

# Guida per la terza età 2016-2017



Comune  
di Modena

Assessorato alla Coesione Sociale,  
Sanità, Welfare, Integrazione  
e Cittadinanza

# INDICE

	pag.		pag.
<b>I SERVIZI DELL'AMMINISTRAZIONE</b>			
• Il Comune in rete . . . . .	7	• AICS . . . . .	46
• URP Ufficio Relazione con il Pubblico . . . . .	7	• AIDO . . . . .	46
• Sportello Sociale Cittadino . . . . .	7	• AISTOM . . . . .	46
• Sportello "Non da soli" . . . . .	8	• ANCeSCAO Coordinamento Provinciale Associazione Nazionale Centri Sociali, Comitati Anziani e Orti . . . . .	47
• Punti di Terapia Iniezione . . . . .	9	• ALICE . . . . .	48
• Centri di Socializzazione Territoriali . . . . .	9	• ANTEAS . . . . .	48
• Orti per anziani . . . . .	10	• APOM . . . . .	49
• Percorsi Benessere . . . . .	10	• ARCI Polivalenti e Circoli . . . . .	49
• Benessere in menopausa . . . . .	10	• Ass.Naz.le Vigili Del Fuoco Del Corpo Nazionale . . . . .	50
• Soggiorni estivi a Pinarella di Cervia . . . . .	11	• AUSER . . . . .	50
• Nonno sale in cattedra . . . . .	11	• AVCA Associazione Volontari Comitati Anziani . . . . .	51
• Attività di volontariato . . . . .	11	• AVIS . . . . .	51
• Tessera riduzione cinematografica . . . . .	12	• AVO . . . . .	51
• Centro per le Famiglie . . . . .	12	• AVPA Croce Blu . . . . .	52
• Biblioteche . . . . .	13	• Banca del Tempo . . . . .	52
• Centro del libro parlato . . . . .	13	• Bocciofila Modenese Ass. Sportiva Dilettantistica . . . . .	53
• In Ludoteca, Centri Gioco e Laboratori con i nipoti . . . . .	13	• Caritas Diocesana Modenese . . . . .	53
		• Centro Attività Psicosomatiche . . . . .	53
<b>I SERVIZI PER LE ASSOCIAZIONI</b>		• Circolo Hobbistico Modenese . . . . .	54
• Associazione Servizi per il Volontariato di Modena . . . . .	15	• Circolo Ricreativo Culturale di Cittanova . . . . .	55
• Consulta delle Politiche Familiari, Solidali e della Coesione Sociale . . . . .	16	• Circolo Sportivo Dilettantistico Sirenella . . . . .	55
• Comitati Consultivi Misti (CCM) di Modena: la "voce dei cittadini" nella sanità locale . . . . .	16	• G.P. Vecchi "Pro Senectute et Dementia" . . . . .	55
• Punto Unico del volontariato e Punto Libri . . . . .	17	• CSI . . . . .	56
		• Il Pozzo Jing . . . . .	56
<b>TEATRI</b>		• Insieme a Noi . . . . .	57
. . . . .	19	• Parkinson Modena . . . . .	57
		• UISP . . . . .	57
<b>ASSOCIAZIONI CULTURALI</b>			
• Circolo Culturale Arte e Pensiero . . . . .	20	<b>ATTIVITÀ PARROCCHIALI</b>	
• Cultura e Vita . . . . .	20	• Parrocchie . . . . .	59
• L'Incontro . . . . .	21	• Centri di ascolto . . . . .	59
• Università per la Libera Età Natalia Ginzburg . . . . .	23	• Attività Ricreative e Laboratori . . . . .	60
• Università per la Terza Età . . . . .	33		
• Università per tutte le età Salotto Magico . . . . .	43	<b>SINDACATI</b>	
		• CUPLA . . . . .	61
<b>ASSOCIAZIONI</b>		• FNP CISL . . . . .	61
• ACAT . . . . .	45	• SPI CGIL . . . . .	62
• ACLI . . . . .	45	• UILP UIL . . . . .	62



## GUIDA PER LA TERZA ETÀ

*Si rinnova l'appuntamento con la Guida per la Terza Età, uno strumento di informazione per tutti i cittadini, rivolto in particolare agli anziani, ai quali l'Amministrazione Comunale dedica da sempre grande attenzione. La Guida si pone l'obiettivo di far conoscere e di guidare i cittadini tra le numerose opportunità che l'Amministrazione Comunale e l'articolata realtà del Terzo Settore mettono in campo nella città di Modena.*

*Viene illustrato l'elenco dei diversi servizi di interesse generale e specifico promossi dall'Amministrazione Comunale, per i quali i cittadini interessati ad avere informazioni possono rivolgersi ai quattro Poli Sociali Territoriali, in base della residenza anagrafica, e vengono presentate le associazioni con proposte che spaziano dalle attività culturali, aggregative e di socializzazione. Un elenco che comprende attività di prevenzione come attività motorie, orti, centri territoriali, soggiorni a Pinarella, servizio di terapia iniettorica, iniziative intergenerazionali fino a servizi più strutturati, quali l'assistenza domiciliare, i centri diurni, i minialloggi per anziani, le residenze protette ed altro ancora.*

*La Guida si propone, inoltre, come promozione e valorizzazione dell'associazionismo nelle sue molteplici manifestazioni e radicamento nel tessuto cittadino elencando le diverse opportunità che invitano le persone a condividere esperienze ed interessi contribuendo così al consolidamento di relazioni personali che arricchiscono l'intera comunità. Nonostante i cambiamenti socio-economici profondi della società a livello globale abbiano modificato i bisogni e le aspettative della popolazione, rimane intatta una caratteristica importante: la volontà di proporre occasioni di socializzazione e di conoscenza tra le persone che possano trasformarsi in relazioni significative, anche di amicizia e di reciproco aiuto, in grado di proseguire nel tempo e di ampliarsi.*

*Tutto questo è possibile solo grazie all'impegno ed alla disponibilità dei numerosi volontari e degli operatori impegnati nelle attività, ai quali rinnovo un sincero ringraziamento.*

**Giuliana Urbelli**

Assessora alla Coesione Sociale, Sanità,  
Welfare, Integrazione e Cittadinanza

## I SERVIZI DELL'AMMINISTRAZIONE

### IL COMUNE IN RETE

L'indirizzo internet [www.comune.modena.it](http://www.comune.modena.it) consente di accedere alle informazioni sulle iniziative del Comune e, attraverso appositi link, di collegarsi ad altri siti.

### URP UFFICIO RELAZIONI CON IL PUBBLICO

L'Ufficio Relazioni col Pubblico (URP) è collocato all'interno dei servizi d'informazione "PIAZZA GRANDE", un servizio integrato che comprende anche Informagiovani ed Europe Direct. L'URP è un punto d'incontro fra amministrazione comunale e cittadino-utente: luogo naturale di ascolto, analisi dei bisogni e risposta alle esigenze dei cittadini. Offre informazioni sulla struttura organizzativa del Comune, su orari e attività dei servizi pubblici, sulla vita della città e iniziative culturali, sportive e sociali, sull'accesso ad atti, su pratiche e modulistica del Comune.

Accoglie le segnalazioni, le proposte e le proteste dei cittadini per favorire un continuo scambio tra il Comune e la cittadinanza e migliorare così la qualità e la modalità di offerta dei servizi. URP - Ufficio Relazioni col Pubblico, Piazza Grande 17 (piano terra del Palazzo Comunale) - tel. 059 20312. Orari: dal lunedì al venerdì 9.00-13.00; il lunedì, martedì, giovedì e venerdì 15.00-18.30; il sabato 9.30-12.30. Luglio e agosto: dal lunedì al venerdì 9.00-13.00; il lunedì e giovedì 15.00-18.30.

E-mail: [piazzagrande@comune.modena.it](mailto:piazzagrande@comune.modena.it)

### SPORTELLO SOCIALE CITTADINO

Aperto al pubblico, fornisce informazioni su tutte le tematiche sociali. Offre completezza e omogeneità delle informazioni sui servizi socio/sanitari, orientamento ai servizi e alle opportunità, facilitazioni nelle modalità di accesso ai servizi, integrazione tra la rete dei servizi sociali e sanitari, la solidarietà cittadina e i punti informativi. Offre inoltre consulenza per gli interventi di adattamento dell'ambiente domestico.

Collocato nella sede del quartiere Centro Storico San Cataldo, piazzetta Redecocca, è aperto dal lunedì al venerdì dalle 8.30 alle 13.00, lunedì e giovedì dalle 14.30 alle 18.00. Numero verde 800 493797.

## SPORTELLI "NON DA SOLI"

A questi sportelli possono rivolgersi i cittadini che hanno subito un reato quale: borseggio, scippo, furto o tentato furto in appartamento, furto o tentato furto su autoveicolo in sosta, furto di targhe relative ad autoveicoli, al fine di accedere al Fondo di risarcimento alle vittime di reato finalizzato a risarcire i danni materiali derivanti dagli stessi. L'iniziativa è realizzata in collaborazione con la Questura, l'Arma dei Carabinieri, la Guardia di Finanza, nell'ambito di un Protocollo d'Intesa finalizzato a migliorare i servizi di aiuto alle vittime.

Il Fondo, è destinato a coprire i costi sostenuti per: riparazioni di danni materiali subiti all'abitazione (porta ingresso, portafinestra, finestra) e a sue pertinenze (garage), a seguito di effrazioni per furto o tentato furto in appartamento e/o garage, o sostituzione a seguito di danni irreparabili; sostituzione della serratura e rifacimento delle chiavi dell'appartamento e/o garage per la sola abitazione della vittima qualora a seguito di furto, scippo o borseggio sia avvenuto anche il furto delle chiavi; sostituzione della serratura o del vetro dei finestrini dell'autoveicolo a seguito di furto o tentato furto; duplicazione di documenti personali rubati (carta di identità, patente di guida, passaporto, permesso di soggiorno); duplicazione di documenti o targhe relative ad autoveicoli o a ciclomotori a seguito di furto.

Le vittime di reato possono presentare domanda di risarcimento entro 90 giorni dalla denuncia di reato presso gli sportelli "Non da Soli" o previo appuntamento presso l'Ufficio Politiche per la Legalità e le Sicurezze del Comune, via Scudari 20; inviate all'indirizzo e-mail [mosicura@comune.modena.it](mailto:mosicura@comune.modena.it) o tramite fax al numero 059 2032109. I moduli di domanda saranno disponibili presso gli sportelli "Non da Soli", presso l'Ufficio Politiche per la Legalità e le Sicurezze o scaricabili dal sito [www.comune.modena.it/politichedellesicurezze/sicurezza-urbana/prevenzione-dei-reati-e-aiuto-alle-vittime](http://www.comune.modena.it/politichedellesicurezze/sicurezza-urbana/prevenzione-dei-reati-e-aiuto-alle-vittime)

Sedi sportelli Non da soli:

**QUARTIERE 2** • Comitato Cittadini Modena Est, piazza Liberazione 13, aperto dal lunedì al venerdì dalle 10.00 alle 12.00 (tel. e fax 059 284109, e-mail [nondasoli.modenaest@comune.modena.it](mailto:nondasoli.modenaest@comune.modena.it))

**QUARTIERE 3** • Centro Sociale Anziani e Orti Buon Pastore, via Panni 202, aperto dal lunedì al venerdì dalle 9.00 alle 11.30 tel. 059 390431 e fax 059 390384, e-mail [nondasoli.bpastore@comune.modena.it](mailto:nondasoli.bpastore@comune.modena.it)

**QUARTIERE 4** • Centro Sociale Anziani e Orti San Faustino, viale Leonardo da Vinci 158, aperto dal lunedì al venerdì dalle 9.00 alle 11.00, tel. 059-827998 e fax 059 8303506, e-mail [nondasoli.sfaustino@comune.modena.it](mailto:nondasoli.sfaustino@comune.modena.it)

**na.it.** Per informazioni sul servizio di aiuto alle vittime di reato "Non da Soli" è possibile rivolgersi presso l'Ufficio Politiche per la Legalità e Sicurezze in via Scudari 20, tel. 059 2032502 - 2032431, fax 059 2032109, e-mail [mosicura@comune.modena.it](mailto:mosicura@comune.modena.it)

## PUNTI DI TERAPIA INIETTORIA

Il Servizio è gratuito, rivolto a persone che necessitano di prestazioni infermieristiche, residenti e domiciliati nel Comune di Modena. Negli ambulatori, si effettuano iniezioni in muscolo, iniezioni sottocutanee, rilievi della pressione arteriosa e medicazioni semplici. Il servizio è svolto da infermieri volontari pertanto i giorni e gli orari possono essere suscettibili di modifiche. Tutte le prestazioni si effettuano su prescrizione del medico curante, occorre quindi presentarsi muniti di richiesta del medico, ricetta e medicinali. Gli ambulatori, aperti in collaborazione con l'Associazione Volontari Comitati Anziani, la Croce Rossa Italiana, l'Associazione Nazionale Centri Sociali Comitati Anziani e Orti e il Gruppo Infermieri Volontari di Cognento, sono:

**Centro Storico** • Piazzale Redecocca 1 - tel. 059 2033624 lunedì, mercoledì e venerdì 9.00-10.30; **San Lazzaro** • via Spontini 4 - tel. 059 373815 dal lunedì al venerdì 17.00-19.00; **Buon Pastore** • via Panni 202 - presso il Centro Sociale Orti - tel. 059 390431 da lunedì a venerdì 9.00-11.00; **San Faustino** • via Newton 150 - tel. 059 2034016 da lunedì a venerdì 8.30-10.00; **Sant'Agnese** • via Viterbo 72, dal lunedì al sabato 8.30-10.00; Cognento via Traeri 94: giovedì 9.00-10.00, mercoledì e venerdì 15.30-16.30, tel. 059 343235.

Altri punti aperti a tutti presso: Ambulatorio infermieristico della Croce Rossa Italiana, strada Attiraglio 3/A - tutti i giorni dalle 9.00 alle 11.00, sabato e festivi dalle 8.30 alle 11. Tel. 059 222209; Poliambulatorio di via del Pozzo 79 - da lunedì a venerdì dalle 17.00 alle 18.45. Tel. 059 438091.

## CENTRI DI SOCIALIZZAZIONE TERRITORIALI

I Centri di socializzazione territoriali propongono attività ricreative e di animazione a persone adulte e anziane che vivono sole, in coppia, o in famiglia, con problemi legati alla mobilità, alla percezione sensoriale, a difficoltà relazionali o a rischio di solitudine e di emarginazione sociale, che necessitano di un intervento di socializzazione parzialmente protetto. Nei Centri, aperti dalle 10.00 alle 16.00, sono programmate attività quali letture di giornali, animazione, laboratori di attività grafico-pittoriche, attività fisico-motorie, gite, ascolto musica, ecc. Sono coinvolti volontari appartenenti alle diverse associazioni che collaborano al progetto: Arci,

Anteas, Auser, Avpa-Croce Blu, Caritas Diocesana, Centri Sociali Anziani e Orti, Uisp. Si svolgono nel periodo invernale alla Polisportiva Pol. 87, nella Parrocchia di San Giovanni Evangelista e Polisportiva Madonnina; nel periodo estivo alla Polisportiva Pol. 87, Circolo XXII Aprile e Polisportiva Madonnina. Le iscrizioni sono raccolte dall'Avpa - Croce Blu in via Giardini 481, tel. 059 343156. Per informazioni e offrire disponibilità ad attività di volontariato presso i Centri: Ufficio Attività Promozionali tel. 059 2033263 o 059 2033265.

## ORTI PER ANZIANI

Presenti in diversi luoghi della città e gestiti dal Coordinamento Provinciale ANCeSCAO, presente attraverso i Centri Sociali Comitati Anziani e Orti dislocati nel territorio. Sono appezzamenti di terreno destinati alla coltivazione di ortaggi, erbe aromatiche, fiori, con l'intento di coinvolgere gli anziani in attività utili e in momenti di socializzazione ed incontro. In molte aree ortive i Comitati di gestione organizzano momenti ricreativi e feste. Possono presentare domanda, presso i Centri Sociali Anziani e Orti, i cittadini modenesi che hanno superato i 55 anni.

Per informazioni rivolgersi ad ANCeSCAO, via IV Novembre 40/E - tel. 059244975, email: [segreteria@ancescao.modena.it](mailto:segreteria@ancescao.modena.it)

## PERCORSI BENESSERE

Da fine settembre a maggio in palestre e piscine cittadine vengono proposti, con finalità di promozione della salute, del benessere e di corretti stili di vita ed a costi contenuti, corsi di attività motoria, nuoto, ginnastica in acqua, acqua relax, cammino e ginnastica combinata, ginnastiche dolci, tecniche di rilassamento, tai ji quan, metodo Feldenkrais e Pilates, rivolti a chi ha superato i 55 anni.

L'iniziativa è organizzata dall'Assessorato alla Coesione Sociale, Welfare Integrazione e Cittadinanza e dal Servizio Sport, dal Coordinamento Provinciale ANCeSCAO, Uisp, Aics, Csi, Centro Attività Psicosomatiche e Il Pozzo Jing. Le iscrizioni sono aperte fino al 31 ottobre presso le sedi dei Centri Sociali Comitati Anziani e Orti del quartiere di residenza. Informazioni allo 059 2033265 e presso ciascun Centro Sociale.

## BENESSERE IN MENOPAUSA

Riservato alle donne un po' più giovani che abbiano superato i 40anni sono proposti in due cicli di 16 incontri, attività di Yoga, Automassaggio e Qigong, antiche tecniche psicofisiche orientali, per affrontare serenamente il lungo ed impegnativo periodo della menopausa attraverso l'appren-

dimento di tecniche di respirazione e rilassamento, esercizi di controllo della postura, esercizi per lo scioglimento delle articolazioni e il rafforzamento della colonna vertebrale, tecniche per mitigare ansia e depressione, esercizi per il riequilibrio ormonale e la sessualità. Realizzati in collaborazione con l'Associazione La Tela di Penelope. Per informazioni Ufficio Attività Promozionali tel. 059 2033263 o 059 2033265.

## SOGGIORNI ESTIVI A PINARELLA DI CERVIA

Nella Casa per Ferie di Pinarella di Cervia, si svolgono, nel periodo maggio-settembre soggiorni estivi, a costi contenuti, programmati e gestiti dall'Associazione Volontari Comitati Anziani (AVCA), in collaborazione con ANCeSCAO e Associazioni Disabili, con l'apporto del volontariato. Sono 9 turni di 12 giorni ciascuno riservato agli anziani ed un turno di 14 giorni per le associazioni disabili. Sono rivolti a chi ha superato i 60 anni e ai disabili adulti.

Il costo del soggiorno è comprensivo di pensione completa, viaggio, bevande ai pasti, attività di animazione, spiaggia riservata, assistenza sanitaria, assicurazione. Le iscrizioni si ricevono presso le sedi dei Centri Sociali Comitati Anziani e Orti del quartiere di residenza indicativamente dalla seconda metà del mese di marzo.

## NONNO SALE IN CATTEDRA

Gli anziani e le persone in pensione, sono una risorsa di esperienze, conoscenze e saperi: originali insegnanti per bambini e ragazzi delle scuole di Modena. L'iniziativa è rivolta a chi ha voglia di raccontare e far conoscere le proprie competenze ed esperienze. Le materie possono essere le più varie: dai giocattoli di una volta agli aeromodelli e alle favole e storie tradizionali della Modena di una volta, dalle maschere tradizionali all'uso del dialetto, alla coltivazione dell'orto.

Le persone che desiderano informazioni, o che hanno voglia di raccontare e insegnare le proprie storie e conoscenze, possono rivolgersi all'Ufficio itinerari didattici, Assessorato Istruzione e Rapporti con l'Università tel. 059 2034332 o Assessorato alle Politiche Sociali e Sanitarie allo 059 2033265.

