrizione AUSER 2013)

Poiché i posti disponibili sono limitati (massimo 12 partecipanti), affrettatevi ad iscrivervi ...

CAMMINA a PESCHIERA: appuntamento a Settembre

Questo progetto è dedicato a tutti coloro che amano stare insieme in allegria passeggiando in ambienti naturali.

Per quest'anno abbiamo concluso e ci godremo un po' di vacanze: ma, a partire dal

26 Settembre, ogni Mercoledì (ore 14:30) ci si ritrova presso la sede **AUSER** (P.zza Paolo VI) per una camminata salutare, **accompagnati dai volontari AUSER**.

Al termine della camminata della durata di circa



2 ore (ma anche durante il percorso) saranno eseguiti **esercizi di stretching** per mantenersi in forma.

Su YouTube potete vedere il video della prima uscita, che si e' svolta recentemente con grande soddisfazione di tutti i partecipanti:

<http://youtu.be/df0ykkMCDc>

Quota di partecipazione: e' sufficiente l'iscrizione AUSER 2013

Per maggiori informazioni e per iscrizioni: auser.peschiera@hotmail.it

QUATTRO PASSI a MILANO: arrivederci a Settembre ...

... il progetto "QUATTRO PASSI a MILANO", a cura della nostra VicePresidente, Ilide Boni, che propone visite e/o passeggiate da fare in compagnia, riprendera' a Settembre.

Chi vuole partecipare, puo' contattare direttamente Ilide Boni (339.5460065) o scrivere ad auser.peschiera@hotmail.it



SI SCRIVE a PESCHIERA: il 2' e 4' Mercoledì' di ogni mese continua il progetto di scrittura ...

Si inizia Mercoledì' 26 Settembre (ore 21:00) !

Gli obiettivi di questo progetto sono chiaramente indicati nel titolo: si tratta di stimolare le persone alla scrittura di fatti, o di riflessioni sulla propria vita, al fine di riappropriarsi dei propri ricordi attraverso forme di pubblicizzazione, valore e riconoscimento.

L'invito e' rivolto a tutti coloro che intendano sottoporsi a un piccolo esercizio di scrittura e che sentano soprattutto il bisogno di "riportare in superficie" storie, episodi, pensieri che, riposti negli interstizi della memoria, incalzano i canali dell'emozione.

Gli incontri si terranno presso la **sede AUSER (c/o Centro Polif. "S.Pertini") dalle 21:00 alle 23:00.**

Quota di partecipazione: 20,00 Euro (oltre all'iscrizione AUSER 2013)



VACANZE SOLLIEVO: soggiorni estivi a Berceto

Dal 2002 "Sulla Via" (Onlus) si affianca a soggetti adulti in difficoltà' ed alle loro famiglie, proponendo **percorsi di aiuto** tesi a migliorare la qualità' del vivere quotidiano, operando nelle due sedi di Peschiera Borromeo (attività' diurna) e di Berceto (regime residenziale).

Con l'avvicinarsi della stagione estiva, tradizionalmente dedicata al riposo, proponiamo in particolare l'accoglienza presso il nostro Centro di Berceto, in cui e' possibile sperimentare una forma di "vacanza" attenta alla fragilità' e dotata di idonei strumenti di sostegno.



Il Centro e' ubicato nell'ambiente incontaminato dell'Appennino Emiliano, e' in grado di accogliere 6 persone (numero ottimale per la massima efficacia dei percorsi proposti) e, sempre in attuazione di progetti mirati.

Le attivita' possibili sono le seguenti.

- **Percorsi di recupero:** si utilizzano strumenti specifici (training autogeno, colloqui di sostegno, pet therapy, occupazionalita').
- **Sostegno all'autonomia:** sviluppo della capacita' di provvedere alle incombenze quotidiane basilari per la cura di se' e dell'ambiente abitativo.
- **Percorsi a sostegno delle relazioni familiari:** accoglienza di singoli, coppie o nuclei familiari in momenti di particolare criticita' o difficolta', oltre alla semplice accoglienza si possono offrire strumenti di sostegno competente come colloqui psicologici.
- **Soggiorno di riposo, vacanze sollievo:** si ospitano soggetti fragili impossibilitati a vivere da soli, ma in situazione di compenso psicofisico e discretamente autonomi e sono finalizzati a sollevare la famiglia dalla incombenza e dell'affiancamento quotidiano e abituale, consentendole di utilizzare il proprio tempo liberamente (per una meritata vacanza o per ogni altra necessita').

