




QUI NESTORE

Bollettino mensile



Calendario iniziative interne – novembre 2017

<p>Si cresce per tutta la vita cresci insieme con noi...</p> <p>ASSOCIAZIONE NESTORE</p> <p>Il nostro codice fiscale è 97214520153 GRAZIE!</p> 	<p>Aiutarci è facile, veloce, non costa niente: per sostenere economicamente le nostre attività bastano una semplice firma (la vostra) e il numero del codice fiscale (il nostro)...</p> <p>Come? Devolvendo il 5x1000 della vostra dichiarazione dei redditi delle persone fisiche (Irpef) a favore della nostra Associazione.</p> <p>Il 5x1000 è semplicemente la quota di imposte a cui lo Stato rinuncia per devolverla a organizzazioni non profit e non sostituisce, né è alternativa all'8x1000, destinata invece alle confessioni religiose.</p> <p>Grazie... potremo crescere insieme</p>
---	--

IL TUO 5x1000, UN AIUTO CONCRETO AI PROGETTI DELL'ASSOCIAZIONE NESTORE --/--



Campagna rinnovo associazione 2018

E' aperta la campagna soci per il 2018.

Per il prossimo anno abbiamo previsto diverse attività, per cui il vostro sostegno è particolarmente importante: solo con il vostro aiuto e la vostra collaborazione sarà infatti possibile proseguire e migliorare quanto stiamo programmando.

A questo riguardo, ci permettiamo di suggerirvi di offrire l'iscrizione a Nestore anche a vostri amici. Per Natale spesso si ha il problema di cosa regalare, di fare un dono che sia utile, gradito e, nello stesso tempo, non troppo impegnativo e ci sembra che l'iscrizione a Nestore potrebbe essere un'ottima idea. Si può così offrire a chi la riceve la possibilità di seguire, durante tutto l'anno, i nostri eventi (anche assieme a chi l'ha regalata) e di rafforzare le proprie relazioni amicali. L'iscrizione e/o il rinnovo possono essere fatti direttamente presso la nostra Segreteria in Via san Barnaba 48 Milano o tramite bonifico bancario con le seguenti coordinate:

IT 39 M 05584 01621 000000042676

14/12/2017 - Festa di Natale

Cari soci annotate la data e tenetevi liberi per un momento musicale a sorpresa e per il brindisi di fine anno.

Ritrovo in Sala Facchinetti alle ore 17:00.

E per chi non è ancora socio potrà essere l'occasione per associarsi.

Per motivi organizzativi vi preghiamo di confermare la presenza via mail a nestore@associazionenestore.eu.

Vi aspettiamo numerosi!



Consigliati con un esperto in un luogo tutto per te

Più consapevoli di sé, più sicuri nell'affrontare i problemi e il cambiamento

Un nuovo servizio di Nestore di colloqui di counseling individuale..

Ci sono momenti in cui si **sente il bisogno di parlare con qualcuno** perché sembra che le cose non tornino, perché ci si sente giù, perché un problema personale o familiare sembra irrisolvibile, perché si ha l'impressione di non trovare le forze per reagire.

Ci si può, però, lasciare aiutare con counselor Nestore, in modo da poter:

- affrontare il disorientamento causato dalla fine del lavoro
- superare momenti di crisi familiari, nella coppia, con i figli
- vincere il senso di fragilità e scoraggiamento che a volte ci accompagna quando l'età avanza
- ritrovare la fiducia in te

Per informazioni t. 02.57968359 – 335.248573,

approfondimenti sul sito www.associazionenestore.eu



I Giovedì di Nestore

16/11/2017 – “Morir cantando (o cantando gioire)”

Giovanni Chiara, autore del libro, ci parlerà delle fascinazioni dell'opera lirica fra storia, fonti letterarie e aneddoti. Inoltre ci introdurrà all'opera *Andrea Chénier* di Giordano, che inaugurerà il Teatro alla Scala il 7 dicembre. Dice l'autore “L'opera lirica è questa. Si canta e si muore, anzi, si muore cantando....la lirica è arte a sé... e va presa per intero”; questa è l'essenza della musica classica, questa è la magia della Grande Opera.