## ATTIVITÀ DI VOLONTARIATO

Presso alcuni Servizi dell'Amministrazione comunale sono presenti i volontari che prestano, a titolo gratuito, il loro contributo sociale, affiancando gli operatori presenti. L'attività di volontariato singolo presso il Comune di Modena può essere svolta nei seguenti ambiti: Servizi ed attività per Disabili; Servizio Ambiente; Servizi Culturali, Biblioteche e Musei;

Strutture Protette per Anziani; Servizi Sociali e Poli Sociali; Centri Diurni; Centri Territoriali di Socializzazione; Servizi Educativi e MEMO; Progetto "Il Nonno racconta e il Nonno sa fare", presso i nidi, le scuole materne e primarie; Polizia Municipale.

Fare volontariato permette di arricchirsi interiormente sviluppando nuove competenze, instaurando nuovi rapporti umani e partecipando a progetti comuni, contribuendo al miglioramento della qualità della vita di ciascuno e facilitando una maggiore solidarietà tra le persone.

Il volontario è la persona che si rende disponibile ad un servizio in modo personale, spontaneo, gratuito e disinteressato, e che dedica tempo, professionalità e passione civile all'attività scelta. Per questo tanto più numerosi sono i volontari, tanto più avremo società solidali. Per informazioni: Ufficio attività promozionali via Galaverna, 8 - tel. 059 2033265.

## TESSERA RIDUZIONE CINEMATOGRAFICA

I cittadini di Modena che abbiano compiuto 60 anni possono richiedere una tessera che dà diritto ad una riduzione sul biglietto d'ingresso nelle sale cinematografiche della città. La riduzione, stabilita dai singoli gestori, vale tutti i giorni tranne il sabato e la domenica. La tessera può essere richiesta all'ufficio Ufficio coesione sociale e sviluppo di comunità, via Galaverna 8 (tel. 059 2033265) o allo Sportello Sociale Cittadino, piazzale Redecocca 1 (numero verde gratuito 800 493797).

## CENTRO PER LE FAMIGLIE

Rivolto principalmente alle famiglie con bambini, il Centro è un punto di riferimento del territorio nell'ambito della vita quotidiana, luogo di scambio di esperienze tra adulti e famiglie e di sostegno delle competenze genitoriali. Propone inoltre attività che sostengono e facilitano le relazioni tra famiglie, associazionismo e istituzioni. Tra le varie attività (consultabili sul sito [www.comune.modena.it/informafamiglie](http://www.comune.modena.it/informafamiglie)), annualmente è previsto un ciclo di incontri con esperti sul ruolo dei nonni, di norma in autunno e un servizio di consulenza per nonni che stanno vivendo il momento separativo dei figli (si consiglia di telefonare al Centro per le famiglie per conoscere le date degli incontri).

Il Centro per le Famiglie si trova in piazzale Redecocca,1 (tel. 059 2033614 e-mail [centro.famiglie@comune.modena.it](mailto:centro.famiglie@comune.modena.it) - [www.comune.modena.it/informafamiglie/](http://www.comune.modena.it/informafamiglie/)) è aperto il lunedì e giovedì dalle 8.30 alle 13.00 e dalle 14.30 alle 18.00.

## BIBLIOTECHE

Leggere giornali e riviste, ascoltare musica, prendere libri in prestito e, alla Delfini, anche film e cd musicali. Fin dagli anni '70 le biblioteche comunali di Modena sono una realtà consolidata e diffusa, il servizio è gratuito e il patrimonio costantemente aggiornato. Molto curate sono le sezioni ragazzi, dove nonni e nipoti possono condividere il piacere della lettura o del racconto ad alta voce. Il sistema bibliotecario cittadino comprende biblioteche di carattere generale (Delfini, Crocetta, Rotonda, Villaggio Giardino) punti di lettura periferici (Baggiovara, Cittanova, Cognento, Maddonnina, Modena Est, Quattro Ville, San Damaso), biblioteche specializzate (Civica d'arte Poletti), scolastiche e speciali (come La strega Teodora, nel reparto di Pediatria del Policlinico, o la biblioteca del carcere S. Anna). Sono numerosi i volontari che, riuniti nelle associazioni "Il Segnalibro", "Stregalibro", "Nonsoloscuola" e aderenti alle polivalenti Modena Est e San Damaso, contribuiscono alla qualità del servizio. La mappa completa delle biblioteche, con indirizzi, orari di apertura e aggiornamenti sulle attività è consultabile sul sito: [www.comune.modena.it/biblioteche](http://www.comune.modena.it/biblioteche). Per informazioni tel. 059 2032940.

## CENTRO DEL LIBRO PARLATO

Il Centro, uno dei 6 a livello nazionale, è stato creato dall'Unione Italiana Ciechi per integrare i servizi erogati da enti a favore dei non vedenti. Il centro cura la registrazione su Cd di opere letterarie, scientifiche e in particolare di testi scolastici. Il catalogo vanta, tra 1° e 2° livello, più di 30.000 titoli che spaziano dalla narrativa alla scienza, dalla storia alla filosofia. Il servizio, gratuito, è a disposizione dei non vedenti, degli ipovedenti e degli altri disabili italiani e stranieri con difficoltà di lettura autonoma, che ne facciano richiesta.

Il servizio si svolge a mezzo prestito delle opere registrate che sono contenute in un catalogo consultabile on line all'indirizzo, [www.uicimodena.it](http://www.uicimodena.it) distribuito, gratuitamente, a tutti gli iscritti. Il Centro, in via Don Milani 54, è aperto dal lunedì al venerdì dalle 8.00 alle 12.00 e dalle 14.00 alle 17.00, (responsabile Alessandro Albericci tel. e fax 059 260759, e-mail [lpmo@uiciechi.it](mailto:lpmo@uiciechi.it), [www.uicimodena.it](http://www.uicimodena.it)).

## IN LUDOTECA, CENTRI BAMBINI E GENITORI E LABORATORI CON I NIPOTI

Per giocare con i nipoti i nonni possono recarsi gratuitamente nei Servizi Integrativi del Comune di Modena, aperti da settembre a giugno con accesso tramite prenotazione telefonica.

Accolgono bambini di diverse fasce di età, ai partire dai primissimi mesi di vita, con attività diverse. **Primo Incontro** in via Barchetta 77 (tel. 059 2034074 mail [spabambi@comune.modena.it](mailto:spabambi@comune.modena.it)). **Bianconiglio** in via Sponcini 14 (tel. 059 364135 mail [spabambi@comune.modena.it](mailto:spabambi@comune.modena.it)). **Cappellaio Matto** in via Teglio 35 (tel. 059 328662 mail [spabambi@comune.modena.it](mailto:spabambi@comune.modena.it)). **Stregatto** in via Barchetta 77 (tel. 059 2034108 mail [stregatto@comune.modena.it](mailto:stregatto@comune.modena.it)). **Mo.Mo** in Piazza Matteotti 17 (tel. 059 235320 mail [mo.mo@comune.modena.it](mailto:mo.mo@comune.modena.it)). **Ludoteca Strapapera** in via San Giovanni Bosco 150 (tel. 059 2034580 mail [ludoteca@comune.modena.it](mailto:ludoteca@comune.modena.it)) aperta dal lunedì al venerdì accoglie, con orari e modalità differenziate, bambini e ragazzi da 1 a 18 anni. Ludolis, all'interno della scuola Tommaso Pellegrini, in strada Contrada 127, è rivolta a bambini e ragazzi sordi ed udenti ed è aperta il sabato pomeriggio (una volta al mese) dalle ore 15.00 alle ore 18.00. E-mail [ludolis2005@yahoo.it](mailto:ludolis2005@yahoo.it) tel. e fax 059 8381564.

## I SERVIZI PER LE ASSOCIAZIONI

### ASSOCIAZIONE SERVIZI PER IL VOLONTARIATO DI MODENA

L'ASVM ha sedi decentrate presenti in ogni distretto del Modenese. La sede centrale è a Modena in viale Cittadella 30, aperta lunedì, mercoledì e venerdì dalle 9.00 alle 13.30, martedì e giovedì dalle 15.00 alle 18.30 (tel. 059 212003 fax 059 238017 - [www.volontariamo.it](http://www.volontariamo.it) - e-mail [info@volontariamo.it](mailto:info@volontariamo.it)). Punto di riferimento del volontariato modenese, l'Associazione Servizi per il Volontariato di Modena (ASVM) è l'ente gestore del Centro di Servizio per il Volontariato (CSV) che eroga alle associazioni di Modena e provincia vari servizi tra cui: consulenza (giuridica, fiscale e amministrativa, del lavoro ecc.); formazione (corsi per la gestione della propria associazione, di aggiornamento per i volontari e su altri temi di interesse); comunicazione (ufficio stampa, campagne di visibilità per eventi ed associazioni, inserimento notizie sul sito [www.volontariamo.it](http://www.volontariamo.it), progetti grafici, newsletter settimanale, consulenza e supporto alle associazioni per una comunicazione efficace, articoli sul quotidiano locale Gazzetta di Modena e sull'emittente TRC in Detto tra Noi); progettazione (partecipazione a bandi, costruzione di reti associative, ideazione percorsi di volontariato tra mondo profit e non profit, campagne di raccolta fondi, progetti con scuole, istituzioni, imprese); promozione e orientamento al volontariato (campagne ricerca volontari, sensibilizzazione al volontariato nelle scuole, servizio volontario europeo, colloqui di orientamento con i cittadini che vogliono fare volontariato, consulenze per organizzazione e animazione di eventi di piazza); supporto tecnico-logistico (servizio stampe e fotocopie, prestito sale e attrezzature tipo gazebo, video proiettore, impianto audio ecc. per eventi e iniziative).

Oltre alle associazioni, gli interlocutori del CSV sono i cittadini desiderosi di fare volontariato o costituire un'associazione, le istituzioni e le imprese che vogliono collaborare con il mondo del volontariato. L'ASVM ha avviato, a maggio 2016, un progetto sperimentale di co-abitazione rivolto ad anziani non autosufficienti, in stretta collaborazione con la rete delle associazioni attive su questi temi e il supporto di Comune di Modena e Ausl. Il progetto intende dare una risposta flessibile e personalizzata al bisogno in aumento di assistenza domiciliare, dove la partecipazione delle famiglie e dell'associazionismo svolge un ruolo da protagonista.



Il progetto ha preso il via in un appartamento messo a disposizione dell'amministrazione comunale in via Matilde di Canossa a Modena con l'obiettivo di fare vivere ai 4 anziani ospiti i ritmi e le caratteristiche della vita domestica ordinaria, arricchita dai benefici della socializzazione e dalla presenza degli affetti più cari.

All'interno della casa sono presenti anche due assistenti familiari e vengono attivate al bisogno quelle figure che già seguivano l'anziano nella propria vita domestica precedente (medici, infermieri, ecc.) e che in questo contesto possono lavorare su più persone, con un risparmio per le famiglie in termini economici e un guadagno per quanto riguarda la qualità della vita.

### **CONSULTA PER LE POLITICHE FAMILIARI, SOLIDALI E DELLA COESIONE SOCIALE**

La Consulta per le politiche familiari, solidali e della coesione sociale, prevista da Regolamento Comunale, raccoglie circa 180 Associazioni regolarmente iscritte all'elenco delle forme associative del Comune di Modena. Tra le attività svolte quelle di consultazione e promozione delle politiche familiari e la stimolazione di reti tra persone e associazioni in accordo con le linee direttive dell'Amministrazione comunale. La Consulta gestisce direttamente alcuni progetti tra i quali: sensibilizzazione ai temi dell'accoglienza familiare, "Un bambino per amico" progetto di accompagnamento familiare rivolto a nuclei in difficoltà, percorsi formativi e informativi per coppie aspiranti alla convivenza o al matrimonio civile. Negli ultimi periodi la Consulta ha partecipato alla realizzazione di un laboratorio di accompagnamento all'esecuzione dei compiti presso i locali della Parrocchia Sant'Agostino dove, tre pomeriggi la settimana, parecchi ragazzi residenti in Centro Storico hanno potuto accedere.

### **COMITATI CONSULTIVI MISTI (CCM) DI MODENA: LA "VOCE DEI CITTADINI" NELLA SANITÀ LOCALE**

I CCM sono formati da semplici cittadini, individuati all'interno delle associazioni di volontariato operanti sul territorio della Provincia e da alcuni operatori socio-sanitario dell'Azienda Usl di Modena. Il loro obiettivo fondamentale è facilitare il dialogo tra gli utenti e l'Azienda sanitaria, per far sentire "la voce delle persone" nella gestione della complessa "macchina della salute". I CCM sono stati individuati dalla Regione Emilia-Romagna come interlocutori privilegiati per portare, all'interno del Servizio Sanitario Regionale, la voce dei cittadini, favorendo una gestione trasparente e la condivisione delle decisioni. Nell'Azienda USL di Modena ogni Distretto

sanitario ha un rappresentante di riferimento del CCM. Ai Comitati dell'Azienda USL di Modena aderiscono 150 persone, di cui 80 in rappresentanza dell'associazionismo. In Emilia-Romagna sono stati istituiti 46 CCM di cui fanno parte circa 700 persone.

I Comitati Consultivi Misti sono impegnati nella verifica del buon funzionamento dei servizi socio-sanitari e nell'elaborazione di proposte per il loro miglioramento. Tra le diverse attività svolte, va ricordata l'analisi e la valutazione periodica delle segnalazioni di disservizio da parte dei cittadini. I CCM sono chiamati a controllare che gli impegni assunti dall'Azienda sanitaria locale nella "Carta dei servizi" siano rispettati.

Un'attenzione particolare è accordata alla semplificazione delle procedure di accesso ai servizi, compresi i percorsi clinici e quelli assistenziali. L'Azienda USL di Modena, già da alcuni anni, s'impegna in un confronto continuo e proficuo con i CCM. Insieme organizzano annualmente alcuni momenti pubblici di formazione e confronto con i cittadini, per far conoscere il proprio lavoro. I Comitati sono un servizio a garanzia e tutela degli interessi del cittadino, il quale li può incontrare direttamente per scambiare opinioni e punti di vista sui servizi sanitari.

Per informazioni è possibile prendere contatto con: Segreteria CCM di MODENA c/o Segreteria del Distretto - Largo del Pozzo, 79 - 41100 Modena - tel. 059 438067 - email [distretto3@ausl.mo](mailto:distretto3@ausl.mo)

### **PUNTO UNICO DEL VOLONTARIATO E PUNTO LIBRI**

Il Punto Unico del Volontariato c/o il nuovo ospedale civile S. Agostino di Modena è uno spazio per le associazioni del territorio che operano al servizio di degenti, familiari e cittadini. Collocato nell'atrio centrale dell'Ospedale (1° piano), a destra della reception, a fianco dell'Ufficio Relazioni con il Pubblico (URP), è uno spazio nel quale i cittadini possono ricevere informazioni in merito ai servizi realizzati dalle associazioni di volontariato a favore dei degenti e dei loro famigliari. Giorni e orari: dal lunedì al giovedì: mattino 9.30-12.30; pomeriggio 15.00-17.00; venerdì mattina 9.30-12.30.

Il Punto Unico del Volontariato ha lo scopo di sostenere e qualificare l'attività delle associazioni di volontariato che operano al servizio dei degenti, dei loro famigliari e dei cittadini, che accedono ai reparti, agli ambulatori e ai servizi del NOCSAE.

Il Punto Unico del Volontariato fornisce ai degenti, ai loro familiari e ai cittadini: informazioni sui servizi e gli interventi offerti dalle Associazioni di Volontariato in ambito sociale e sanitario, compresi anche eventuali trasporti fra le strutture o al domicilio del paziente; supporto ai malati e ai

loro accompagnatori nel momento dell'ingresso, durante la degenza o in concomitanza delle dimissioni; aiuto agli utenti per l'espletamento delle operazioni per il pagamento del ticket; distribuzione di depliant illustrativi di progetti di prevenzione e/o di promozione della salute, il benessere sociale rivolto ai cittadini utilizzatori dei servizi del NOCSAE. Nel Punto Unico del Volontariato i cittadini possono avere anche i seguenti servizi: il "Punto informativo sull'Amministratore di sostegno", per fornire informazioni ai cittadini che desiderano avere notizie e materiali informativi sull'Amministratore di sostegno, nei seguenti orari di apertura: martedì mattina 9.30 - 12.30; pomeriggio 15.00 - 17.30; mercoledì pomeriggio 15.00 - 17.30.

Il "Punto Libri" è un servizio di diffusione libri che mette a disposizione dei pazienti ricoverati, dei familiari dei degenti, del personale sanitario e dei cittadini nelle sale di attesa, i libri donati alla biblioteca del Punto Unico del Volontariato. I libri possono essere portati a casa per terminarne la lettura, trattenuti o restituiti al Punto Libri dell'ospedale anche utilizzando la rete delle biblioteche modenesi.

I volontari del Punto Unico del Volontariato partecipano alla realizzazione dei seguenti progetti: "Spezza l'Attesa!" al Pronto Soccorso, il servizio di accoglienza, ascolto e vicinanza agli utenti e ai familiari che attendono le cure nella sala d'attesa del pronto soccorso dell'Ospedale di Baggiovara; "Punto Informativo della Medicina Legale" per le attività d'informazione e prima accoglienza nella sala d'attesa degli ambulatori dedicati alle visite mediche per rinnovo patenti, rinnovo patenti speciali e commissioni per il riconoscimento dell'invalidità. Per informazioni prendere contatto con i volontari del Punto Unico del volontariato (negli orari di servizio) al tel. 059 3961205 - mail: [puntounicovolontariato.nocsae@ausl.mo.it](mailto:puntounicovolontariato.nocsae@ausl.mo.it).

COMITATO CONSULTIVO MISTO DISTRETTO DI MODENA L.go del Pozzo, 79 - 41100 - Modena - tel. 059 438047 - email [distretto3@ausl.mo.it](mailto:distretto3@ausl.mo.it)

## TEATRI

Per chi ha compiuto i 60 anni e desidera andare a teatro, lo Storchi e il Teatro Delle Passioni offrono sconti tra il 20 e il 30% su biglietti e abbonamenti degli spettacoli in programma. Per info e prenotazioni rassegne Storchi e Passioni, biglietteria telefonica unica allo 059 213602 dal lunedì al venerdì ore 9.00-13.00.

Biglietteria Teatro Storchi Largo Garibaldi 15, martedì ore 10.00-14.00 e 16.30-19.00; da mercoledì a venerdì 10.00-14.00, sabato ore 10.00-13.00 e 16.30-19.00.

Biglietteria Teatro delle Passioni, via Carlo Sigonio, 382 - apertura nelle serate di spettacolo dalle 19.30 alle 21.30. In collaborazione con i Centri Sociali Anziani e Orti sono previste agevolazioni per gli spettacoli di operetta.

Presso il Teatro Comunale Luciano Pavarotti, Corso Canalgrande 82, per chi ha compiuto 65 anni, è previsto uno sconto del 30% sia per gli abbonamenti sia per i singoli spettacoli, Informazioni e biglietteria: tel. 059 2033010 martedì 10.00-19.00; mercoledì, giovedì e venerdì 16.00-19.00; sabato 10.00-14.00/16.00-19.00 [www.teatrocomunalemodena.it](http://www.teatrocomunalemodena.it)

## ASSOCIAZIONI CULTURALI

### CIRCOLO CULTURALE ARTE E PENSIERO

La sede è presso il Teatro Cittadella in piazza Cittadella 11 (tel. e fax 059 302740 - 059 392539, cell. 336 596987, e-mail [arteepensieromodena@gmail.com](mailto:arteepensieromodena@gmail.com)). Codice Fiscale 94020800366. Si organizzano corsi e conferenze, visite e viaggi culturali in Italia e all'estero. Per partecipare alle attività è obbligatorio essere iscritti al Circolo. È prevista una quota sociale di € 30. L'iscrizione ai corsi è personale e non trasferibile. Inizio corsi da lunedì 10 ottobre, iscrizioni c/o Teatro Cittadella lunedì 26 e martedì 27 settembre dalle ore 16.00 alle ore 19.00, per continuare nei giorni di lezione. Tutti i corsi hanno ottenuto il patrocinio dell'Università di Modena e Reggio Emilia.

#### CORSI:

STORIA *"Storia delle Rivoluzioni"* - prima parte. Prof. Francesco Maria Feltri. 7 Incontri il lunedì ore 15.30 - Inizio 10 Ottobre.