Per saperne di piu': www.sullavia.org oppure 333.8636888

ARRIVEDERCI a SABATO 1 SETTEMBRE !

L'AUSER INSIEME di Peschiera Borromeo va in vacanza.

Ci rivedremo da Sabato 1 Settembre presso la nostra sede al Centro Polif. "S.Pertini" (P.zza Paolo VI - "barca rovesciata")

Buone vacanze a tutti !
Buone vacanze a tutti !
Vi aspettiamo
Sabato 1 Settembre !

**Se volete scriverci, potete usare la posta elettronica:
auser.peschiera@hotmail.it**

Come prendere contatto con AUSER INSIEME di Peschiera Borromeo

L'iscrizione annuale alla nostra associazione AUSER INSIEME di Peschiera Borromeo e' pari a 15,00 Euro.

Le iscrizioni alle nostre iniziative si effettuano presso il Centro Polif. "S.Pertini" (P.zza Paolo VI - Peschiera Borromeo) il **Sabato (dalle 10:00 alle 12:00)**.

E', inoltre, possibile utilizzare un bonifico bancario tramite il **C/C bancario (codice IBAN) IT91 Q030 6933 5711 0000 0007 024 intestato a AUSER INSIEME** di Peschiera Borromeo - Via F.lli Cervi 16/9 - 20068

Peschiera Borromeo, ricordando di indicare il progetto prescelto nella Causale di Versamento.

Ed ora, grande novita':

LINEA DIRETTA con AUSER PESCHIERA: 342.7665049

La PIANTA del MESE: Ruscus aculeatus - Pungitopo (a cura del dr. F. Mariucci)

Il **pungitopo** è un arbusto sempreverde con rizoma strisciante che emana un debole odore di tremontina.

La caratteristica botanica di questa pianta è quella di avere i rami terminali larghi e sottili dall'aspetto di foglie. Già nell'antichità Dioscoride ne esaltava le proprietà diuretiche. Il rizoma di **pungitopo** è ricco in ruscogenine capaci di una marcata attività antinfiammatoria e antiedemigena, soprattutto per un'azione vasocostrittrice periferica ed una modulazione della permeabilità e resistenza capillare. E' indicato soprattutto per il trattamento dell'eccesso di ritenzione idrica, l'edema e la varicosità degli arti inferiori (gambe pesanti).



“Diario della bellezza” (a cura di Atticus)

A cura di un nostro socio, pubblichiamo recensioni di libri, film o racconti, dedicati a chi vuole assaporare la bellezza della vita.

Chi volesse commentare il testo, può scrivere a:
auser.peschiera@hotmail.it



Moonlight w.

Il vento aveva cominciato a soffiare tra gli alberi e lui sentiva che era venuto il momento di andare, di lasciare i compagni di avventura e le loro feste di sangue. La sua era sempre stata un'indole solitaria, e ora che il vento piegava le punte degli abeti per indicargli la direzione da prendere, sentiva che questa impellenza di solitudine diventava in lui sempre più forte.



I più nemmeno ci provavano a seguirlo, perché lui non era un capo e questo i compagni lo sapevano. I capi hanno bisogno di seguaci e lui non aveva bisogno di nessuno, ma nonostante questo lo rispettavano e ne avevano timore. Solo uno, più che altro per fascinazione, lo aveva seguito per

qualche giorno, stando però a debita distanza sulle alture coperte dalla prima neve; e lui ogni tanto si voltava a scrutarlo, ma non in modo minaccioso. Lo guardava fisso, come ad esortarlo a farsi le domande giuste: era quella la vita che voleva? Allora anche l'inseguitore si fermava e non osava avvicinarsi, come se la solitudine dell'altro fosse una lunga ombra che non si poteva calpestare. Così gli era stato dietro per tre giorni interi ma poi aveva desistito e sulle alture ogni cosa viva era scomparsa. Da quel momento ad inseguirlo c'era stato solo il vento che faceva rotolare palle di arbusti sulla pianura.

Si era nutrito di piccole creature che si muovevano goffamente nella neve. Erano facili da cacciare ma troppo rare per il suo corpo malnutrito e la fame era un morso continuo che lo portava quasi a uno sfinimento di morte. Ma poi

c'era sempre qualche preda che incrociava la sua strada, pronta per i suoi sensi acuiti dal bisogno. Quel languore allora finalmente passava e l'energia ricominciava a pulsargli nel sangue e lo spingeva ad andare avanti su quei territori sconfinati di ghiaccio e solitudine.