Interverranno:

Giovanni Chiara

Scrittore, autore del libro

Ugo Basso

Docente Letteratura italiana

Stefania Aleni

Giornalista

L'incontro si terrà in Via San Barnaba 48

Sala Facchinetti – ore 16:00.

Ingresso libero fino a esaurimento posti. Segnalare la propria partecipazione telefonando allo 02.5798.359 o inviando una mail a nestore@associazionenestore.eu





Associazione Nestore - Ricerca Volontari Pagina Facebook

Siamo alla ricerca di volontari che possano dedicare un minimo del loro tempo alla nostra Associazione per mantenere, aggiornare e sviluppare la pagina Facebook di Nestore.

La gestione della pagina potrà avvenire nella sede Nestore o da remoto.

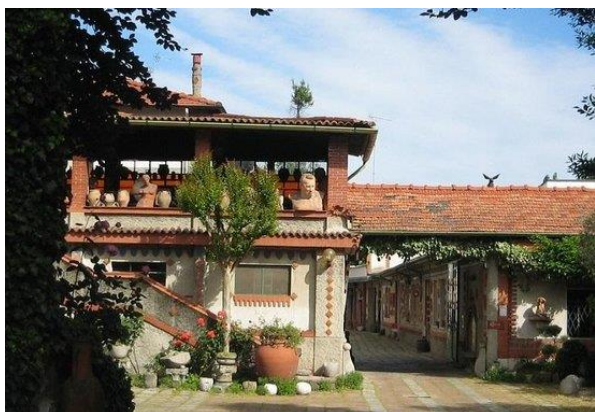
Per informazioni o per proporre la propria candidatura chiamare Enrico Cotti cell. 335.7509583

Vetrina Soci e Gruppi Nestore

06/11/2017 - NestoreCafè – Incontro culturale

*Il prossimo incontro è fissato per **lunedì 6 novembre 2017** alle ore 10.00 presso la Casa delle Associazioni e del Volontariato di via Marsala 8, Milano.*

*Incontreremo **Bruno Pellegrino**, medico e appassionato di storia di Milano, che in una presentazione dal titolo **'MILANO SI RACCONTA'** ci svelerà' segreti e storie inedite della nostra città'*



01/12/2017 NestoreCafè Gruppo cultura e tempo libero

*Il Gruppo Cultura e Tempo Libero invita i soci **venerdì 1 dicembre 2017** a scoprire la **FORNACE CURTI**, cioè quella che viene chiamata la "Montmartre meneghina".*

Le decorazioni in cotto della Ca' Granda, della Certosa di Pavia e dell'Abbazia di Chiaravalle (tanto per citarne alcune) sono opera degli artigiani che lavorano come sette secoli fa, quando nel 1400 i Curti lavoravano l'argilla per Bianca Maria Visconti e Francesco Sforza al cantiere dell'Ospedale Maggiore.

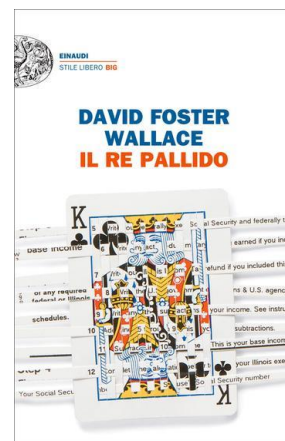
14/11/2017 – NestoreCafè - Spazio Letture condivise

Il prossimo incontro è fissato per il 14 novembre alle ore 16:30 nel cortile del Teatro Grassi in via Rovello 2.

Commenteremo il libro *Il Re pallido*, di D. Foster Wallace

Per eventuali partecipazioni, oltre a quanti già frequentano usualmente il nostro Gruppo di lettura, inviare una mail a

nestorecafe@associazionenestore.eu



LA NOSTRA BIBLIOTECA

Ricerca "Differenze di genere nell'invecchiamento"

Sono disponibili in Associazione i due volumi: uno relativo al rapporto di ricerca, l'altro alla raccolta di poesie scelte dai partecipanti al gruppo di lavoro.

E' richiesto solo un solo contributo spese libero, a copertura dei costi stampa.

Gli interessati possono contattare la Segreteria Tel **02.57968.359** o inviare una mail a nestore@associazionenestore.eu



08/11/2017 - Società Umanitaria – Poesia e Musica fra oriente e occidente.