MUSICA *"Argomenti vari"* - prima parte. Prof. Gherardo Ghirardini. 5 Incontri il martedì ore 15.30 - Inizio 18 Ottobre.

LETTERATURA *"Leggere il romanzo moderno e contemporaneo"* - Prof. Sandra Tassi. 4 Incontri il martedì ore 17.30 - Inizio 18 Ottobre.

ARCHITETTURA *"Cinque architetti"* - Prof. Matteo Agnoletto. 5 Incontri il lunedì ore 17.30 - Inizio 24 Ottobre.

STORIA *"Storia delle Rivoluzioni"* - seconda parte. Prof. Francesco Maria Feltri. 7 Incontri il lunedì ore 15.30 - Inizio 13 Febbraio.

MUSICA *"Argomenti vari"* - seconda parte. Prof. Gherardo Ghirardini. 5 Incontri il martedì ore 15.30 - Inizio 21 Febbraio.

STORIA DELL'ARTE *"Grandi pittori americani"*. Prof. Giuseppe Bernardoni. 5 Incontri il lunedì ore 17.30 - Inizio 27 Febbraio.

ARCHEOLOGIA *"Archeologia nell'Emilia Romagna"*. Dott. Baldassarre Giardina. 4 Incontri - primavera.

### CULTURA E VITA

Ha sede in viale Buon Pastore, 126 - 41124 Modena e opera in convenzione con l'Università di Modena e Reggio Emilia e l'Accademia Nazionale di Scienze Lettere e Arti di Modena.

Informazioni tel. 059 390249, fax 059 8672137

e-mail [culturaevita@unimore.it](mailto:culturaevita@unimore.it) - [www.culturaevita.unimore.it](http://www.culturaevita.unimore.it)

#### Attività in programma:

##### OTTOBRE-DICEMBRE

**"XIII Corso Storia della Medicina e Antropologia Medica"** (Direttore prof. Ugo Fabio, Università di Modena e Reggio); 10 lezioni alle 16 ogni mercoledì presso il Centro Didattico di Ateneo, Policlinico

**"XXIV Corso di Scienze"** (Direttore prof. Paolo Zannini, Università di Modena e Reggio), in collaborazione con la Società Italiana dei Naturalisti e Matematici; 8 lezioni al giovedì pomeriggio presso l'aula 1 della Biblioteca Scientifica Interdipartimentale, via Campi, 213/c

##### MARZO-MAGGIO:

**"XV Corso Nuovi Orizzonti della Bioetica"** (Direttore prof. Giovanni Battista Cavazzuti, Università di Modena e Reggio) 10 lezioni alle 16 ogni mercoledì presso il Centro Didattico di Ateneo, Policlinico

**"XIV Corso Beni Culturali (La Bellezza IV)"** (Direttore prof.ssa Roberta Budriesi, Università di Bologna); 8 lezioni alle ore 16 di ogni martedì presso Accademia Nazionale di Scienze lettere e Arti di Modena, viale Vittorio Emanuele II, 59

I corsi, prevalentemente pensati per dare Crediti Formativi agli Studenti dei vari CdL dell'Università di Modena e Reggio Emilia, sono aperti a tutti e validi come attività di aggiornamento per il personale docente e ATA delle scuole di ogni ordine e grado. Le iscrizioni si ricevono presso le sedi delle lezioni. È prevista una quota associativa di € 20 ed un contributo per ciascuno dei corsi di € 30. Totalmente gratuito per gli studenti universitari e delle scuole medie superiori, per gli allievi dell'Accademia Militare e tutto il personale Docente e Amministrativo dell'Università di Modena e Reggio Emilia.

### L'INCONTRO

Si trova a Modena in Largo Alberto Mario Pucci, 7 (sito web <http://incontromo.altervista.org>, tel. e fax. 059 315694 e-mail: [incontromodena@gmail.com](mailto:incontromodena@gmail.com)). È un'associazione autonoma, a carattere socio culturale e non a fini di lucro. Essa si prefigge di favorire la partecipazione e lo sviluppo culturale degli associati, in generale della popolazione adulta, in particolare degli anziani tramite l'attivazione di varie iniziative, quali corsi formativi, seminari, attività culturali, artistiche ed aggregative varie associativo art. 2). Le iniziative sono aperte a tutti, previa adesione all'associazione. La quota associativa annua è di € 25. La segreteria è aperta dal giorno 5 settembre il lunedì e il mercoledì dalle 15.00 alle 18.00.

**I Pomeriggi dell'Incontro** - in collaborazione con il Centro Documentazione Donna

12 ottobre ore 15.30 - Il voto alle donne 1946: Anna Maria, Rina, Silvana vanno a votare - Aude non ha l'età - una conversazione con le nostre socie  
Al voto, al voto! Donne - letture del gruppo "Gli Artisti per caso" 19 Ottobre  
ore 15.30 - Donne e Diritti - Il lungo percorso per la piena cittadinanza.  
Dott. ssa Caterina Liotti.

### **I musei nascosti**

16 Novembre ore 15.30 - visita al Deposito Comunale c/o Museo Civico Via V. Veneto, 5 - Dr Lorenzo Lorenzini

23 Novembre ore 15.30 - Il Deposito della Galleria Estense. In sede, in preparazione alla successiva visita ai depositi del Palazzo Ducale di Sassuolo - Dr Federico Fischetti. In collaborazione con Museo Civico d'Arte e Galleria Estense di Modena

### **L'Associazionismo Culturale a Modena**

1 Dicembre ore 15.30 - Associazioni in movimento in una società che cambia Valter Reggiani presidente de La Casa delle Culture di Modena e Lyliya Hamadi presidente Associazione Milinda

14 Dicembre ore 15.30 - Centro Culturale Francesco Luigi Ferrari - Un luogo di studio ed impegno aperto ai giovani e alla città - Dott.ssa Anna Paganelli. In collaborazione con le Associazioni succitate

### **L'avventura della Scienza - Medicina Rigenerativa**

18 Gennaio ore 17.00 - Dott.ssa Rossella Tupler, docente di genetica e biotecnologie

25 Gennaio ore 17.00 - Dott.ssa Graziella Pellegrini  
Centro di Medicina Rigenerativa "Stefano Ferrari" di Modena

### **Incontri sul design**

8 febbraio e 15 febbraio ore 17.00 - Arch. Claudio Fornaciari. In collaborazione con Ufficio Ricerche e Documentazione sulla Storia Urbana

### **Il racconto breve nelle letterature Europee**

8 marzo ore 15.30 - Le origini del racconto nella letteratura Italiana - Prof. ssa Elisabetta Menetti

15 marzo ore 15.30 - Short stories e il Mito americano - Prof. Franco Nasi

22 marzo ore 15.30 - Racconti brevi (e brevissimi) di Kafka e Brecht - Prof. Cesare Giacobazzi

29 marzo ore 15.30 - Il racconto breve ispanoamericano del Novecento - Prof. Flavio Fiorani

In collaborazione con l'Università degli Studi Di Modena e Reggio Emilia Dipartimento Studi Linguistici e Culturali

### **Le mille voci della voce**

Giovedì 6 e 20 Aprile ore 17.00 - Riflessioni sulla voce, sul canto e sui loro (straordinari) poteri - M° Marco Bernabei

### **I diritti del Consumatore**

3 e 10 maggio ore 15.30 - L'alfabetizzazione bancaria - con Maurizio Guidotto di Federconsumatori Modena e un esperto della Federconsumatori

### **Gruppo di lettura**

27 gennaio - 24 febbraio - 24 marzo - 21 aprile, ore 17.00 In collaborazione con le Biblioteche del Comune di Modena - a cura di Alessandra Gradella - letture di Anna Maria Tondelli. presso la Biblioteca Crocetta, Largo A.M. Pucci, 33.

### **Itinerari Culturali**

A partire da Gennaio 2017. Visite guidate a mostre di particolare interesse e a luoghi storici con priorità alla città, alla Provincia e alla Regione.

## **UNIVERSITÀ PER LA LIBERA ETÀ NATALIA GINZBURG**

Sede in via Ciro Menotti, 137 - tel. 059 4279459

e-mail: [inzggbur@gmail.com](mailto:inzggbur@gmail.com), [www.universitaginzburg-mo.net](http://www.universitaginzburg-mo.net)).

Associazione culturale di volontariato per ogni età con la finalità di educazione permanente degli adulti (EDA).

Particolare attenzione è rivolta a coloro la cui formazione è stata carente o interrotta. Le attività didattiche si articolano in conferenze di cultura, arte, storia e filosofia, visite in luoghi di interesse artistico e culturale, lezioni di lingue straniere, corsi di informatica e tecnica, laboratori di attività artistica, corsi per il benessere psico-fisico.

La segreteria è aperta il lunedì dalle 15.30 alle 17.30; martedì, mercoledì e giovedì dalle 10.30 alle 12.30, venerdì dalle 17.30 alle 19.00. Tessera associativa € 10; per la frequenza ad alcune attività è previsto un contributo, altre sono gratuite. Le iscrizioni ai corsi si effettuano dal 5 settembre. Ove non specificato, gli incontri sono presso la Sede di via Ciro Menotti, 137 - Modena.

### **ASCOLTO E DIALOGO**

Gli incontri sono gratuiti e a libera partecipazione salvo diversa indicazione. Colloqui di lavoro (26 settembre ore 18.30). Self marketing - come valorizzare se stessi (3 ottobre ore 18.30). Animali domestici- sviluppo comportamentale del cane e del gatto (10 ottobre ore 18.00). Le truffe telefoniche, porta a porta, informatiche (lunedì 17 ottobre ore 17.30). Approfondimenti sul Buddismo di Nichiren Daishonin (24 ottobre ore 17.30). Il codice della strada (7 novembre ore 17.30). Farmaci equivalenti: un vantaggio per tutti (28 novembre 2016 ore 17.30). Il colonialismo italiano in Eritrea (27 febbraio 2017 ore 17.30). Gratuiti con tessera associativa: La violenza nei nostri giorni, stalking e mobbing (6 e 12 marzo 2017 ore 17.30). Tradimenti e perdono (20 marzo e 3 aprile 2017 ore 17.30).

## LEGGERE RIFLETTERE SCRIVERE

Incontri gratuiti con tessera, salvo diversa indicazione, su temi di letteratura italiana e straniera.

**IL SALOTTO DEL MARTEDÌ** Incontri mensili presso la Biblioteca Delfini alle ore 16.00 per commentare i seguenti libri: 4 ottobre J. Marias "Così ha inizio il male". 8 novembre A. Djebbar "Donne d'Algeri nei loro appartamenti". 6 dicembre A. Munro "Troppa felicità". 10 gennaio F. Mernissi - "La terrazza proibita". 7 febbraio T.B. Yelloun "Il matrimonio di piacere". 7 marzo N. Mahfuz "Il giorno in cui fu ucciso il presidente". 4 aprile M.V. Montalban "Il centravanti è stato assassinato verso sera". 9 maggio D. Kis "Il liuto e le cicatrici"

**L'ARTE DELL'AUTOBIOGRAFIA** "Il sistema periodico: gli elementi della nostra vita". Come ripercorrere la propria vita, stimolando e favorendo la narrazione di sé, col metodo ideato dal Prof. Duccio Demetrio, fondatore della "Libera Università dell'Autobiografia" di Anghiari. Sei incontri settimanali il mercoledì ore 15.30 dal 20 ottobre presso la sala ACER di via Monte Grappa, 19. Contributo più tessera associativa.

**EUGENIO MONTALE** Vita e opere di un poeta da scoprire e da amare Sei incontri settimanali ore 15.00 con inizio mercoledì 9 novembre presso la sala ACER di via Monte Grappa, 19. Gratuito più tessera associativa.

**LEGGERE LA FAMIGLIA** Quattro incontri settimanali con inizio lunedì 16 gennaio ore 17.30. Proponiamo una sorta di "viaggio al centro della famiglia": si prenderà spunto da varie opere di narrativa contemporanea, italiana e straniera, per indagare la complessità di rapporti umani spesso tanto conflittuali, in un quadro sociale in grande evoluzione. Gratuito più tessera associativa.

**GLI STORICI DI ROMA** Eventi, leggende, personaggi della storia di Roma, dalle origini mitiche alla grandezza dell'Impero. Fedele o tendenzioso, il racconto degli storici latini restituisce i momenti salienti della vicenda di Roma in pagine di grande valore artistico. Sei incontri settimanali con inizio mercoledì 1 marzo ore 15.00. Gratuito più tessera associativa.

**UN LIBRO PER AMICO** Continua il progetto di promozione della lettura condivisa: partecipanti del "Salotto del martedì" presentano libri che fanno pensare e sollecitano una discussione Sono previsti due cicli di incontri settimanali al mercoledì alle 16.00 LA LIBRERIA MONDOLIBRI, via Torre, 15: Incontri d'autunno con inizio 9 novembre (quattro incontri) e Incontri di primavera con inizio 8 marzo (tre incontri). Gratuito più tessera associativa.

**LE POESIE DEL CUORE** Si propone una serie di incontri in cui lettori non professionisti condividono col pubblico, nel corso di un "reading" aperto al dialogo con gli ascoltatori, l'emozione delle loro poesie preferite. Il "dono"

di poesia abbraccerà opere e autori di vario genere e paese, dai brevissimi "haiku" giapponesi ai versi della polacca Szymborska, passando per autori sudamericani ed europei.

4 incontri presso la libreria Ubik, in Via dei Tintori, 22 in date e orari da definirsi. Gratuito più tessera associativa.

**LA POESIA D'AMORE NELLA LETTERATURA OCCIDENTALE** Docenti specializzati nelle rispettive letterature (greca, latina, italiana, francese, tedesca, inglese, spagnola, russa) presenteranno testi di liriche, degli autori più rappresentativi delle varie epoche. Otto incontri settimanali con inizio giovedì 2 marzo alle ore 17.00. Gratuito più tessera associativa.

**LEZIONI SUL MITO** Tre incontri il mercoledì alle 15.00 presso SALA ACER in via Monte Grappa, 19. 19 aprile 2017 Storia di Edipo. 26 aprile 2017 Antigone. 4 maggio 2017 La traccia infinita di Ulisse. Gratuito più tessera associativa.

## ATTUALITÀ FILOSOFIA STORIA

**MEDICINA E STORIA** Tre incontri il mercoledì alle 16.00 presso SALA ACER in via Monte Grappa, 19 dal 5 ottobre. Lo stato di salute dei "grandi" personaggi della storia, anche in mancanza di dati incontrovertibili, è oggetto da sempre di analisi critiche da parte degli studiosi. Tra i personaggi famosi all'attenzione: Leonardo da Vinci, Caravaggio, Winston Churchill. Gratuito più tessera associativa.

**LA RIFORMA PROTESTANTE** Mercoledì 12 ottobre 2016 ore 18.00 presso sala ACER - Via Monte Grappa, 19.

**L'ISIS E L'EUROPA** In questo scorso di decennio alcune gravi crisi hanno investito l'Europa e, tra queste, il terrorismo e le migrazioni. C'è chi ha ipotizzato una guerra mondiale "a pezzi" e l'Europa, dopo aver esportato guerre sue in continenti altrui, ora potrebbe reimportarle, con gli interessi.

Quattro incontri settimanali al mercoledì ore 18.00 dal 25 novembre, presso sala "ACER" Via Monte Grappa, 19. Gratuito più tessera associativa.

**CONVERSAZIONI SULLA DEMOCRAZIA** L'Associazione "PREMIO FRANCESCA BACCHETTI" propongono quattro incontri su temi di carattere politico, economico, sociale presso sala ACER Via Monte Grappa, 19, il mercoledì, ore 18.00. 3 marzo 15 marzo - Nozioni di base di statistica; media, mediana. 22 marzo - Diseguaglianza. 29 marzo - Il futuro del welfare 5 aprile - Le sfide etiche della globalizzazione. Gratuito più tessera associativa.

**FILOSOFIA PER NON FILOSOFI** Continua il progetto pluriennale di accostamento alla filosofia della prof.ssa Luciana Bertellini, che incontrerà quanti vorranno continuare il percorso con lei iniziato e quanti vorranno iniziarne l'esperienza. Cinque incontri settimanali al mercoledì alle ore 18.00 presso sala "ACER" - Via Monte Grappa, 19 dal 1° marzo 2017 Gratuito più tessera associativa.

**VANITÀ E MERAVIGLIA - L'ETÀ DEL BAROCCO** Gli incontri si terranno presso la sala ACER - Via Monte Grappa, 19 ore 18.00. 12 aprile - "Storia, filosofia, costume". 19 aprile 2017 - "Il Barocco nell'arte". 26 aprile - "La musica barocca". 4 maggio - "Letteratura del Barocco". Gratuito più tessera associativa.

**CORSO DI STORIA DELL'ARTE** Il Corso ha la finalità di presentare un percorso lineare attraverso mille anni di storia suggerendo le connessioni con la cultura coeva mediante un linguaggio semplice, in grado di offrire gli essenziali strumenti per comprendere un'opera d'arte. Il programma è suddiviso in tre anni: 1° anno - Medioevo E Rinascimento.

5 lezioni al giovedì ore 18.00 dal 19 gennaio 2017 presso Sala ACER in Via Monte Grappa, 19. Contributo più tessera associativa.

**STORIA DELL'ASTRONOMIA** Impariamo a riconoscere gli oggetti del cielo e le costellazioni autunnali attraverso la loro mitologia, ma anche ad orientarci con le stelle come gli antichi naviganti. 6 lezioni il venerdì ore 16.00 dal 7 ottobre 2016. Contributo più tessera associativa.

### MUSICA

**LA MUSICA SPIEGATA** Un viaggio nel tempo per capire meglio la musica. Il percorso è strutturato in senso cronologico e storico (si va dal '700 del primo incontro al '900 dell'ultimo), affrontando diversi generi e contesti musicali. Quattro lezioni-concerto presso la sala ACER Via Monte Grappa 19, il mercoledì alle 20.30 nei giorni: 29 marzo - Il contrappunto e la Fuga. 5 aprile - La Sinfonia e il Poema Sinfonico. 12 aprile - Il Notturmo e il salotto romantico. 19 aprile - Tutto il resto è rumore. Contributo più tessera associativa.

### BOTANICA

**LA BIODIVERSITÀ IN GIARDINO** Consigli e idee per creare un'oasi naturale in giardino o in terrazzo. Cinque incontri presso la sala ACER Via Monte Grappa, 19, il mercoledì ore 18.00 dal 18 gennaio 2017. Contributo più tessera associativa.

**IL GIARDINO MEDIEVALE** Un luogo magico di antiche tradizioni. 4 incontri presso la sala ACER Via Monte Grappa, 19, il giovedì ore 18.00 dal 23 febbraio 2017. Contributo più tessera associativa.

### VISITE ARISTICHE-CULTURALI

**VISITA A SITI DI INTERESSE ARTISTICO/CULTURALE** Mutina Romana: 1a visita: Novi Ark, Lapidario Estense: martedì 18 ottobre 2016 alle 9.30. 2a visita: Museo Civico Archeologico Sezione Romana: martedì 22 novembre alle 9.30. Punto d'incontro all'ora fissata presso l'ingresso principale del palazzo dei Musei. Contributo più tessera associativa.

**VISITA AL PLANETARIO F. MARTINO** Visita al Centro Sperimentale per la didattica dell'astronomia in viale Jacopo Barozzi. Un gioiello di scienza all'in-

terno della città di Modena. Data, orario e punto di incontro da definirsi, Contributo più tessera associativa.

**VISITA ALLA PIANTATA DI VIA MARCONI** Visita all'oasi naturalistica "La Piantata"; estesa per circa 25.400 mq., all'interno dell'area sono presenti filari di olmi che insieme alle viti costituivano la tipica "piantata modenese", macchie arbustate e siepi con specie legnose autoctone e prati stabili un tempo diffusi nel modenese. Contributo più tessera associativa. Data, orario e punto di incontro da definirsi. Contributo più tessera associativa.