Dopo una giornata di caccia quasi inutile, era ormai notte quando scese dall'altipiano e si diresse verso un piccolo lago con le rive spruzzate di neve.

Il cielo era un velluto nero su cui si adagiavano milioni di zaffiri. Non capiva quelle stelle che tuttavia lo ammaliavano e lo facevano sentire parte di qualcosa di grande. Vedeva per la prima volta nell'acqua il riflesso del suo corpo magro, lui che aveva bevuto sempre e solo neve, e capì chi era. Il vento si era placato, finalmente, e quel sibilo leggero, ora, poteva essere semplicemente il respiro di Dio.

ITALIANI, BRAVA GENTE: una testimonianza dal terremoto

Lettera del primario del reparto di Ostetrica e Ginecologia di Carpi (Modena)

Presidio Ospedaliero

Ospedale B. Ramazzini di Carpi

Unità Operativa di Ostetrica e Ginecologia

... Direttore: Dr. P. Accorsi

Carpi, lì: 03/06/2012

Oggetto: Ai medici, alle ostetriche, alle infermiere, alle puericultrici, alle OSS

Carissime/i,

ci sono fatti e situazioni che non si possono tacere. Avrei il desiderio, e forse anche il bisogno, di dirlo al mondo intero. Al momento posso dirlo a voi.

Grazie. A tutte/i.

Martedì 29, un giorno che rimarrà nella memoria, ho avuto la fortuna di trovarmi al quarto piano e vi ho visto. In questa situazione irrealistica ho visto tutti, senza esclusione, attivarsi per l'evacuazione del piano. Gli occhi pieni di paura, la voce ferma nel dare gli ordini per uscire in modo ordinato e rapidissimo, ma anche pronti a rassicurare ed "accompagnare" chi era attanagliato dal terrore.

Grazie. A tutte/i.

E dopo un attimo tutto il piano era evacuato, pervaso da un silenzio irrealistico; e la vita "ostetrica" stava già partendo nel prato, un miracolo. Con le mamme, le operate (qualcuna portata giù di peso per 4 piani!), le quasi mamme in travaglio, ricominciava l'assistenza, quasi come se nulla fosse accaduto.

Grazie. A tutte/i.

Pochi minuti dopo è arrivato di corsa al quarto piano chi stava lavorando al primo: dopo avere evacuato gli ambulatori si sono precipitati in reparto per offrire il proprio contributo. Per non parlare di chi era in sala operatoria: hanno tutti continuato imperterriti l'intervento in corso, iniziato da poco e portato perfettamente a termine...

Grazie. A tutte/i.

Subito dopo è iniziata la processione in senso contrario: dal prato al quarto piano per recuperare farmaci, materiali vari, attrezzature. Su quelle scale si è registrato un viavai mai visto sulle cosiddette scale di emergenza. E, carichi

come dei somarelli, giù di corsa nel prato a portare quanto necessario, pronti a risalire subito dopo.

Grazie. A tutte/i.

Poi l'arrivo di chi non era al lavoro al momento della prima scossa, accorso a portare il proprio contributo nell'emergenza. E chi c'era già, rimaneva tanto oltre il proprio turno...A fine mattinata il Dr Ghirardini mi ha chiesto aiuto perché su Sassuolo si stavano riversando anche le donne modenesi. Un ringraziamento lo debbo anche a chi ha subito accettato di andare a lavorare a Sassuolo; e a quanti stanno continuando ad andare. E' un disagio importante, che continua: ve ne sono grato. Alla stessa maniera esprimo gratitudine a chi, nelle tende, è impegnato a lavorare nel modo più normale possibile, ma in un luogo ed in situazioni che di normale non hanno nulla.

Grazie. A tutte/i.

In un paese dai tanti capitani Schettino, divenuto ormai l'emblema della codardia, ho ammirato i tanti operatori che hanno dimostrato coraggio, capacità, prontezza mettendo a rischio la propria incolumità per la salute degli altri.

Grazie. A tutte/i.

A nome delle donne, dei bimbi, delle loro famiglie. Siete persone stupende. Tenete duro, tra poco si ricomincia... Un abbraccio

Paolo Accorsi