Versi e brani musicali trans mediterranei.

La società Umanitaria, in collaborazione con l'Associazione ITALEYA per la parte orientale, ci invita all'incontro curato da Paolo Branca che si terrà mercoledì 8 novembre presso il Salone degli Affreschi alle ore 17:30.

Le civiltà che si affacciano sul bacino mediterraneo, pur nelle loro diversità, condividono da sempre temi che specie nelle forme letterarie e artistiche si richiamano in un gioco di scambi eflussi reciproci poco conosciuto o comunque non abbastanza valorizzato al di fuori di ristrette cerchie di esperti.

L'universalità del linguaggio poetico e dell'espressione musicale consente invece a tutti di godere pienamente di questo straordinario patrimonio comune.

Nell'incontro saranno presenti numerosi poeti italiani e stranieri e saranno eseguiti brani musicali di tradizione orientale e occidentale.



GENERAZIONEITALOEGIZIANA

Iniziative esterne



Le novità di novembre su www.grey-panthers.it

Avete seguito un corso internet e vi è rimasto qualche dubbio? Non ricordate più come gestire la posta elettronica o collegarvi via skype?

www.grey-panthers.it, la rivista on-line che promuove l'uso delle moderne tecnologie tra gli over50, sta per aprire uno sportello telematico online, assolutamente gratuito, dove tutte le domande avranno risposta.

[Cominciate a iscrivervi](#) alla rivista e a navigare, seguendo i vostri interessi e state attenti: a breve il servizio verrà attivato.



Cari amici,
su www.grey-panthers.it, uno spazio dedicato alle **nostre iniziative** e poi **altre idee** per weekend, viaggi, mostre, letture, benessere



Questo mese su Osservatorio Senior

Osservatorio Senior ti tiene aggiornato su novità, ricerche e storie che riguardano il "pianeta senior". Attraverso rubriche tenute da esperti ti racconta come si stanno modificando abitudini, stili di vita, prospettive e preoccupazioni dei senior.

Questo mese Alberto Maestri ci racconta dell'effetto WOW e di come **"Vivere le esperienze digitali"**

(<http://osservatoriosenior.it/2017/10/vivere-le-esperienze-digitali/>), Silvia Ghidinelli descrive come sia difficile affrontare una perdita quando si è Senior ne **"Le rose della memoria"**

(<http://osservatoriosenior.it/2017/10/le-rose-della-memoria/>), Giuseppe Minoia descrive la **"Felicità relativa dei Silver"**

(<http://osservatoriosenior.it/2017/10/la-felicit-relativa-dei-silver/>), mentre Carla Facchini ci parla delle differenze di genere tra gli Over sui rischi dei chili di troppo ne **"Il rischio obesità e sottopeso"**

(<http://osservatoriosenior.it/2017/10/rischio-obesita-e-rischio-sottopeso/>). Da non perdere, inoltre, **"Le vostre storie"**

(<http://osservatoriosenior.it/category/le-vostre-storie/>), con le testimonianze dei lettori commentate, quando richiesto, da una psicologa esperta, e **"Letti e visti"**

(<http://osservatoriosenior.it/category/rubriche/letti-e-visti/>), con gli ultimi libri e film dove i senior sono protagonisti.





25/11/2017 - Sondrio Festival – Camminare nuovi climi su nuove montagne.

A seguito dell'apprezzamento e successo riscontrato nel nostro ultimo "I Giovedì di Nestore" dedicato al clima, abbiamo il piacere di diffondere l'invito del Prof. Claudio Smiraglia a partecipare al convegno che di terrà nella Sala Fabio Besta della Banca Popolare di Sondrio in Piazza Garibaldi 16, Sondrio.

Sta cambiando l'approccio alle terre alte?

Cambia il clima?

Cambiano le montagne?

Cambia il modo di frequentarle?

Il convegno cercherà di rispondere a questi interrogativi attraverso la presentazione di dati scientifici, le osservazioni degli esperti locali che ci vivono e un dibattito a cui è invitato anche il pubblico.

Edito in proprio per uso interno verso i soci e simpatizzanti Nestore