### VISITE GUIDATE

**MONTAGNANA- ESTE- ARQUÀ PETRARCA** L'itinerario attraverserà la bassa Padovana, tra i Colli Euganei e la Scodosia, dove incontreremo le città murate di Montagnana, Este e Arquà Petrarca Martedì 25 ottobre 2016. Viaggio in pullman- pranzo escluso Ritrovo partecipanti alle 7.00 presso parcheggio cinema RAFFAELLO. Contributo più tessera associativa.

**BOLOGNA E IL COMPLESSO DI S. STEFANO** Visita guidata al complesso più singolare di Bologna, vero santuario cittadino denominato anche "sette chiese" Martedì 13 dicembre. Viaggio in treno non compreso. Punto di incontro Stazione Ferroviaria di Modena alle 8.45. Contributo più tessera associativa.

**VICENZA E LE VILLE VICENTINE** Alla scoperta della città di Vicenza nominata dall'UNESCO patrimonio dell'umanità e di due prestigiose ville vicentine: Villa Valmarana e Villa Cordellina Lombardi. Venerdì 10 marzo Viaggio in pullman- pranzo escluso. Ritrovo partecipanti alle 7.00 presso parcheggio cinema RAFFAELLO. Contributo più tessera associativa.

**RAVENNA** Visita a Ravenna dove si respira Arte, Storia e Cultura. Sono inclusi nel programma il Mausoleo di Teodorico e di Galla Placidia. Al rientro sosta al sito archeologico di RUSSI dove sono conservati i resti di una villa rustica di epoca romana. Martedì 4 aprile 2017 Viaggio in pullman pranzo escluso. Ritrovo partecipanti alle 7.00 parcheggio "AI GELSI" Contributo più tessera associativa.

**PARCO GIARDINO SIGURTÀ E I MULINI DI BORGHETTO** Il parco giardino Sigurtà è un parco naturalistico di 60 ettari in provincia di Verona. Vincitore del secondo premio di Parco Più Bello d'Europa 2015 e di Parco Più Bello d'Italia 2013. Borghetto è un piccolo nucleo di insediamento sorto nel 1400 attorno ad una serie di mulini ad acqua. Giovedì 11 maggio 2017 Viaggio in pullman Ritrovo partecipanti alle 7.45 presso parcheggio cinema RAFFAELLO Contributo più tessera associativa.

### LINGUE STRANIERE

I corsi si articoleranno su vari livelli in base alla diversa preparazione dei partecipanti: principianti/principianti assoluti; falsi principianti (A1); ele-

mentare (A1); pre-intermedio (A2); intermedio (B1) Per tutti i corsi è previsto un contributo più tessera associativa. Le lezioni, salvo diversa indicazione, si svolgono presso la nostra sede.

INGLESE 1 - PRINCIPIANTI 20 lezioni (30 ore) il martedì dalle 9.00 alle 10.30. Dal 4 ottobre fino al 7 marzo.

INGLESE 2 - FALSI PRINCIPIANTI 15 lezioni (22 ore e mezzo) il giovedì dalle 17.30 alle 19.00. Dal 13 ottobre fino al 9 febbraio.

INGLESE 3 - ELEMENTARY  
20 lezioni (30 ore) il mercoledì dalle 16.00 alle 17.30. Dal 28 settembre fino al 22 febbraio.

INGLESE 4 - ELEMENTARY plus pomeridiano  
20 lezioni (30 ore) il martedì dalle 14.30 alle 16.00. Dal 27 settembre fino al 7 marzo.

INGLESE 5 - ELEMENTARY plus serale  
20 lezioni (30 ore) il giovedì dalle 20.00 alle 21.30. Dal 13 ottobre fino al 16 marzo.

INGLESE 6 - ELEMENTARY plus pomeridiano  
20 lezioni (30 ore) v mercoledì dalle 17.30 alle 19.00. Dal 5 ottobre fino al 1 marzo.

INGLESE 7 - INTERMEDIO pomeridiano  
20 lezioni (30 ore) il martedì dalle 17.30 alle 19.00. Dal 27 settembre fino al 7 marzo.

INGLESE 8 - INTERMEDIO serale  
15 lezioni (22 ore e mezzo) il martedì dalle 20.30 alle 22.00. Dal 17 gennaio fino al 9 maggio.

INGLESE 9 - INTERMEDIO plus  
20 lezioni (30 ore) il martedì dalle 16.00 alle 17.30  
Dal 27 settembre fino al 7 marzo.

CONVERSAZIONE IN INGLESE Livello richiesto: intermedio  
10 incontri (15 ore) il martedì dalle 20.30 alle 22.00. Dal 11 ottobre fino al 20 dicembre.

SPAGNOLO 1 - PRINCIPIANTI  
20 lezioni (30 ore) il giovedì dalle 15.30 alle 17.00. Dal 13 ottobre fino al 16 marzo.

SPAGNOLO 2 - PRE-INTERMEDIO  
20 lezioni (30 ore) al mercoledì dalle 18.30 alle 20.00. Dal giorno 5 ottobre fino al 1 marzo.

SPAGNOLO 3 - INTERMEDIO plus  
20 lezioni (30 ore) il venerdì dalle 9.00 alle 10.30. Dal 11 novembre fino al 21 aprile.

CONVERSAZIONE IN SPAGNOLO Livello richiesto: intermedio  
10 incontri (15 ore) il mercoledì dalle 20.30 alle 22.00. Dal 18 gennaio fino al 22 marzo.

FRANCESE FALSI PRINCIPIANTI/BASE  
15 lezioni (22.5 ore) il lunedì dalle 9.00 alle 10.30. Dal 14 novembre fino al 6 marzo.

CONVERSAZIONE IN FRANCESE Livello richiesto: intermedio  
10 incontri (15 ore) il mercoledì dalle 9.00 alle 10.30. Dal 19 ottobre fino al 21 dicembre.

TEDESCO 1 - ELEMENTARY  
20 lezioni (30 ore) il lunedì dalle 19.00 alle 20.30. Dal 17 ottobre al 13 marzo.  
TEDESCO 2 - INTERMEDIO

12 lezioni (18 ore) il venerdì dalle 10.30 alle 12.00. Dal 20 gennaio al 7 aprile.  
ARABO

20 lezioni (30 ore) il venerdì dalle 19.30 alle 21.00. Dal 4 novembre fino al 7 aprile.  
CINESE

10 lezioni (15 ore) il lunedì dalle 20.30 alle 22.00. Dal 17 ottobre fino al 19 dicembre.  
RUSSO

20 lezioni (30 ore) il martedì dalle 19.00 alle 20.30. Dal 4 ottobre al 14 marzo.

### **INFORMATICA E TECNICA**

I corsi di informatica, che si terranno presso la Sede, sono riservati a coloro che possiedono un PC portatile con determinati requisiti. È previsto un contributo più la tessera associativa.

**TABLET E SMARTPHONE** Il corso si pone l'obiettivo di guidare l'allievo nell'apprendimento delle diverse funzionalità dei sistemi operativi Android, IOS in Tablet e Smartphone, inoltre informazioni sull'uso di FACEBOOK, TWITTER, INSTAGRAM Cinque lezioni il lunedì dalle 9.30 alle 11.30, dal 3 ottobre fino al 31 ottobre

**GRAFOLOGIA SCIENTIFICA PONDERATA CON CD** Il corso, adatto per principianti, amatori e grafologi, prevede l'utilizzo del PC personale e del dischetto CD fornito dal docente. Dieci lezioni, il giovedì dalle 9.00 alle 10.30, dal 6 ottobre al 15 dicembre

**CORSO DI FOTOGRAFIA** Otto lezioni il martedì dalle 19.00 alle 20.30  
Dal 28 marzo fino al 23 maggio.

### **LABORATORI di ESPRESSIVITÀ ARTISTICA E DI CREATIVITÀ**

Laboratori che permettono di esercitare la propria creatività attraverso diverse tecniche artistiche quali la pittura, il disegno, l'incisione, il collage e altro. Tutti i prodotti di laboratorio rimarranno di proprietà personale. Per

ogni laboratorio è previsto un contributo più la tessera associativa.

**ACQUERELLO AGLI ORTI** In collaborazione con il Comitato ORTI di San Faustino presso la "saletta-gazebo" ORTI di SAN FAUSTINO - Via Leonardo, 158: *Acquerello agli orti autunnale*. Sei lezioni il giovedì alle 15.00 dal 13 ottobre. *Acquerello agli orti primaverile*. Dieci lezioni bisettimanali il martedì e il giovedì alle 15.00, dal 14 marzo.

**ATELIER DEL SABATO** *Disegno 1*. Per apprendere tecniche grafiche e pittoriche, chiaro/scuro, carboncino, sanguigna, gessetti, pastelli, acquerelli, china. Disegno dal vero, da calchi in gesso, composizioni e nature morte. Studio del ritratto, della figura, disegno anatomico. Dieci lezioni di 3 ore il sabato alle 9.30 alle 12.30, dal 1 ottobre fino al 3 dicembre. *Pittura a olio*. Con possibilità di accostarsi anche alle varie tecniche pittoriche. 10 lezioni di 3 ore dal 10 dicembre fino al 4 marzo. 10 lezioni di 3 ore dal 11 marzo fino al 20 maggio.

Il sabato dalle 9.30 alle 12.30. I tre corsi dell'Atelier possono essere frequentati singolarmente.

**TECNICHE DI BASE DEL DISEGNO** Il corso si divide in tre fasi di cinque lezioni l'una. Corso di disegno, Corso di acquerello e, novità del 2016, Corso per riscoprire l'informale. Il lunedì dalle 10.30 alle 12.30. Dal 7 novembre fino al 27 febbraio

**DAL DISEGNO ALLA PITTURA** Corso rivolto agli "incamminati", senza escludere nuove iscrizioni per chi ha un minimo di esperienza tecnico-pittorica. Quindici lezioni il martedì alle 15.00 presso Scuola Media MARCONI - Via Canaletto, 110. Dal 15 novembre al 14 marzo

**LABORATORIO DIDA - ARTE E TECNICHE ARTISTICHE** In collaborazione con il DIDA, Laboratorio didattico del Palazzo dei Musei - Comune di Modena, saranno proposti alcuni corsi di arte e tecniche artistiche, che saranno pubblicizzati nel corso dell'anno accademico tramite volantini, comunicati stampa e mail. Le quote di partecipazione saranno comprensive dei materiali occorrenti.

**ATELIER DEL GIOVEDÌ** presso sala ACER, via Monte Grappa, 19 *Disegno 2*. Dieci lezioni di 2 ore il giovedì dalle 16.30 alle 18.30. Dal 23 marzo fino al 25 maggio

*Ceramica/Scultura*. Laboratorio per l'approccio alla tecnica del modellato con utilizzo della creta. Dieci lezioni di 2 ore il giovedì dalle 20.00 alle 22.00. Dal 23 marzo fino al 25 maggio

**MOSAICO CON MATERIALE DI RECUPERO** Creiamo un mosaico con materiale di recupero: mattonelle vecchie, pietre, vetro, conchiglie ... Sette incontri il giovedì dal 13 ottobre al 24 novembre. Presso sala ACER, via Monte Grappa, 19.

**ORIGAMI** Arte giapponese di creare con la carta. In collaborazione con COOP Alleanza 3. Tre lezioni il giovedì alle 15.30 alle 17.30 Dal 13 fino al 27 ottobre presso il "Punto di incontro" all'interno dell'IPERCOOP "I PORTALI". Per i Soci Coop è previsto solo il contributo senza tessera.

**BIEDERMEIER prenatalizio** Tecniche di base per produrre oggetti per ornamenti, decorazioni, addobbi, regali. In collaborazione con COOP Alleanza 3.. Tre incontri il giovedì dalle 15.30 alle 17.30. Dal 30 novembre fino al 14 dicembre presso il "Punto di incontro" all'interno dell'IPERCOOP "I PORTALI". Per i Soci Coop è previsto solo il contributo senza tessera.

**MINI LABORATORIO PER CREARE PICCOLI OGGETTI** Per confezionare un piccolo dono regalo: contenitori per essenze, piccoli soprammobili, scatoline decorate, vasi per fiori. Tre incontri il martedì dalle 15.00 alle 17.00 Dal 8 al 22 novembre presso il laboratorio di Giulia Baldini in via Firenze, 64.

### **BENESSERE E SALUTE**

Tutti i corsi, salvo diversa indicazione, prevedono un contributo più la tessera associativa.

**GINNASTICA PER LA MENTE** La scienza ha dimostrato che chi allena il cervello costruisce nel tempo una "Riserva Cognitiva" che permette di ridurre sensibilmente la possibilità di andare incontro a malattie degenerative. Sono previsti due cicli di sei incontri il mercoledì dalle 9.00 alle 10.30 presso sala ACER via Monte Grappa, 19. 1° ciclo dal 5 ottobre al 9 novembre. 2° ciclo dal 8 febbraio al 15 marzo.

**IL LINGUAGGIO DEL BENESSERE** Le parole hanno un'influenza enorme nella nostra vita. Frequentando questo corso imparerai a conoscere quelle trappole linguistiche in cui si cade spesso senza accorgersi dei danni psicosomatici che esse producono sul nostro organismo e imparerai inoltre a riadattare il modo in cui parli a te stessa/o e agli altri per incrementare il tuo benessere psicofisico. Quattro lezioni il mercoledì dalle 9.00 alle 10.30 presso Sala ACER via Monte Grappa, 19. Dal 11 gennaio fino al 1 febbraio.

**TECNICHE DI MEMORIZZAZIONE** Valutazione della propria capacità di memorizzazione, apprendimento delle migliori tecniche mnemoniche e verifica dei progressi compiuti. Sei lezioni il mercoledì dalle 9.00 alle 10.30 presso sala ACER via Monte Grappa, 19. Dal 22 marzo fino al 26 aprile.

**CORSO DI YOGA** Un aiuto dall'antica India per migliorare il proprio benessere. Tre cicli di dieci lezioni dalle 9.30 alle 10.30, presso l'associazione "ConTatto" in Via Allegri, 207, a scelta il martedì e/o il giovedì Dal 20 settembre al 6 dicembre. Dal 13 dicembre 2016 al 9 marzo. Dal 14 marzo al 25 maggio. È previsto un ulteriore corso di dieci lezioni dalle 17.45 alle 18.45 nei giorni di martedì e/o venerdì Dal 4 ottobre al 16 dicembre.

**COSMO E UOMO NELLE ARTI TERAPEUTICHE ORIENTALI** Di cosa parliamo



quando parliamo di SHIATSU? Origini, scuole principali, trattamenti, indicazioni e controindicazioni dei singoli trattamenti. Mercoledì 26 ottobre 2016 alle 16.30 alle 18.00 presso sala "ACER" Via Monte Grappa, 19. Gratuito a libera partecipazione.

**PRANAYAMA E MEDITAZIONE** per il riequilibrio dell'energia. Sei lezioni il giovedì dalle 17.00 alle 18.00 presso sala ACER suddivisi in due cicli. 3 lezioni dal 1 al 22 dicembre 3 lezioni dal 9 al 23 febbraio.

**IMPARIAMO L'ARTE DEL MASSAGGIO** Tocchi di massaggio psicosomatico con l'aiuto degli Oli Essenziali e dei Fiori di Bach adatti a sciogliere ansia, stress, insonnia, malinconia e umor nero. Sette incontri il martedì dal 8 novembre al 20 dicembre dalle 15.00 alle 16.30 presso lo studio della docente.

**LA NASCITA DELLA PSICOLOGIA - Primo livello** Visto l'interesse e il gradimento espresso, si propone nuovamente il corso. Tre psicologi e studiosi dell'essere umano come FREUD, JUNG, BACH, lo scopritore dei Fiori Terapeutici. Punti di vista ed eredità di pensiero. Il corso prevede momenti formativi, di dialogo con le esperienze dei partecipanti. Sei lezioni il giovedì dalle 15.00 alle 16.30 presso sala ACER Via Monte Grappa, 19. Dal 12 gennaio fino al 16 febbraio.

**LA NASCITA DELLA PSICOLOGIA - Secondo livello** È possibile partecipare a questo corso solo se si è fatto il primo, per dare continuità e approfondimento agli argomenti trattati, in fase teorica, nel primo livello. 6 lezioni il giovedì dalle 15.00 alle 16.30 presso sala ACER via Monte Grappa, 19 Dal 2 marzo fino al 6 aprile.

**CONOSCI LA MINDFULNESS?** Mindfulness, in ambito psicologico, significa "consapevolezza" dei propri pensieri, delle proprie azioni e delle proprie motivazioni è quindi una modalità di prestare attenzione, momento per momento, intenzionalmente e in modo non giudicante. Tre incontri il giovedì dalle 18.00 alle 19.30 presso sala ACER - Via Monte Grappa, 19 - il 13-20-27 ottobre.

**COSE DA FARE PER ESSERE FELICI** Il padre della psicologia positiva Martin Seligman ha teorizzato che mentre il 60% della felicità è determinata dai nostri geni e dall'ambiente, il restante 40% dipende da noi. proviamo a lavorare su quel 40%. Tre incontri il giovedì dalle 18.00 alle 19.30 presso sala ACER Via Monte Grappa, 19, il 3-10-17 novembre.

**SUGGERIMENTI ANTISTRESS PER SOPRAVVIVERE AL NATALE** Per non arrivare al giorno più felice dell'anno stanchi ed esauriti da regali, menù e addobbi vari, condividiamo alcune piccole regole da seguire. Giovedì 24 novembre 2016 dalle 18.00 alle 19.30 presso sala ACER Via Monte Grappa, 19. Gratuito a libera partecipazione.

**IL POTERE DELLA COMUNICAZIONE NON VERBALE** Il corso si rivolge a chiunque voglia aumentare l'efficacia della propria comunicazione, in ambito professionale come nella sfera privata. Cinque incontri il mercoledì dalle 18.30 alle 20.00 presso sala ACER via Monte Grappa, 19 - dal 16 novembre al 14 dicembre.

## UNIVERSITÀ PER LA TERZA ETÀ

Si trova in via del Carmine, 15 (tel.059 221930, fax 059 217062. Sito Web: [www.utemodena.it](http://www.utemodena.it); e-mail: [ute@utemodena.it](mailto:ute@utemodena.it)).

Orario d'apertura della segreteria o momento in cui è possibile ricevere informazioni), via del Carmine, 15: tutti i giorni dalle ore 10.00 alle ore 12.00 (sabato escluso)

*REFERENTE /RESPONSABILE - Prof. Carlo Alberto Sitta*

Le attività didattiche si articolano in corsi, laboratori d'arti visive, laboratori di lingue straniere, laboratori di cultura, laboratori di computer-informatica e laboratori di attività psicomotoria. Sono previste quote di partecipazioni differenziate per corsi di cultura generale e laboratori.

Chi desidera informazioni dettagliate per i corsi di cultura generale, laboratori di arti visive ed educazione psicofisica e attività motoria, Tai Chi e Qi Gong e Bastone Cinese può recarsi negli uffici di via del Carmine 15; per i laboratori di lingue straniere e computer-informatica nella sede di Via Emilia Est 429. I corsi di cultura, i corsi e laboratori di cultura e i laboratori di arti visive si tengono in Via Cardinal Morone 35; il laboratorio di lingua latina in via del Carmine, 15. Il laboratorio di Scrittura Espressiva in Via Fosse, 14. I laboratori di educazione psicofisica e attività motoria e discipline orientali presso le palestre "la Capriola" e "A.S.I.A".

### **Primo bimestre: ottobre/dicembre CORSI CULTURA GENERALE.**

Iscrizioni dal 5 al 30 settembre

**Storia di Modena - Franca Baldelli - Via Cardinal Morone, 35 Modena dal 3 ottobre.** Il Corso di storia è rivolto a quanti si interessano alle vicende accadute a Modena nel corso del tempo. Il tema proposto per l'anno accademico 2016 non è riferito ad un periodo cronologico definito ma vuole essere l'approfondimento di tanti momenti già presentati negli anni scorsi e troppo sinteticamente trattati. Tuttavia, la maggior parte delle relazioni riguarderà aspetti e problemi della Modena antica. Quest'anno ci trasferiamo nella Modena romana e medievale alla ricerca delle autentiche tradizioni modenese presenti in epoche lontanissime. Nel corso degli otto incontri verrà offerta, dunque, una serie di approfondimenti su temi e argomenti di storia di Modena, e non solo. Gli incontri saranno l'occasione per ascoltare specialisti "raccontare vicende e storie di protagonisti" di una

storia millenaria che ci permetterà di conoscere sempre meglio il mondo che ci circonda.

**Progetto Arte: I Segreti Dei Grandi movimenti e delle Avanguardie - Valentino Borgatti - Via Cardinal Morone, 35 Modena dal 4 ottobre.** Corso pluriennale ed interdisciplinare, durante il quale, tutto quello che vorreste sapere intorno all'arte moderna, vi verrà mostrato con semplicità, rendendovi felici di apprendere. Esamineremo le motivazioni culturali, sociali, letterarie, politiche, musicali ed anche filosofiche, psicanalitiche e neurologiche che hanno portato alla nascita dei grandi movimenti e delle avanguardie tra la fine del 1800 e la prima metà del 1900, attraverso le opere dei maestri pittori, scultori, architetti, scrittori, poeti, musicisti, ecc. anticipatori e fondatori delle nuove tendenze. Nasce una nuova estetica, dove, oltre alla razionalità della mente, si metterà al centro la libera fruizione del sentire empatico e neurologico.

**Educazione alimentare: Alimentiamo il nostro benessere - Claudia Conti - Via Cardinal Morone, 35 Modena dal 4 ottobre.** Dare nozioni su quali sono i nutrienti principali e che funzioni hanno all'interno dell'organismo, orientare verso la corretta alimentazione ed attività fisica, a tutte le età, far acquisire strumenti per poter fare scelte alimentari consapevoli nel caos dei supermercati e dei mass media, far acquisire strumenti per prevenire o combattere le principali patologie causate, in misura maggiore, da uno stile di vita scorretto.

**Storia delle religioni - Giuseppe Campana - Via Cardinal Morone, 35 Modena dal 5 ottobre.** Anche quest'anno, in una prospettiva storica e culturale, ci accostiamo alle complesse vicende del Cristianesimo nascente, guidati dalle Scritture cristiane e dai moderni studi biblici. Si parte dagli Atti degli Apostoli, opera dell'evangelista Luca: dove protagonista assoluto è lo Spirito Santo, che riunisce la prima Comunità e la spinge a darsi via via strutture, riti, norme di vita.

**Aceto Balsamico - Mario Gambigliani - Via Cardinal Morone, 35 Modena dal 5 ottobre.** Durante il corso verranno analizzate le varie fasi che vanno dalla preparazione del prodotto alla conduzione dell'acetaia fino alle sedute di assaggio. Il tutto nel rispetto della tradizione modenese.

**Letteratura italiana - Roberta Cabazzuti - Via Cardinal Morone, 35 Modena dal 6 ottobre.** Il corso si propone di indagare alcuni dei modi in cui la letteratura di tutti i tempi dalla Bibbia all'Odissea sino ai giorni nostri ha sviluppato il tema del diverso appuntandosi sulla strada che la letteratura indica: "Quando un uomo incontra un altro uomo, scrive, ha sempre «davanti a sé tre possibilità di scelta: fargli guerra, isolarsi dietro a un muro o stabilire un dialogo» (R. Kapuściński). Delle tre possibilità la letteratura,

almeno, ha sempre scelto la terza. Ma la letteratura, si sa, ha una propria vocazione al dialogo e l'atto stesso del leggere è sempre l'incontro con un "altro" che vuole la nostra attenzione e il nostro rispetto.

**Comunicazione e PNL - Carla Xella - Via Cardinal Morone, 35 Modena dal 6 ottobre.** Obiettivi del corso: migliorare la propria vita personale e professionale. Comprendere meglio le dinamiche della comunicazione, approfondendo alcuni meccanismi di funzionamento della mente. Imparare a definire efficacemente i propri obiettivi e monitorarne la realizzazione. Verranno alternate parti teoriche indispensabili per conoscere le dinamiche comunicative ed i meccanismi di funzionamento della mente.

**Informazione medica - Coordinatore Roberto Rigo con interventi specialisti - Via Cardinal Morone, 35 Modena dal 7 ottobre.** Il corso di "Informazione Medica" si articola su otto lezioni, di due ore ciascuna, tenuto da docenti professionalmente affermati e cultori della materia. Gli argomenti, di carattere multidisciplinare, sono scelti con l'intento di apportare non solo arricchimento culturale, ma anche nozioni di taglio pratico atte a prevenire alcune patologie o utili ad affrontarle in modo adeguato.

**Storia del cinema - Davide Bulgarelli - Via Cardinal Morone, 35 Modena dal 7 ottobre.** Alcuni piccoli film recentissimi di grande valore da cinematografie di tutto il mondo col comune denominatore della ricerca di nuove estetiche e tematiche, per aggiungere, al termine "storia" del nostro corso, l'aggettivo "contemporanea".

#### **Primo bimestre: ottobre/dicembre LABORATORI DI CULTURA GENERALE.** Iscrizioni dal 5 al 30 settembre

**Antiquariato - Tullio Forti - Via Cardinal Morone, 35 Modena dal 3 ottobre.** Il corso (laboratorio) si propone di fare conoscere alcuni settori dell'antiquariato cosiddetto minore, spesso poco conosciuto dalla maggior parte delle persone in quanto, solitamente per antiquariato si è portati a considerare il solo settore dei mobili.

**Laboratorio di Pianoforte Avanzati - I - Elena Cattini - Via Cardinal Morone, 35 Modena dal 4 ottobre.** Il laboratorio si rivolge in particolar modo a chi ha già seguito o frequentato corsi di pianoforte in passato. Chi lo desidera potrà inoltre cimentarsi in semplici duetti a quattro mani.

**Letteratura Latina (lab.) - Oronzo Casto - Via del Carmine, 15 dal 6 ottobre.** Convinti della perenne fecondità della civiltà classica, si intraprende un percorso ambizioso con l'intento di offrire una visione completa del mondo romano.

**Criminologia (lab. I) - Michele Frigieri - Via Cardinal Morone, 35 Modena dal 5 ottobre.** Questo laboratorio si pone l'obiettivo di riflettere su tematiche di "confine" fra le discipline psicologiche, psicopatologiche e criminologiche.

logiche attraverso spunti offerti dai fatti di cronaca e attualità.

**Ricerca Storica (lab. I) - Franca Baldelli - Via Cardinal Morone, 35 Modena dal 5 ottobre.** In collaborazione con l'archivio storico di Modena, la prof. Franca Baldelli esaminerà mutamenti, stravolgimenti, restaurazione... moti: 1796-1821. L'arrivo a Modena di Napoleone. Come avranno vissuto quei momenti i Modenesi?

**Salute e benessere - Eugenia Andreoni e Francesca Lavorini - Via Cardinal Morone, 35 Modena dal 4 ottobre.** Il presente laboratorio si prefigge di fornire una prima illustrazione dei principali aspetti che concorrono alla percezione soggettiva di benessere, per riscoprire e valorizzare la propria quotidianità e apprendere qualche semplice tecnica per migliorarla. Nell'ambito dei diversi incontri, i temi indicati verranno presentati e discussi attraverso una modalità attiva e partecipativa che favorisca l'espressione e il coinvolgimento dei partecipanti: condividere le esperienze e le difficoltà ci rafforza e ci arricchisce, permettendoci di superare con più coraggio e determinazione le diverse fasi di passaggio che ci troviamo ad attraversare.

**Scrittura Espressiva - (lab. I) - Sonia Muzzarelli e Daniela Pollastri - Via Fosse, 14 Modena dal 6 ottobre.** Il laboratorio tenuto dalle professoresse Sonia Muzzarelli e Daniela Pollastri si propone di tracciare un percorso esperienziale capace di dare forma alle nostre storie personali, reali e/o immaginarie: il mondo dei giochi, i mondi delle donne e degli uomini.

**Pianoforte - (lab.) Principianti I - Elena Cattini - Via Cardinal Morone, 35 Modena dal 7 ottobre.** Il laboratorio si rivolge esclusivamente a principianti e a quanti non hanno ricordi recenti di pratica pianistica.

### **Secondo bimestre: gennaio-marzo 2017 CORSI CULTURA**

**GENERALE.** Termine prelievo per iscrizioni 16 dicembre

**Discipline olistiche - Italia Grazia Braini - Via Cardinal Morone, 35 Modena dal 9 gennaio.** Cosa sono e a che cosa servono. Una visione olistica della salute dell'uomo non è certamente qualcosa di nuovo. Si ritrova nella storia sociale e nella cultura di pressoché tutti i popoli fin da tempi molto antichi. Oggi più che mai si è persa questa causa di una visione razionalistica e riduzionista. Tuttavia è possibile avere una nuova (e allo stesso tempo antica) visione e di aprire la mente e il cuore a un sapere rinnovato che sa guardare l'uomo nella sua interezza e accoglierlo per quello che è nel corpo, nella mente, nello spirito perché possa capirsi, amarsi e mantenersi in ben-essere.

**Filosofia - Carlo Alberto Sitta - Via Cardinal Morone, 35 Modena dal 9 gennaio.** La filosofia e la storia. La filosofia ha iniziato in epoca relativamente recente ad occuparsi del tempo storico. Per il pensiero metafisico, che pri-

vilegia l'essere come oggetto di riflessione, il tempo è visto come ostacolo, in quanto implica la durata e il mutamento. Il Corso non si occupa del tempo fisico, ma di quello umano che si sviluppa nella storia.

**Storia Universale - Giuseppe Campana - Via Cardinal Morone, 35 Modena dal 10 gennaio.** La Guerra fredda e la fragile distensione nell'epoca della Decolonizzazione Incompiuta (1945-1968). Il mondo che si affaccia alla fine di quella che lo storico Hobsbawm vede come un'unica grande guerra 1914-1945 è un mondo profondamente mutato, e tale da preludere ad altre profonde trasformazioni.

**Archeologia - Luca Cavazzuti - Via Cardinal Morone, 35 Modena dal 10 gennaio.** Il mondo dei Greci. Un titolo che volutamente è una provocatoria iperbole. Verranno affrontati i principali temi dell'archeologia e dell'arte greca dall'epoca micenea sino alla nascita dei regni ellenistici, dopo l'avventura dell'impero universale perseguita da Alessandro il macedone.

**Drammaturgia - Valentino Borgatti - Via Cardinal Morone, 35 Modena dal 11 gennaio.** "Quando il teatro avrà raggiunto il suo scopo? Quando poche ore potranno correggere il mio modo di pensare per tutta la vita" Peter Brook regista. Corso pluriennale ed interdisciplinare, dedicato al teatro moderno e contemporaneo, in tutte le componenti. Analisi di testi, esame critico, strutturale e storico, visione di filmati teatrali

**Psicologia - Mario Aldovini - Via Cardinal Morone, 35 Modena dal 11 gennaio.** La psicologia dinamica di fronte al problema dello sviluppo della personalità: individuo e società, individuo e cultura. Il corso si articolerà in due momenti: a - Il funzionamento (e lo sviluppo) dell'apparato psichico secondo il modello psicomodinamico: nel pensiero psicoanalitico la mente è il luogo di continui conflitti fra forze. b - Il funzionamento dell'apparato psichico nelle opere di artisti del ventesimo secolo.

**Storia dell'arte - Giovanna Caselgrandi - Via Cardinal Morone, 35 Modena dal 12 gennaio.** I grandi maestri della pittura da Gentile da Fabriano a Leonardo da Vinci. Continua l'affascinante viaggio tra i maestri della pittura europea ed italiana. Lo sguardo è rivolto alla produzione italiana del Quattrocento. Le opere d'arte saranno analizzate con la consueta profondità ed attenzione, lasciando spazio a letture che ne svelino i segreti pittorici ed i significati più reconditi.

**Energia e Ambiente - Luigi Borghi - Via Cardinal Morone, 35 Modena dal 12 gennaio.** Le recenti iniziative a livello internazionale tese ad attenuare quel fenomeno già in atto denominato "global warming", hanno evidenziato una reale crisi dell'ambiente e le sue conseguenze sul clima che fino ad oggi sono state trascurate per diverse ragioni opportunistiche. L'espressione "riscaldamento globale" (global warming), indica il mutamento

del clima terrestre sviluppatosi nel corso del XX secolo e tutt'ora in corso. Tale mutamento è attribuito in buona misura alle emissioni in atmosfera di crescenti quantità di gas serra e ad altri fattori comunque dovuti all'attività umana.

**Economia - Antonello Cattani - Via Cardinal Morone, 35 Modena dal 12 gennaio.** Cosa sapere quando si va in banca? Il sistema bancario è cambiato notevolmente negli ultimi anni. Un tempo esistevano BOT e CCT e il rapporto con la banca era più semplice. Il corso di economia quest'anno si propone di fornire ai partecipanti una formazione non solo teorica, ma anche pratica, con esempi concreti, aggiornamenti sugli argomenti di attualità, ed esercitazioni in aula, che permetta di affrontare preparati al meglio il confronto quotidiano con la propria banca.

**Storia del Cinema 1 - Davide Bulgarelli - Via Cardinal Morone, 35 Modena dal 13 gennaio.** Guglielmo e la ricerca - Come hanno affrontato cinematograficamente nella loro ricerca di un linguaggio personale e, per molti versi, innovatore, le tragedie di William Shakespeare, alcuni dei grandi registi della storia del cinema mondiale. Quindi rapporto cinema-teatro...

**Antropologia - Enzo Capizzi - Via Cardinal Morone, 35 Modena dal 13 gennaio.** "Tutto considerato, al mondo ci sono solo due tipi di uomini: quelli che stanno a casa e quelli che non ci stanno" (Kipling) "La nostra natura consiste nel movimento. La quiete assoluta è morte" (Pascal, Pensée). Il corso sarà un viaggio "virtuale" che percorrerà itinerari mitici, come il Perù degli Inca (attraverso i "reperti" archeologici e umani che lo testimoniano) e la Via della seta (con una guida d'eccezione).

#### **Secondo bimestre: gennaio-marzo 2017 LABORATORIO DI**

**CULTURA GENERALE.** Termine prelezioni per iscrizioni 16 dicembre  
**Pianoforte Avanzati - Avanzati (II) - Elena Cattini - Via Cardinal Morone, 35 Modena dal 10 gennaio.** Il corso prosegue le lezioni del I Bimestre. Come di consueto, oltre agli esercizi tecnici, verranno proposti brani della letteratura pianistica classica ed operistica oltre ad arrangiamenti di canzoni d'autore storiche e recenti.

**Letteratura Latina (lab.) - Oronzo Casto - Via del Carmine, 15 Modena dal 10 gennaio.** Dalla Repubblica all'Impero (continuazione del primo bimestre)

**Salute e benessere (lab.) - Eugenia Andreoni e Francesca Lavorini - Via Cardinal Morone, 35 Modena dal 10 gennaio.** Tema centrale del presente laboratorio sarà l'esplorazione delle emozioni, attraverso una serie di passaggi che faciliteranno l'identificazione ed il riconoscimento di questi diversi stati, in noi e negli altri, e la definizione di strategie adeguate per il loro fronteggiamento.

**Comunicazione e P.N.L. (perfezionamento) - Carla Xella - Via del Carmine, 15 Modena dal 11 gennaio.** Negli otto incontri il docente si prefigge di far riflettere, individualmente ed in gruppo, su quali siano le modalità e le tecniche comunicative più adeguate per ottenere il meglio in qualsiasi situazione.

**Criminologia (lab. II) - Michele Frigieri - Via Cardinal Morone, 35 Modena dal 11 gennaio.** Il Laboratorio di Criminologia si pone l'obiettivo di riflettere su tematiche di "confine" fra le discipline psicologiche, psicopatologiche e criminologiche attraverso spunti offerti dai fatti di cronaca e attualità.

**Ricerca storica (lab. II) - Franca Baldelli - Via Cardinal Morone, 35 Modena dal 11 gennaio 2017.** Mutamenti, stravolgimenti, restaurazione... moti: 1796-1821. Tra Comunità e Municipalità: novità, consuetudini, usanze. Come avranno vissuto quei momenti i Modenesi?

**Scrittura Espressiva (lab.) - Sonia Muzzarelli e Daniela Pollastri - Via Fosse, 14 Modena dal 12 gennaio.** Il laboratorio tenuto dalle proff. Sonia Muzzarelli e Daniela Pollastri si propone di tracciare un percorso esperienziale capace di dare forma alle nostre storie personali, reali e/o immaginarie: I mondi dell'affettività - I mondi dell'immaginazione.

**Vivere la Poesia (lab.) - Valentino Borgatti - Via Cardinal Morone, 35 Modena dal 12 gennaio.** Il laboratorio si propone di imparare ad interpretare ed ascoltare la poesia con una preparazione culturale e tecnica, al fine di raggiungere, ognuno di persona, un rapporto empatico con le opere studiate, analizzate ed interpretate con il suono della parola.

**Pianoforte Principianti (lab.) - Corso Principianti - Elena Cattini - Via Cardinal Morone, 35 Modena dal 13 gennaio.** Il corso prosegue le lezioni del primo Bimestre

#### **Terzo Bimestre: marzo-maggio 2017 CORSI DI CULTURA**

**GENERALE.** Termine prelezioni per iscrizioni 3 marzo

**Astronomia: l'esplorazione diretta ed indiretta dell'universo - Luigi Borghi - Via Cardinal Morone, 35 Modena dal 13 marzo.** Dai metodi primitivi dei nostri avi alle prossime sonde interstellari. La consapevolezza dell'immensità. Nei corsi di astronomia degli anni precedenti si è visto l'universo e tutti gli oggetti che lo popolano, dal punto di vista astrofisico e da quello dell'evoluzione della vita. Uno di questi è senz'altro l'esplorazione dello spazio, cioè un'ampia descrizione dei mezzi con i quali il genere umano diventa sempre più consapevole del mondo che gli sta intorno e dell'universo che lo contiene. Questo corso partirà dagli albori dell'astronomia e della recente astronautica, fino ai giorni nostri, ipotizzando anche quale potrà essere lo scenario futuro.

**Progetto Musica - Valentino Borgatti - Via Cardinal Morone, 35 Modena dal 13 marzo.** Vivere e conoscere la musica nella sua espressioni di comunicazione interdisciplinare ed anche nel rapporto relazionale tra comunicazione e musicoterapia

**Etruscologia: Principi Etruschi tra Mediterraneo ed Europa - Stefano Santocchini Gerg - Via Cardinal Morone, 35 Modena dal 14 marzo.** Il corso prevede l'approfondimento di singoli aspetti della civiltà e della cultura etrusca. Le lezioni prenderanno in dettaglio esame aspetti controversi della civiltà etrusca. Particolare attenzione verrà posta alle problematiche ancora oggetto di dibattito, analizzate sia dal punto di vista degli autori che dalla moderna storiografia.

**Cultura Cinese - Maria Carla Luciano - Via Cardinal Morone, 35 Modena dal 14 marzo.** Il partito comunista e l'evoluzione sociale cinese. Il corso intende permettere ai partecipanti di confrontarsi con il principale attore politico della Cina contemporanea: il Partito comunista cinese. Nello specifico, verrà fatta una analisi dei cambiamenti sociali avvenuti in Cina nell'ultimo secolo.

**Arte nel Modenese. L'età del Neoclassicismo a Modena - Graziella Martinelli Braglia e Luca Silingardi - Via Cardinal Morone, 35 Modena dal 15 marzo.** Fra gli ultimi decenni del settecento ed i primi dell'ottocento, il ducato estense attraversa un periodo cruciale: sono gli estremi albori dell'ancien regime. Modena assume un volto edilizio improntato da un classicismo di sobria eleganza.

**Architettura - Susanna Lodi - Via Cardinal Morone, 35 Modena dal 16 marzo.** Il corso propone uno sguardo sulle architetture moderne e contemporanee che sono state realizzate negli ultimi anni nel mondo. Opere architettoniche progettate da architetti di fama internazionale. Si spazierà dall'Europa alla Cina, Giappone, per giungere a un percorso su Modena alla scoperta delle opere dell'architetto Vinicio Vecchi che ha progettato alcuni edifici che sono entrati a far parte della memoria collettiva della comunità della città.

**Bioetica - Coordinatore Mario Aldovini - Via Cardinal Morone, 35 Modena dal 16 marzo.** Siamo così giunti al terzo ciclo di lezioni: si tratterà sia di approfondimenti su problemi già affrontati sia di alcuni nuovi temi che allargano il campo del nostro sforzo di proporre un'informazione articolata sulla riflessione bioetica. Gli incontri di bioetica saranno strutturati in lezioni tenute con il contributo di studiosi e professionisti capaci di affrontarne i temi fondamentali da un punto di vista problematico e documentato: si tratta infatti di fornire un'informazione che consenta di comprendere l'articolarsi del dibattito sulla base da un lato delle norme attualmente

vigenti in Italia e in altri paesi, dall'altro dello stato della scienza e delle possibilità che essa apre.

**L'opera lirica: Avvicinamento all'opera lirica - L'età d'oro del melodramma - Pierluigi Cassano - Via Cardinal Morone, 35 Modena dal 17 marzo.** Il corso si propone di fornire le conoscenze necessarie a comprendere ed amare l'opera lirica. È a carattere divulgativo, quindi i partecipanti non necessitano di alcuna preparazione musicale in senso tecnico. Si rivolge sia a principianti al loro primo incontro col melodramma sia a melomani già esperti desiderosi di approfondire ulteriormente la loro passione. Durante ogni incontro viene presentato e raccontato un titolo d'opera, alternando tale racconto con lettura di testi, ascolto di brani, visione di filmati.

**Piacere, Benessere, Felicità: Le Basi Biologiche - Dario Sonetti - Via Cardinal Morone, 35 Modena dal 17 marzo.** Che cosa ci può dire oggi la scienza su queste tre fondamentali pulsioni che indirizzano e governano la nostra vita? Senza questa maggiore consapevolezza non saremo in grado di garantire le scelte più corrette ed il nostro futuro né di individui né di specie.

**Terzo Bimestre: marzo/maggio 2017 LABORATORIO DI CULTURA GENERALE.** Termine prelievo per iscrizioni 3 marzo

**Letteratura Latina - (lab.): Oronzo Casto - Via del Carmine, 15 Modena dal 14 marzo.** Prosecuzione degli argomenti del primo e secondo bimestre.

**Pianoforte (lab. avanzati) - Elena Cattini - Via Cardinal Morone, 35 Modena dal 14 marzo.** Il corso prosegue le lezioni dei precedenti bimestri, si continuerà con la teoria musicale e nozioni di arrangiamento pianistico nella prima parte della lezione, dando però più spazio ai momenti di pratica individuale.

**Salute e benessere (lab.): Salute e benessere Psicologico - Eugenia Andreoni e Francesca Lavorini - Via Cardinal Morone, 35 Modena dal 14 marzo.** Tema centrale del presente laboratorio sarà la comunicazione: come riuscire ad esprimere i propri pensieri in modo sicuro, nel rispetto delle proprie opinioni e di quelle degli altri. È preferibile che gli iscritti abbiano già frequentato i precedenti laboratori.

**Storia delle Religioni (lab.): La chiesa e il cristianesimo di fronte allo stato laico e alla cultura positivista. Giuseppe Campana - Via Cardinal Morone, 35 Modena dal 15 marzo.** Le istanze rivoluzionarie, i nuovi diritti di cittadini non più sudditi... I nuovi stati retti da costituzioni laiche, imperniate sulle moderne libertà di parola, stampa, coscienza, religione, e sulla distinzione tra sfera civile e sfera religiosa. Nello scenario cattolico italiano, spiccano le grandi figure profetiche (e dunque isolate) di Manzoni e Rosmini: a loro modo "cattolici del dissenso" ante litteram.

**Ricerca storica (lab.) Ritorno al passato: Francesco IV d'Austria Este... poi**

**le prime congiure - Franca Baldelli - Via Cardinal Morone, 35 Modena dal 15 marzo.** Mutamenti, stravolgimenti, restaurazione... moti: 1796-1821. Tra Comunità e Municipalità: novità, consuetudini, usanze. Come avranno vissuto quei momenti i Modenesi?

**Comunicazione e P.N.L. (lab.): Carla Xella - Via del Carmine, 15 dal 15 marzo.** Riflessioni sul pensiero e il pensare, ispirate all'approccio "3 principi". In questo corso si parlerà soprattutto di comunicazione interna, cioè di tutto quel fitto scambio di "botta e risposta" che continuamente ci accompagna sin dalla più tenera età. Non sono necessarie competenze particolari... i 3 Principi sono veramente alla portata di tutti: la loro comprensione, che ha infiniti livelli di approfondimento, si fa strada da sola in noi.

**Scrittura Espressiva (lab.): Sonia Muzzarelli e Daniela Pollastri - Via Fosse, 14 Modena dal 16 marzo.** Il laboratorio tenuto dalle proff. Sonia Muzzarelli e Daniela Pollastri si propone di tracciare un percorso esperienziale capace di dare forma alle nostre storie personali, reali e/o immaginarie.

**Antropologia (lab.): Famiglie sui generis - Enzo Capizzi - Via Cardinal Morone, 35 Modena dal 16 marzo.** Insieme alla religione, la famiglia ha costituito uno dei temi classici dell'antropologia, fin dai suoi esordi. Molti antropologi (da Lewis H. Morgan, a Radcliffe - Brown a Claude Lévi-Strauss) si sono occupati della famiglia e dei sistemi parentali e il Laboratorio approfondirà, attraverso l'esame dei testi, le loro teorie. Si vedrà come l'antropologia, usando il grand'angolo, non si accontenti di esplorare il cortile di casa, ma spazi attraverso la cultura di molti popoli. Scoprendo che la famiglia è sì la base della società, ma che ogni società ha la propria: non esiste la "famiglia", ma molteplici tipi di "famiglie".

**Pianoforte Principianti III: Laboratorio di pianoforte - Elena Cattini - Via Cardinal Morone, 35 Modena dal 17 marzo.** Il corso prosegue le lezioni dei precedenti bimestri. Il repertorio da affrontare spazierà dagli esercizi tecnici ai brani popolari tratti dalla letteratura pianistica, operistica e dalla storia della canzone d'autore, eventualmente adattati dall'insegnante per rispondere al livello di ciascuno.

#### **LABORATORI ANNUALI OTTOBRE 2016 - MAGGIO 2017**

**SU TRE BIMESTRI.** Iscrizioni dal 5 settembre

**Laboratorio di lingua Latina** Laboratorio annuale di cultura greca. Rivisitazione, in un ciclo triennale, delle principali opere della letteratura latina integrandole con riferimenti alla vista sociale, politica e spirituale dei vari periodi. Con Oronzo Casto, al martedì ore 16-18 dal giorno 4 ottobre in Via del Carmine 15.

**Laboratori di lingue straniere** Nella "Scuola di Lingue Romolo Cappi" di via Emilia Est 429 tel. 059366980 si svolgono corsi di inglese, francese, spa-

gnolo, tedesco e cinese a vari livelli. Dal 3 ottobre.

**Laboratori di Computer ed Informatica** Laboratori di computer ed informatica, si svolgono nella sede di Via Emilia Est 429. Dal 3 ottobre. Informazioni e Iscrizioni presso la Sede di via Emilia Est 429.

**Laboratori di Arte** Nella sede di Via Cardinal Morone 35 si svolgono laboratori di pittura, scultura, disegno. Dal 3 ottobre. Informazioni e iscrizioni presso la Segreteria di Via del Carmine 15, tel. 059221930

**Laboratori di educazione psicofisica ed attività motoria** Frequenza bisettimanale in vari giorni ed orari presso la palestra "La Capriola" in via Zandonai 17. Dal 3 ottobre. Informazioni e iscrizioni presso la Segreteria di Via del Carmine 15, tel. 059 221930

**Laboratori di discipline psicofisiche orientali** Tai Chi, Qi Gong e Bastone Cinese Frequenza bisettimanale, presso la palestra A.S.I.A., via del Lancillotto 24. Dal 3 ottobre. Informazioni e iscrizioni presso la Segreteria di Via del Carmine 15, tel. 059 221930

### **UNIVERSITÀ PER TUTTE LE ETÀ SALOTTO MAGICO: arte, scienza e fantasia**

Sede legale presso Palazzo Europa via Emilia, 119 Modena, cell. 331 9069870 e-mail: [salottomagico@alice.it](mailto:salottomagico@alice.it). Sito web: [www.salottomagico.net](http://www.salottomagico.net); Pagina Facebook: Salotto Magico.

Le iniziative sono aperte a tutti senza limiti di età, titolo di studio o competenze specifiche. Quota associativa 2015/2016 € 35. Socio sostenitore € 40 Per informazioni dal lunedì al venerdì telefonare al cell. 331 9069870 o scrivere all'indirizzo e-mail: [salottomagico@alice.it](mailto:salottomagico@alice.it)

#### **ATELIER**

**Corsi di chitarra** aperti a tutti, principianti e no. (da venerdì 14 ottobre annuale). A cura di Giorgia Hannoush.

**Corsi di laboratorio** di restauro ligneo, cornici antiche, del dipinto, ceramico, lacche e dorature aperti a tutti. A cura di Elisabetta Gnoli (da 5 ottobre a giugno trimestrale).

**Corsi di pittura** a fresco su muro, a olio, ad acquarello. A cura di Elisabetta Gnoli (da 6 ottobre a giugno trimestrale).

**Corso di cucito e modellistica** (da 3 ottobre trimestrale).

**Corso pratico di conduzione e avvio di acetaia familiare.** In collaborazione con Consorteria dell'aceto balsamico tradizionale di Spilamberto (inizio mercoledì 11 gennaio).

**Corso di fotografia on the road** (Marzo). A cura di Achille Morena

**Corso di giardinaggio per buongustai:** il giardino da sgranocchiare. A cura di Stefano Pagano, agronomo (inizio mercoledì 22 marzo).

## LABORATORI DIDATTICI

**Corsi di inglese multimediale interattivo** (da martedì 11 ottobre trimestrale). A cura di Giordana Fogliani presso sede di Palazzo Europa.

**Corso pratico "L'informatica nella vita quotidiana"**. A cura di Achille Morena. Presso Liceo L.A. Muratori (da martedì 4 ottobre trimestrale).

## CORSI POMERIDIANI

NOVEMBRE 2016

"Rituali di bellezza in cosmeceutica e fitocosmesi". A cura del Dott. Andrea Righetti (inizio martedì 15 novembre ore 17.00).

GENNAIO 2017

"Personaggi significativi tra Modena e l'Europa nei secoli XVII-XVIII".

A cura del prof. Giancarlo Montanari (inizio martedì 12 gennaio ore 17.00).

FEBBRAIO 2017

"Ancora sugli Ordini dei Mendicanti" A cura del prof. Marzio Ardochini (inizio mercoledì 8 febbraio ore 17.00 presso via Pomposa, 1).

MARZO 2017

"Bellezza della filosofia: studio delle immagini del pensiero". A cura del Prof. Domenico Pirondini (inizio mercoledì 1 marzo ore 17.00 presso liceo L.A. Muratori).

APRILE 2017

"Lezioni di filosofia". A cura del prof. Giovanni Battaglini.

MAGGIO 2017

"I grandi maestri della pittura fiamminga". A cura del prof. Giuseppe Bernardoni (inizio martedì 2 maggio ore 17.00).

## INIZIATIVA PER I RAGAZZI DELLE SCUOLE ELEMENTARI E MEDIE

"Protagonista la chitarra". Mini-rassegna di brani musicali e letterari, mercoledì 15-22-29 novembre. A cura del prof. Francesco Dorello.

## INIZIATIVE SERALI

OTTOBRE 2016

Laboratorio di discussione "self help" guidato per uomini separati. A cura del dott. Franco Boldrini, psicologo-psicoterapeuta (inizio lunedì 3 ottobre ore 21.00). Iniziativa pubblica e gratuita.

Altre iniziative saranno programmate in corso d'anno.

## ASSOCIAZIONI

### ACAT Associazione Club Alcoloci Territoriali

In stradello San Marone, 15, l'Associazione (tel. 388 6066996 [acat.modena@hotmail.it](mailto:acat.modena@hotmail.it)) è costituita da gruppi di famiglie (club) che si riuniscono una volta a settimana, con la partecipazione di un facilitatore esperto di problematiche alcolcorrelate, per condividere le esperienze di vita legate all'uso di alcool e, più in generale, di convivenza e di lavoro, così da migliorare la vita personale e di relazione e fare a meno dell'alcool.

Nel club si trovano comprensione, rispetto, solidarietà e forza, e le famiglie interagiscono per rafforzare le proprie risorse. A Modena sono presenti 6 club che si incontrano in diverse sedi. Altri tre sono attivi a Nonantola e Vignola e Spilamberto. Per informazioni l'Associazione può essere contattata telefonicamente in qualunque momento.

### ACLI Associazioni Cristiane Lavoratori Italiani

Presso la sede provinciale di Modena, in via Morandi 42, si trovano gli uffici dei servizi di Patronato (tel. 059 374808, fax 059 372183, [modena@patronato.acli.it](mailto:modena@patronato.acli.it)), CAF (tel. 059 270948, fax. 059 374282, [modena@acliservice.acli.it](mailto:modena@acliservice.acli.it)) e Colf (tel. 059 364681). Per tutte le informazioni relative ai circoli e non solo: tel. 059 360829, email: [info@aclimodena.it](mailto:info@aclimodena.it), sito web: [www.aclimodena.it](http://www.aclimodena.it). Le Acli (Associazioni Cristiane Lavoratori Italiani) sono un'associazione di promozione sociale fortemente radicata nel campo del volontariato, del no profit e dell'impresa sociale.

La loro mission consiste nel tutelare i lavoratori, favorire la crescita e l'aggregazione dei diversi soggetti sociali e delle famiglie attraverso la formazione, l'azione sociale e la promozione di servizi e di realtà associative. Tramite servizi specifici forniscono informazioni per assistenza agli anziani, consulenze e gestione colf e svolgono attività di patronato e assistenza fiscale. In tutta la provincia inoltre le Acli offrono diverse attività aggregative, ricreative e sportive tramite i numerosi circoli affiliati US (Unione Sportiva Acli) e Acli Arte e Spettacolo, mentre tramite il Centro Turistico Acli propongono viaggi organizzati e soggiorni in tutto il mondo.

Inoltre nel Comune di Modena e nella provincia sono presenti circoli nei quali lo stare insieme, l'amicizia, il condividere le gioie, i momenti di difficoltà, curare interessi comuni e hobbies sono le basi del creare coesione e inclusione sociale.

## AICS Associazione Italiana Cultura e Sport

La nuova sede, in via Emilia Ovest 119 (tel. 059 217497), e-mail: [modena@aics.it](mailto:modena@aics.it), è aperta dal lunedì al venerdì, dalle 9.00 alle 12.00. All'interno dei Percorsi Benessere propone un'attività motoria dedicata al recupero, potenziamento e consolidamento delle capacità motorie fondamentali. Questo favorisce sia il mantenimento di un buono stato di salute sia l'opportunità di relazioni sociali coinvolgenti. Propone inoltre corsi di Pilates, una disciplina di allenamento del corpo pensato e concepito per sviluppare la forza e la flessibilità muscolare, per aiutare a mantenere l'equilibrio tra corpo e mente e per assicurare l'esecuzione precisa dei movimenti. Propone attività specifiche per la prevenzione dell'invalidità da osteoporosi e da cadute. La particolare attenzione ai problemi della Terza Età ha fatto dell'AICS Provinciale un punto di riferimento nazionale per la formazione e l'aggiornamento degli operatori di settore.

Ha partecipato allo Studio Multicentrico, condotto dalle Università e dalle USL della Regione Emilia Romagna, sulla "Depressione Maggiore Senile" formando e coordinando gli operatori del braccio di "Attività socializzante a mediazione corporea". Lo studio ha ora carattere internazionale. Fa parte ed è sede del Comitato di Coordinamento Attività Podistica Amatoriale della Provincia di Modena. Organizza incontri e convegni, attua ricerca e sperimentazione in ambito educativo, culturale e sportivo. Attraverso i suoi circoli si occupa della promozione di stili di vita per la tutela della salute, per la difesa dell'ambiente, per salvaguardia del nostro patrimonio storico e culturale, per la diffusione di un'etica di solidarietà e di "sport per tutti". Organizza forme di turismo sociale con iniziative come la Sei Giorni d'Argento e la Settimana azzurra.

## AIDO

Associazione Italiana per la Donazione di Organi, tessuti e cellule, sezione comunale di Modena - via Livio Borri, 40 (tel. 059 365701). Aperta dal lunedì al sabato dalle 10.00 alle 12.00, si occupa di informare e sensibilizzare la cittadinanza sul tema della donazione e del trapianto degli organi, in collaborazione con le Istituzioni pubbliche e le associazioni dell'area del dono. Durante l'anno promuove iniziative pubbliche nelle piazze con vendita di fiori a sostegno dell'Associazione.

## AISTOM Associazione Incontinenti e Stomizzati di Modena e Provincia

La sede è presso i Poliambulatori del Policlinico di Modena, via Del Pozzo 79, è aperta dal lunedì al venerdì, previo appuntamento telefonico al

348 3572435. L'associazione si occupa di informare le persone, che hanno subito un intervento chirurgico dell'intestino o dell'apparato urinario sui centri e ambulatori che gratuitamente offrono un supporto e un percorso riabilitativo, per riacquistare una condizione di vita normale. Collabora con le strutture sanitarie per migliorarne l'assistenza, organizza convegni sull'assistenza sanitarie e previdenziale, organizza incontri con lo psicologo per pazienti e familiari.

La referente è Luciana Arellaro, e-mail [luciarello@gmail.com](mailto:luciarello@gmail.com)

## ANCeSCAO Associazione Nazionale Centri Sociali Comitanti Anziani e Orti

Coordinamento Provinciale: via IV Novembre 40/E, tel. 059 244975, email: [segreteria@ancescao.modena.it](mailto:segreteria@ancescao.modena.it)

Sedi di zona:

- Centro Storico - via Carteria, 96 - tel. 059 243402
- San Lazzaro - via Spontini,4 - tel. 059 367331
- Crocetta - via Canaletto, 88 - tel. 059 315724
- Circolo XXII Aprile - via Donati, 120 - tel. 059 313514
- Buon Pastore - via Panni, 202 - tel. 059 390431
- Sant'Agnese - via Viterbo, 82 - tel. 059 372698
- Madonnina - via Barchetta, 77 - tel. 059 820204
- San Faustino - via Leonardo da Vinci, 158 - tel. 059 827998
- Corale "La Ghirlandina" - via Viterbo, 82 - tel. 059 312294
- Centro Sociale Orti Albareto - via delle Messi, 14 - tel. 059 318429
- AVCA - via IV Novembre, 40/E - tel. 059 245283

Tutte le sedi sono aperte, di norma, dal lunedì al venerdì, al mattino. Il Coordinamento Provinciale ANCeSCAO e AVCA, in collegamento con tutti i Centri Sociali Comitanti Anziani e Orti, collaborano da anni con l'Amministrazione Comunale per la gestione degli Orti, e per i soggiorni estivi presso la Casa per Ferie di Pinarella di Cervia. Pianificano attività motorie, nuoto, ginnastiche dolci e Tai ji quan, attività culturali, attività sociali e solidali. Garantiscono la presenza di volontari presso i Centri di Socializzazione Territoriali, punti iniettori presso i diversi ambulatori e aderiscono al progetto Modena Città Sicura. Predispongono, inoltre, per i propri soci a costi contenuti, soggiorni quindicinali in Italia e all'estero, feste, tombole, bocce, gare di pinnacolo, oltre a tante altre iniziative.

Organizzano, infine, visite agli orti rivolte ai bambini delle classi elementari e materne, favorendo in questo modo il dialogo e lo scambio di competenze tra le generazioni.



## ALICE Associazione per la Lotta contro l'Ictus Cerebrale

La nuova sede si trova da Giugno 2016 in via Canaletto Sud 88, al 2° piano con ascensore e servizi per disabili. I contatti sono: tel. 334 5869960 - 347 1546412; e-mail: [alicemodenaonlus@gmail.com](mailto:alicemodenaonlus@gmail.com); sito: [www.alicemodenaonlus.org](http://www.alicemodenaonlus.org). È aperta martedì e venerdì dalle 15.30 alle 18.00 da settembre a fine maggio, con pausa natalizia. Promuove iniziative di prevenzione e informazione sul territorio per diffondere le conoscenze sull'ictus; organizza in sede attività volte a mantenere nelle persone con invalidità in seguito a un ictus le abilità motorie acquisite dopo il trattamento riabilitativo, attività volte a favorire la comunicazione e avviare all'isolamento nel quale vivono le persone colpite da ictus e ai loro familiari. Collabora con gli amministratori pubblici e della sanità per adottare interventi di supporto per i malati e per i caregiver. Nello specifico l'Associazione promuove: due volte alla settimana attività motoria di mantenimento sotto la guida di un fisioterapista: attualmente vi sono tre gruppi suddivisi in base alle abilità; attività di socializzazione con la guida di una logopedista, con varie iniziative volte soprattutto a stimolare la comunicazione e il linguaggio; incontri di gruppo con lo psicologo per le persone con ictus. Nel periodo settembre - dicembre 2016 riprenderà il laboratorio teatrale che ha già prodotto due spettacoli: "Un colpo in testa: l'ictus a teatro" e "Alice, lo spettacolo delle meraviglie", una volta la settimana, aperto a tutti i soci, loro familiari e volontari.

Nel corso dell'anno riprenderà il laboratorio di musicoterapia e canto corale. È in corso di sperimentazione un progetto volto all'uso delle moderne tecnologie (es. tablet) per migliorare la comunicazione e la socializzazione nelle persone colpite da ictus. Sono in programma in sede aggiornamenti con esperti quali neurologi, logopedisti, fisioterapisti, ecc. Sul territorio saranno organizzati interventi di prevenzione e sensibilizzazione. In particolare, alla fine di ottobre 2016, per la giornata mondiale della lotta all'ictus cerebrale, avrà luogo l'iniziativa "Pensa... alla tua zucca", con vendita di zucche e distribuzione di materiale informativo sulla malattia e sull'associazione. In primavera si terrà la tradizionale giornata di prevenzione con misurazione della Pressione Arteriosa, glicemia e colesterolemia, colloqui con neurologi e dietiste.

## ANTEAS

L'Associazione Nazionale Tutte le Età Attive per la Solidarietà, in via Rainusso 58 al Palazzo Europa (tel. 059 890879 e 059 890921, fax 059 828456 e-mail [giuseppe.polichetti@cisl.it](mailto:giuseppe.polichetti@cisl.it)), aperta da lunedì a venerdì dalle 9.00 alle 12.30, ha tra i suoi obiettivi quello di favorire l'impegno nel volontaria-

to di tutte le persone, sia pensionati che cittadini ancora in attività, valorizzandone le risorse d'umanità ed esperienza. Collabora con diverse realtà del territorio per iniziative di socializzazione e alla realizzazione dei Centri Territoriali per anziani. Svolge attività di compagnia, di trasporto sociale, anche per disabili con carrozzina, e aiuto disbrigo pratiche a persone sole o in difficoltà; propone forme di turismo sociale ed effettua corsi di alfabetizzazione per stranieri.

## APOM Associazione Prevenzione Osteoporosi Modena

È situata in via Emilia Ovest, 119 (tel. 346 9403663, Gabriella Gianferrari). Per informazioni telefonicamente la segreteria risponde dalle 9 alle 18 dal lunedì al venerdì. Associazione senza scopo di lucro, fondata nel 2006, ha l'obiettivo di promuovere la prevenzione dell'invalidità da osteoporosi e da cadute nella popolazione anziana.

Lavora per modificare gli stili di vita, promuovendo una giusta alimentazione e una adeguata attività motoria. L'APOM, affiliata all'AICS, opera in collaborazione con la Cattedra di Geriatria e Gerontologia dell'Università di Modena e Reggio Emilia e con i Comuni Anziani. Organizza incontri individuali di consulenze mediche a pazienti con diagnosi di osteoporosi. Per informazioni: [www.apomodena.it](http://www.apomodena.it) e-mail [info@apomodena.it](mailto:info@apomodena.it)

## ARCI MODENA in rete con Polivalenti e Circoli

Arci Comitato Provinciale di Modena conta sul territorio circa 50 mila soci, coordina e promuove progetti di promozione sociale che spaziano dalla cultura alla cooperazione internazionale. L'aggregazione per la terza età è uno dei filoni di attività più importanti: attività ricreative (tombola, gioco delle carte), serate e corsi di ballo, turismo sociale, cene e corsi, serate a tema. Per una terza età sempre attiva e consapevole Arci organizza diverse attività di movimento e di informazione sui corretti stili di vita. Mantenere attivo il fisico e la mente sono pratiche virtuose che aiutano l'anziano a prevenire alcuni problemi riscontrabili con l'avanzare dell'età. Le attività del progetto Terza età in Movimento mirano a incentivare una socialità sana fatta di incontro, movimento e divertimento. Le proposte rivolte agli over 65 sono molteplici e volte a rispondere a esigenze specifiche, a catturare interessi e passioni diverse. Dal ballo liscio al ballo di gruppo, alle ginnastiche dolci, allo yoga, alle passeggiate e bicicletture guidate, ce n'è davvero per tutti i gusti. I corsi di movimento si svolgono da settembre a maggio nelle seguenti realtà: Polisportive Modena Est; Sacca; 87 G.Pini; Madonnina, S. Damaso, Tre Olmi, Circolo Anziani Vivere Insieme, Circolo Culturale Florida, Virtus, Centro Attività Psicosomatiche, Asia Dojo.

Per informazioni dettagliate e iscrizioni è possibile recarsi di persona alla sede provinciale (via IV Novembre 40/L, zona ex Macello) tutti i giorni dalle 9 alle 13 e dalle 14.30 alle 18.30. Si può anche contattare telefonicamente lo 059 2924711 o collegarsi al sito web: [www.arcimodena.org](http://www.arcimodena.org). I Circoli anziani, anime storiche dell'associazione, propongono attività dove convivono la cultura, la socialità e la solidarietà. Inoltre, collaborano con il Centro Famiglie ed il circolo Milinda al corso di formazione rivolto ai nonni (aprile-maggio di ogni anno) ed alla realizzazione dei Centri Territoriali per anziani. Circoli in città oltre a quelli già presenti in questa Guida: Circolo Vivere Insieme, via Panni 167 (tel. 059 340578). Affiliato Arci, aperto da martedì a domenica. Si gioca a carte e si organizzano serate musicali, di ballo liscio. I proventi delle attività finanziano progetti di solidarietà nazionale e all'estero. Varie le iniziative per gli anziani del circolo e del quartiere di educazione stradale e alimentare, numerose le gite e le cene sociali.

Si organizza la Festa dei Nonni, della Ciliegia e della Primavera. Circolo Montefiorino, via Repubblica dell'Ossola 82/a (tel. 059 326292). Affiliato Arci, aperto dal lunedì alla domenica. Tra le attività: carte, bocce tombola, Biciclettata della Pace, Festa delle Donne, spettacoli di teatro dialettale e burattini, attività di volontariato ecologico, organizzazione di mostre, concerti, cene sociali e di auto-finanziamento, attività motorie e hobbistiche organizzate dai soci. Circolo San Pancrazio, via Navagero 96 (tel. 059 820007). Affiliato Arci, aperto da martedì a domenica, lunedì e giovedì chiuso. Si gioca a carte e si organizza una cena sociale ogni anno. Circolo Via Piazza, via Piazza 72 (tel. 059 827767). Affiliato Arci, aperto da lunedì a domenica. Si organizzano momenti di socializzazione per gli anziani. Tra le attività: pranzi, cene sociali e gite, spettacoli di burattini, commedie e serate danzanti, tombola, bocce.

### **ASSOCIAZIONE NAZIONALE VIGILI DEL FUOCO DEL CORPO NAZIONALE SEZIONE DI MODENA**

Associazione di volontariato, ha la sede in viale Autodromo, 55 tel. 366 5776565 [www.anvvf.it](http://www.anvvf.it), [modena@anvvf.it](mailto:modena@anvvf.it), svolge attività di insegnamento sulla sicurezza e prevenzione in particolare per gli anziani (progetto casa sicura) e i bambini (pompieropoli, scuola sicura); svolge inoltre attività socio-aggregative, turistico-culturali e programma iniziative e serate di intrattenimento.

### **AUSER**

Associazione di volontariato con sede in viale Ciro Menotti 137 (tel. 059 237824, fax 059 2138855), aperta dal lunedì al venerdì dalle 9.00 alle 12.00.

È finalizzata alla valorizzazione dell'impegno sociale, civile e culturale dei pensionati, e sollecita nuove forme di cooperazione fra le generazioni. È attivo il servizio di trasporto sociale e accompagnamento e altri servizi alla persona. Inoltre propone corsi di formazione culturale, sostegno al turismo sociale degli anziani e iniziative di solidarietà internazionale.

### **AVCA Associazione Volontari Comitati Anziani**

Via IV Novembre 40/E, tel. 059 245283. Associazione affiliata ANCeSCAO, collabora da anni con l'Amministrazione Comunale e con i singoli circoli ANCeSCAO, ben distribuiti sul territorio cittadino, per la realizzazione dei progetti quali: soggiorni estivi presso la Casa per Ferie di Pinarella di Cervia e Punti Iniettori presso i diversi ambulatori.

### **AVIS**

Associazione Volontari Italiani Sangue sezione comunale di Modena, in via Livio Borri 40, è aperta dal lunedì al venerdì dalle 7.00 alle 13.00 e dalle 14.00 alle 17.00; il sabato dalle 7.00 alle 12.00 (tel. 059 3684911). La sala prelievi è aperta dal lunedì alla domenica dalle 7.30 alle 11.15. Per tutti c'è l'opportunità di collaborare con l'Associazione per promuovere la donazione del sangue e del plasma negli ambiti promozionali come scuole, feste, sagre, ricorrenze particolari, o nell'organizzazione di conferenze scientifiche in collaborazione con i quattro Quartieri.

### **AVO Associazione Volontari Ospedaleri - sede di Modena**

Ha sede presso l'Ex Ospedale Estense in viale Vittorio Veneto 9, primo piano scala B, tel. e fax 059 436097, e-mail [info@avomodena.it](mailto:info@avomodena.it), sito [www.avomodena.it](http://www.avomodena.it). Per informazioni la segreteria è aperta martedì dalle 16.00 alle 18.30 e giovedì dalle 10.00 alle 12.00. L'associazione propone attività di volontariato in ospedale. Tramite convenzioni con le Direzioni Sanitarie promuove attività di solidarietà, compagnia e piccoli servizi (quali un bicchiere d'acqua, aiuto ai pasti) rivolti a degenti soli o con famigliari in difficoltà. L'attività viene svolta presso le strutture ospedaliere Policlinico di Modena, Ospedale S. Agostino-Estense di Baggiovara e presso l'Ospedale di Castelfranco, con una presenza discreta in vari reparti negli orari della distribuzione dei pasti dal lunedì al sabato (mattino 11.00-13.00, pomeriggio 17.00-19.00). Dal maggio 2015 i volontari sono inoltre presenti nelle sale d'attesa del Pronto Soccorso del Policlinico e dell'ospedale di Baggiovara, nell'ambito del progetto "Spezza l'attesa" per fornire informazioni e dare supporto alle persone, pazienti e famigliari, presenti. Per diventare volontari è necessario seguire un corso di formazione che

si svolge ogni anno ad ottobre: sette incontri tenuti da medici, personale infermieristico e volontari. Per ogni ulteriore informazione si invita a prendere contatti con la segreteria dell'associazione.

### **AVCA Croce Blu Associazione Volontari Pubblica Assistenza**

La sede dell'A.V.P.A. è in Strada Giardini 481/A (tel. 059 342424, 059 343156, fax 059 344088, [www.croceblumodena.org](http://www.croceblumodena.org), e-mail [segreteria@croceblumodena.org](mailto:segreteria@croceblumodena.org)), ed è aperta tutti i giorni dalle 7.00 alle 24.00. Svolge attività di trasporto per dimissioni degenti da ospedali e case di cura, accompagnamento anziani ed invalidi a Centri diurni, case protette, ambulatori medici ed ospedalieri, ricoveri programmati, trasporto dializzati e cittadini che necessitano di terapie continuative. Partecipa al sistema d'emergenza-urgenza provinciale, effettua servizio di consegna pasti e farmaci a domicilio, svolge attività di protezione civile e soccorso in eventi calamitosi, assistenza a gare sportive e manifestazioni varie; promuove inoltre iniziative d'impegno civile per la diffusione di una cultura di pace. Organizza corsi di formazione interna per i volontari.

Organizza e promuove Corsi di formazione rivolti a tutti coloro che desiderano fare attività di volontariato in Associazione. In collaborazione con il Comune di Modena e altre Associazioni di volontariato coordina i Centri Territoriali per la terza età e gestisce direttamente il Centro La Noce, aperto dal lunedì al venerdì, rivolto agli anziani a rischio di solitudine. Presso La Noce è possibile svolgere attività di volontariato d'assistenza e animazione con gli ospiti del Centro. È attivo inoltre il "Progetto BusNonni": accompagnamento trasporto anziani over 65 camminanti, non del tutto autosufficienti e soli che faticano nello svolgimento delle attività quotidiane (spesa, banca, teatro, parrucchiere etc..). Per ulteriori informazioni 345 6725677 dalle 10.00 alle 14.00.

### **BANCA DEL TEMPO**

In via S.Giovanni Bosco, 150 (tel.392 958.9751, e-mail [bdt.modena@gmail.com](mailto:bdt.modena@gmail.com), sito web [www.bancatempomodena.it](http://www.bancatempomodena.it)), è aperta il lunedì dalle 16.30 alle 18.30 e il giovedì dalle 9.30 alle 11.30. È la prima banca che funziona senza soldi con l'impegno di rafforzare rapporti di collaborazione, buon vicinato e incontro. Attraverso un "fondo ore" i soci si scambiano competenze e piccole prestazioni, si aiutano a vicenda per risolvere problemi della vita quotidiana, come accompagnamento a uffici o visite, assistenza e compagnia, letture, conversazione e trasmissione di saperi. Si svolgono corsi gratuiti per i soci di vario genere. L'ultimo venerdì di ogni

mese è previsto l'incontro tra tutti i soci. Sono programmate serate di uscite e giochi di società, gite, laboratori creativi, preparazione di prodotti gastronomici e feste.

### **BOCCIOFILA MODENESE Associazione Sportiva Dilettantistica**

È in viale Verdi 101, aperta tutti i giorni, tranne il lunedì dalle 7.30 alle 23.30 (tel. 059 224171 fax 059 245007, e-mail [modenese@fibmodena.it](mailto:modenese@fibmodena.it), [www.bocciofilamodenese.com](http://www.bocciofilamodenese.com))

Organizza serate di tombola al martedì sera, serate in musica, partite di bocce, bridge ed altre iniziative ricreative culturali. Oltre a quello delle bocce è possibile utilizzare anche un campo per calcetto. È presente un gruppo di decoupage "Club Idee d'Arte" che si riunisce il lunedì e martedì pomeriggio, il cui ricavato è devoluto in beneficenza.

### **CARITAS DIOCESANA MODENESE**

Con sede in via S. Eufemia, 13 (tel. 059 2133847, fax 059 2133807, [caritas@modena.chiesacattolica.it](mailto:caritas@modena.chiesacattolica.it)), promuove progetti e iniziative di aiuto e solidarietà in situazioni di particolari difficoltà o emergenza. Sostiene le iniziative delle Caritas Parrocchiali in collaborazione con i Servizi Sociali del Comune e le attività di animazione con il gruppo di promozione e accompagnamento delle Caritas Parrocchiali. Promuove il Servizio civile volontario e percorsi di formazione al volontariato per giovani dai 16 anni in su, nelle parrocchie e nelle scuole.

### **CENTRO ATTIVITÀ PSICOSOMATICHE**

È un'Associazione di promozione sociale, affiliata ad ARCI, che si occupa della salute e propone attività rivolte a ristabilire il benessere fisico, l'equilibrio psichico, una buona relazione con gli altri e con la natura.

Tel. 339 2656524 - 338 1754877 - 338 7644383

[www.centroattivapsicosomatiche.org](http://www.centroattivapsicosomatiche.org)- [centropsicosoma@tiscali.it](mailto:centropsicosoma@tiscali.it)

Da Ottobre ad Aprile propone corsi di ginnastica dolce psicosomatica, rilassamento e riequilibrio posturale nelle palestre della Polisportiva di Via Morane 361.

Iniziativa promozionale: dal 29 Agosto al 4 Settembre la Settimana della Salute al centro commerciale I PORTALI di Modena; da lunedì 5 Settembre a Venerdì 9 Settembre, ginnastica psicosomatica e respiro nella natura dalle 9.00 alle 10.00 al Parco della Repubblica; il 13 Settembre, incontro conferenza "Il lavoro psicocorporeo utile a benessere e salute"; il 14-21-28 settembre "Sciogliersi, camminare e respirare nel parco" al Parco della Re-

sistenza. Il 24 Settembre partecipazione alla Festa Oltre gli anni in Piazza Matteotti. Il 27 Settembre, incontro organizzativo per i corsi di ginnastica; il 26 e il 30 settembre lezioni di prova gratuite delle attività che si fanno nei corsi. Le attività del Centro promuovono la cultura della prevenzione e la cura della salute ed hanno l'obiettivo di ricostruire l'equilibrio corporeo e ridare al corpo una migliore funzionalità muscolare ed articolare, togliere la rigidità fisica e la tensione nervosa, psichica ed emozionale, potenziare l'elasticità fisica e psichica, come elemento fondamentale per il benessere psicoemotivo. Puntano a stimolare la capacità d'ascolto, la cura di sé, la respirazione e il rilassamento come strumenti capaci di rigenerare le energie. Altro elemento importante del lavoro è la cura della relazione con gli altri, del potenziamento espressivo, dello scambio, dello stimolo a una relazione creativa e appagante. Per gli adulti dai 18 anni in poi, presso la palestra Cittadella, in Via del Carso 7, il Centro propone corsi di ginnastica psicomatica, rilassamento, riequilibrio postulare, meditazione, espressione corporea e danza terapia, teatro terapeutico, autostima e autenticità, percorsi individuali per difendere e ritrovare il benessere fisico e psichico.

Nel mese di Settembre sono programmate conferenze libere e gratuite, aperte a tutti e di tutte le età, relative alle tematiche della prevenzione della cura di sé, del lavoro corporeo e psicologico che può favorire il benessere e la salute. Le conferenze programmate in Settembre in Viale Storchi 118 sono: Lunedì 12 ore 21 Vedere dietro al malessere per riuscire a liberarsene - Giovedì 15 ore 21 Come liberarsi dalle ansie e risolvere i problemi - Sabato 17 ore 16 L'autostima. Quanto è importante per star bene? Come conquistarla, riconquistarla, difenderla - Martedì 20 ore 21 L'efficacia del lavoro col corpo per benessere e salute - Giovedì 22 ore 21 Corpo e psiche. Cosa sono i malesseri psicosomatici - Martedì 27 ore 21 Prevenire è meglio che curare. Come fare una buona prevenzione con il lavoro di corpo e mente - Giovedì 29 ore 21 La meditazione energetica. Uno strumento efficace per superare le difficoltà, realizzarsi e star bene.

### CIRCOLO HOBBISTICO MODENESE

Per informazioni ci si può rivolgere: a Luigi Camellini (tel. 059 525325) e a Vilmer Mezzetti, (tel. 059 373327), e-mail [chm.modena@libero.it](mailto:chm.modena@libero.it). Il circolo è composto da oltre 70 soci che realizzano opere in diversi settori dell'hobbistica, come riproduzione di attrezzature contadine, monumenti in miniatura, modellismo di ogni tipo, arti femminili, pittura, scultura ed ogni cosa che sia frutto della fantasia del socio stesso. Il circolo organizza mostre con le opere dei soci per conto di comuni, parrocchie o altre associazioni che ne facciano richiesta.

### CIRCOLO RICREATIVO CULTURALE DI CITTANOVA

Si trova in via Pomposiana, 52 (tel. 059 848320 e-mail [infocircolocittanova@gmail.com](mailto:infocircolocittanova@gmail.com), [www.circolocittanova.it](http://www.circolocittanova.it)). Organizza tornei di giochi a carte, biliardo, ping pong, Presso la sala motoria, inoltre, sono organizzati corsi di ginnastica da settembre a giugno.

### CIRCOLO SPORTIVO DILETTANTISTICO SIRENELLA

Affiliato ARCI, UISP e FIB DI Modena, ha sede in via Montegrappa, 47 - Modena tel. 059 232489; e-mail: [info@sirenellamodena.it](mailto:info@sirenellamodena.it), sito web: [www.sirenellamodena.it](http://www.sirenellamodena.it)

Il circolo è aperto tutti i giorni dalle ore 9.30 alle ore 23.30 mentre Il bar/ristorante/pizzeria osserva il giorno di chiusura il Martedì. Il Circolo Sirenella offre ai soci la possibilità di servirsi del bar, del ristorante e della Pizzeria oltre a sale disponibili per feste di compleanno, riunioni di condominio e di gruppi. È possibile giocare a carte, bocce, tennis e calcetto tutti i giorni, a tombola il lunedì sera dalle ore 21.00 in poi. Inoltre corsi di balli orientali il giovedì sera dalle ore 20.30 e ginnastica per adulti al mercoledì dalle ore 9.30. Presso il circolo sono presenti gruppi di: ciclismo, tennis, bocce. Durante il periodo estivo è possibile organizzare feste di ballo all'aperto, rappresentazioni teatrali, rassegne di cori ecc.

### G. P. VECCHI "PRO SENECTUTE ET DEMENTIA"

La sede è presso la struttura 9 Gennaio via Paul Harris, 165 [ass.gpvecchi@libero.it](mailto:ass.gpvecchi@libero.it), [www.gpvecchi.org](http://www.gpvecchi.org) Il Centro d'Ascolto (tel. 059 283918), è aperto dal lunedì al venerdì dalle 9.00 alle 18.00.

L'Associazione Gian Paolo Vecchi "Pro Senectute et Dementia" è sorta con finalità di aiuto e sostegno ai familiari di persone ammalate di Alzheimer, attraverso programmi di informazione, formazione ed educazione. Promuove iniziative gratuite, quali i gruppi di mutuo aiuto, incontri tra parenti di ammalati di demenza "caregiver" per scambi di esperienze e confronto, alla presenza di uno psicologo facilitatore, due volte la settimana: il martedì dalle 16.00 alle 18.00 in via Luosi 130, il giovedì dalle 16.00 alle 18.00 in via Paul Harris, 165. La Linea telefonica di ascolto e sostegno emotivo risponde al numero 335 5323021, dal lunedì al venerdì dalle ore 9.00 alle ore 18.00, ed è gestita da volontari dell'Associazione G.P.Vecchi, i quali, inoltre, forniscono suggerimenti a chi sta affrontando le problematiche dell'assistenza. Il Caffè Alzheimer è un appuntamento aperto a tutti, di norma ogni ultimo giovedì del mese, nel quale si approfondiscono gli argomenti connessi alla malattia e si propongono momenti ludico-

ricreativi per favorire la socializzazione e la conoscenza tra i presenti. Un Tè Per Due è un appuntamento parallelo ai gruppi di mutuo aiuto (stessa sede e orario) dove vengono accolti tutti gli ammalati che vengono accuditi da personale specializzato e da volontari preparati. Sono previste poi, manifestazioni quali: Bicincittà in collaborazione con UISP, Officine della Solidarietà in collaborazione con CSV Modena, Festa Oltre gli Anni e celebrazione della Giornata mondiale Alzheimer, il 21 settembre di ogni anno, in collaborazione con il Comune di Modena e AUSL di Modena.

### CSI Centro Sportivo Italiano

In via del Caravaggio, 71 (tel. 059 395357, fax. 059 391665, e-mail [segreteria@csimodena.it](mailto:segreteria@csimodena.it), [www.csimodena.it](http://www.csimodena.it), [scuole@csimodena.it](mailto:scuole@csimodena.it) (referente Monica Ansaloni), è aperto dal lunedì al venerdì dalle 8.30 alle 12.30 e dalle 15.00 alle 19.00, e sabato dalle 9.00 alle 12.30. Lo scopo delle attività proposte è quello di valorizzare e mantenere lo stato di salute degli apparati polmonare, osteoarticolare, muscolare, cardiovascolare e neurosensoriale, oltre che migliorare l'immagine di sé e incrementare la partecipazione sociale.

Il lavoro svolto va ad agire sulle funzioni di equilibrio, coordinazione, ritmo, mobilità articolare, tono muscolare, resistenza aerobica, memoria motoria, reattività neuro-muscolare ecc. mediante diverse tipologie di percorso: attività motoria da ottobre ad aprile nel quartiere Crocetta presso Palestra De Angelis e Palestra Parrocchiale S. Anna in collaborazione con l'Amministrazione comunale e con i Comitati Anziani Iscrizioni presso il Comitato Anziani della Crocetta, via Canaletto 88. Acquarelax, Nuoto Relax e Nuoto Gym da ottobre a maggio alla piscina Pergolesi in via Divisione Acqui 152 (per le nuove iscrizioni dall'8 settembre, al call center 059 9782820 o direttamente presso la segreteria della piscina dalle 9.00 alle 19.00 dal lunedì al venerdì). Walking-gruppi di cammino da marzo a maggio nei parchi cittadini.

### IL POZZO JING

In via Carlo Boni, 28 (tel. 059 343419, [www.jing.it](http://www.jing.it), e-mail [jingalvarez54@gmail.com](mailto:jingalvarez54@gmail.com)) propone il tai ji quan, un'antica arte cinese, una ginnastica per la salute e una meditazione in movimento particolarmente indicata per migliorare lo stato fisico e psichico e come prevenzione di diverse patologie, adatta ad essere praticata a qualsiasi età. Questa disciplina rientra nel programma di attività di prevenzione all'osteoporosi e cadute promossa dalla Cattedra di Geriatria e Gerontologia dell'Università di Modena e Reggio. In collaborazione con il Comune di

Modena e i Comitati Anziani, l'attività di tai ji quan è proposta nei quartieri Centro Storico, Crocetta e Buon Pastore.

### INSIEME A NOI

L'Associazione di volontariato ha sede in via Albinelli, 40 - tel. 059 220833, e-mail [insiemeanoi.mo@gmail.com](mailto:insiemeanoi.mo@gmail.com) - [www.insiemeanoi.org](http://www.insiemeanoi.org). Dal 1994 si occupa di fornire un luogo di incontro in cui i parenti e gli amici di pazienti psichiatrici possono socializzare e confrontarsi; affianca e sostiene le famiglie e i pazienti stessi attraverso un servizio di ascolto, gruppi di auto-aiuto e l'organizzazione di attività, redazione del giornalino, laboratorio di informativa, musicale, teatrale, di cucina, di pittura, lettura in collaborazione con la Biblioteca Delfini, gite e momenti conviviali.

A luglio e agosto organizza vacanze in gruppo presso la propria casa "Mariano" a Palagano. A ottobre partecipa alla "Settimana della Salute Mentale" promossa dal Dipartimento di Salute Mentale, iniziativa che prevede attività, spettacoli e conferenze in vari luoghi della città: Referente: Tilde Barbieri.

### PARKINSON MODENA

Si trova in via Miskey, 1 (tel. 059 233580, 320 0772580, 366 4063713); e-mail [parkmo@email.it](mailto:parkmo@email.it) sito web [www.parkinsonmodena.it](http://www.parkinsonmodena.it). La mission dell'Associazione è il contrasto alla disabilità per i malati di Parkinson, la lotta alla solitudine e all'emarginazione, il sostegno alle famiglie.

A tale scopo propone corsi, conferenze con specialisti, organizza incontri di Attività Fisica Adattata, di Danze irlandesi per parkinsoniani, di logopedia, di ginnastica in acqua. Tutte le attività sono condotte da personale specializzato, affiancato da operatori di controllo per la sicurezza dei partecipanti. È presente in sede uno spazio attrezzato di stimolazione e rilassamento multisensoriale tipo Snoezelen, ad uso dei malati e dei loro familiari, ma aperto anche a utenti esterni siano operatori socio/sanitari, associazioni o semplici cittadini. Il percorso è gestito da facilitatori appositamente formati all'uso degli strumenti e al rapporto empatico.

### UISP Unione Italiana Sport per tutti

In via IV Novembre, 40/H (tel. 059 348811) aperta il lunedì, mercoledì, giovedì e venerdì dalle 9.00 alle 13.00 e dalle 15.00 alle 18.30 e martedì dalle 9.00 alle 13.00, è un'organizzazione sportiva a livello nazionale, che si occupa di sport e attività motoria per le diverse fasce d'età. Per gli over 55 organizza in convenzione con il Comune di Modena attività con l'obiettivo di integrare le persone nel tessuto sociale, di ritardare il più possibile

i processi di invecchiamento, di favorire il recupero funzionale e il mantenimento delle capacità psicofisiche dell'individuo attraverso corsi di ginnastica dolce in palestra nei quartieri Centro Storico, Madonnina, Sacca/Crocetta e Buon Pastore, di nuoto e ginnastica in acqua alla piscina Dogali, di ginnastica posturale come il Feldenkrais nei quartieri S.Agnese e Centro Storico e di Nordic Walking presso diversi parchi cittadini. Inoltre propone corsi di ginnastiche dolci preventive (anche in acqua) e tante attività benessere nei parchi come le camminate della salute, il nordic walking anche serale, la ginnastica nel verde.

Durante l'anno, inoltre, la Uisp organizza seminari ed incontri di formazione inerenti le attività e le problematiche della terza età come la ginnastica perineale o ginnastiche preventive attraverso la conoscenza dei piedi.

## ATTIVITÀ PARROCCHIALI

### PARROCCHIE

Indirizzi e telefoni: **Sant'Agnese**, piazza Riccò 11, tel. 059 306147; **Sant'Agostino**, largo Porta S. Agostino 6, tel. 059 236327; **Beata Vergine Addolorata**, via Rangoni 26, tel. 059 242124; **Collegara e San Damaso**, via Chiesa di Collegara e San Damaso 7, tel. 059 469162; **Santa Caterina**, via Mar Mediterraneo, tel. 059 251407; **San Domenico**, p.zza S. Domenico 13, tel. 059 222958; **San Faustino**, str. naz. Giardini 231, tel. 059 350266; **San G. Bosco**, via Roberti 46/48, tel. 059 355770; **San G. Evangelista**, via Diena 120, tel. 059 450196; **Gesù Redentore**, via L. Da Vinci, tel. 059 357401; **San Lazzaro**, via Livio Borri, tel. 059 360399; **Madonna Pellegrina**, viale D. Minzoni 208, tel. 059 300448; **San Pio X**, viale Bellini 101, tel. 059 360240; **Regina Pacis**, via 9 Gennaio 135, tel. 059 280610; **Santa Rita**, via Frignani 120, tel. 059 351397; **Sacra Famiglia**, via Vaciglio Centro 280, tel. 059 363195; **Santa Teresa**, via Milano 115, tel. 059 300368; **San Benedetto Abate**, piazzetta Don G. Dossetti 34, tel. 059 370047; **Parrocchia di Portile**, via S. Martino di Mugnano, tel. 059 460305.

### CENTRI DI ASCOLTO

Offrono un servizio di ascolto alla persona, segretariato sociale per informazioni e affiancamento e aiuto ai problemi di vita: il martedì dalle 9.30 alle 12.00 e il giovedì dalle 9.30 alle 12.00 e dalle 17.00 alle 19.00 è aperto nella Parrocchia di San Faustino; il lunedì e il martedì dalle 9.00 alle 11.30 presso Parrocchia Regina Pacis; il martedì e il giovedì dalle 17.30 alle 19.00 presso la Parrocchia Madonna Pellegrina; il lunedì dalle 17.00 e il venerdì dalle 10.00 alle 12.00 presso il gruppo Caritas della Parrocchia Sant'Agostino; il giovedì e il sabato dalle 14.30 alle 17.30 presso il gruppo Caritas della parrocchia di San Lazzaro; il sabato dalle 9.00 alle 11.00 presso la Parrocchia Gesù Redentore; il mercoledì dalle 16.30 alle 18.30 e il sabato dalle 9.00 alle 11.00 presso la Parrocchia di Sant'Antonio in Cittadella; il mercoledì dalle 16.00 alle 18.00 e il sabato dalle 9.00 alle 12.00 presso la Parrocchia di San Giuseppe (Tempio); il mercoledì dalle 15.30 alle 18.00 presso la Parrocchia del S.S. Crocefisso (Santa Caterina); il giovedì mattina e il sabato mattina presso la Parrocchia della Sacra Famiglia; il mercoledì dalle 17.00 alle 19.00 presso la Parrocchia della B.V.A.; il giovedì dalle 15.00 alle 18.00 presso la Parrocchia di San Biagio; il mercoledì dalle 16.00 alle

18.00 presso la Parrocchia di Santa Rita; il sabato mattina presso la Parrocchia di San Francesco; il mercoledì mattina presso la Parrocchia di San Giovanni Evangelista; il sabato dalle 9.00 alle 12.00 presso la Parrocchia della Madonnina; il martedì dalle 9.30 alle 12.00 e venerdì e sabato dalle 10.00 alle 12.00 presso la Parrocchia di San Benedetto Abate; presso la parrocchia di Collegara-San Damaso; martedì dalle 16.30 alle 18.30 presso la Parrocchia del Sacro Cuore (Sacca).

### **ATTIVITÀ RICREATIVE e LABORATORI**

Laboratori di ricamo, cucito, lavoro a maglia o altri lavori manuali sono in programma da ottobre a maggio presso: Parrocchia Corlo, gruppo Caritas; Parrocchia San Francesco, gruppo Caritas e Movimento per la Vita; Parrocchia Santa Teresa, gruppo cucito e ricamo "Zelia Guerin"; Parrocchia San Paolo, gruppo Caritas; Parrocchia Santa Rita; Parrocchia Beata Vergine Addolorata, gruppo Cose belle; Parrocchia San Giovanni Evangelista, gruppo Le amiche del Giovedì (inoltre, la Parrocchia collabora con l'Amministrazione comunale e altre associazioni cittadine alla realizzazione dei Centri Territoriali per la terza età); Parrocchia San Lazzaro, gruppo Missionario; Parrocchia Sant'Agnes; gruppo Ricamo presso la Parrocchia di Magreta; Parrocchia di Baggiovara, gruppo Caritas; Parrocchia di Santa Caterina, Gruppo "Noi per voi"; Parrocchia di Sant'Antonio, gruppo Caritas; Parrocchia Madonna Pellegrina, Gruppo Caritas. Per informazioni è possibile rivolgersi alle parrocchie di cui sopra oppure agli uffici della Caritas Diocesana, tel. 059 2133847 e [caritas@modena.chiesacattolica.it](mailto:caritas@modena.chiesacattolica.it)

## **SINDACATI**

### **CUPLA Coordinamento Unitario Pensionati Lavoro Autonomo**

In via Begarelli, 31 presso la Confcommercio tel. 347 7854474, e-mail: [cuplamodena@gmail.com](mailto:cuplamodena@gmail.com) Svolge attività di rappresentanza sindacale nei rapporti con le istituzioni sociali e sanitarie, distrettuali e provinciali, per uno sviluppo della Rete dei servizi adeguata alla domanda assistenziale della crescente popolazione anziana. Collabora alle iniziative territoriali per la costruzione di una "società per tutte le età" insieme alle realtà sociali attive del volontariato e di rappresentanza. Sottoscrive intese e accordi sindacali con le istituzioni sociosanitarie locali e ne verifica l'attuazione sul territorio. Organizza iniziative pubbliche sui Piani per la salute e sociali territoriali. Le Organizzazioni aderenti al CUPLA forniscono assistenza e consulenza sindacale agli anziani nelle proprie sedi, e assistenza previdenziale nei Patronati. Aderiscono al Cupla: Confagricoltura, via Diena, 7 (tel. 059 453411); Coldiretti, via M. Fanti, 60 (tel. 059 3165711); CIA, via Santi, 14 (tel. 059 827620); Confartigianato, via Emilia Ovest, 89 (tel. 059 827279), CNA, via Vignolese, 849 (tel. 059 3687111); Confcommercio, via Begarelli, 31 (tel. 059 584211); Confesercenti, Via Paolo Ferrari, 79 (tel. 059 892611).

### **FNP CISL Federazione Nazionale Pensionati, Lega di Modena**

Il Sindacato dei pensionati della Cisl di MO, concretizza i contatti con i pensionati iscritti alla Fnp/Cisl o non iscritti, che intendono rivolgersi al Sindacato per avere informazioni di carattere sociale, previdenziale, fiscale e socio-sanitario. Saranno organizzati, presso la sede di Via Rainusso 58, incontri di contenuto socio-sanitario su tematiche o campagne di sensibilizzazione di interesse per i cittadini anziani o per le loro famiglie. I delegati della RLS (Rappresentanza Locale Sindacale) saranno supportati dai Servizi della Cisl quali: il Patronato INAS, il CAF CISL, il SICET, l'ADICONSUM o dall'Associazione di Volontariato della CISL, l'ANTEAS, la quale può offrire un servizio di trasporto che risponde alle esigenze degli anziani (visite mediche, accompagnamento nella spesa e altro). Per informazioni su questo servizio rivolgersi ad ANTEAS, via Rainusso 58, da lunedì venerdì dalle 9.30 alle 12.00. Tel 059 890879 - 890921.

Fax 059 828456 email: [giuseppe.polichetti@cisl.it](mailto:giuseppe.polichetti@cisl.it)

## **SPI CGIL Sindacati Pensionati**

Si occupa di tutela previdenziale, sociale e contrattazione con le Istituzioni. Per il distretto di Modena è promotore dell'aumento e della qualificazione delle attività e dei servizi socio-sanitari ed interlocutore diretto delle istituzioni per i problemi degli anziani, per i Piani Sociali di Zona e per i Piani per la Salute. Organizza iniziative sindacali, culturali e ricreative in una prospettiva intergenerazionale. Insieme al CAAF-CGIL offre assistenza fiscale ISEE-ICI-RED per bonus gas, elettricità, ecc...

Sedi: Distretto Modena, piazza Cittadella 36 (tel. 059 326218, 059 326281, fax 059 4270667); Lega Centro Storico, Piazza Cittadella, 36 (tel. 059 326248), aperto dal lunedì al venerdì 9.00-12.00 pomeriggio 14.30-17.00 escluso il venerdì; Lega San Faustino-Saliceta San Giuliano, strada S. Faustino 157/E, Windsor Park (tel. 059 346534), aperto lunedì, martedì, mercoledì, venerdì 9.00-12.00; Lega Buon Pastore, via Mantegna 70/75 (tel. 059 394363), aperto da martedì a venerdì ore 9.00-12.00; Lega Sant'Agnesa-San Damaso, via Vignolese 849, Centro Commerciale "I Gelsi" (tel. 059 375832), aperto da martedì a venerdì 9.00-12.00; Lega San Lazzaro-Modena Est, via Bonacini 191/B (tel. 059 375503), aperto lunedì, mercoledì e venerdì 9.00-12.00; Lega Crocetta, via Mar Ionio 23 (tel. 059 251606), aperto da lunedì a venerdì 9-12; Lega Madonnina-Quattro Ville, via Marco Polo 116/118 (tel. 059 326184), aperto martedì, giovedì, venerdì 9.00-12.00.

## **UILP UIL Unione Lavoratori Pensionati**

In via Leonardo da Vinci, 5 (tel. e fax 059 345859), è aperta dal lunedì al giovedì dalle 9.30 alle 12.30 e dalle 16.30 alle 18.30, il venerdì dalle 9.30 alle 12.30. Svolge attività sindacale quale tutela previdenziale, sociale e dei diritti per anziani e pensionati. Promuove varie iniziative durante l'anno.

