



QUI NESTORE

Bollettino mensile



Calendario iniziative interne – gennaio 2018

Si cresce per tutta la vita cresci insieme con noi... ASSOCIAZIONE NESTORE Il nostro codice fiscale è 97214520153 GRAZIE! 5x1000	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)... Come? Devolvendo il 5x1000 della vostra dichiarazione dei redditi delle persone fisiche (Irpef) a favore della nostra Associazione. 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. Grazie... potremo crescere insieme
--	--

**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

Conversazioni su aspetti della società contemporanea

18/01/2018 - L'incertezza e il rischio nella società attuale

Prosegue la nuova iniziativa che prevede un ciclo di incontri sui mutamenti in atto nella società attuale.

*Le conversazioni saranno condotte da **Mariolina Graziosi e da Paolo Trivellato**, docenti di Sociologia rispettivamente dell'Università degli Studi di Milano e di Milano-Bicocca.*

Vi aspettiamo in un luogo informale e amichevole dove condividere impressioni derivanti da letture di brevi saggi su temi dell'attualità e di tendenze di lungo periodo.

*Gli incontri (gratuiti) sono destinati ai soci e si terranno presso la sede Nestore di Via San Barnaba 48 di **giovedì dalle 14:30 alle 16:00**.*

Per coloro che non lo fossero, è sufficiente l'iscrizione per il 2018.

A coloro che si prenoteranno sarà inviato la settimana prima il testo dell'argomento oggetto della conversazione.

I prossimi temi trattati:

- **Il lavoro oggi – 8 febbraio 2018**
- **I bambini e la città – 15 marzo 2018**
- **La forza del carattere alla luce dell'esperienza - 13 aprile 2018**
- **Il silenzio e la meditazione sull'esistenza – 17 maggio 2018**

Per prenotare tel. 02.57968.359

mail: nestore@associazionenestore.eu





PROGRAMMA NESTORE PRIMO SEMESTRE 2018

“Vita da senior: fra sorprese e nuove incertezze”

Una nuova proposta per il primo semestre del prossimo anno: ogni mese a partire da gennaio un ciclo tematico composto da un incontro con un esperto e da un approfondimento nella forma del laboratorio. I 4 cicli prevedono le seguenti tematiche:

- **1° ciclo: I mutamenti nella percezione di sé**
- **2° ciclo: I mutamenti nelle relazioni**
- **3° ciclo: I mutamenti nella salute**
- **4° ciclo: Le incertezze del contesto economico**

A breve seguiranno la programmazione e i contenuti di dettaglio.
I percorsi formativi si terranno in Via San Barnaba 48, Milano.

Gli interessati possono prenotarsi da subito a tutti o al singolo ciclo di incontri chiamando allo 02.57968359 o inviando una mail a nestore@associazionenestore.eu

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



GIORNATA DELLA MEMORIA

In occasione del giorno della memoria, **Fondazione Humaniter, Associazione Nestore e Società Umanitaria**, organizzano i due seguenti incontri:

11/01/2018 Siamo qui siamo vivi - Il diario inedito di Alfredo Sarano e della famiglia scampati alla Shoah. Custodito per oltre settant'anni in un cassetto dalle figlie Matilde, Vittoria e Miriam, il diario di Alfredo Sarano riemerge oggi dal passato aggiungendo nuove, preziose pagine di storia al libro del genocidio del popolo ebraico.

Intervengono:

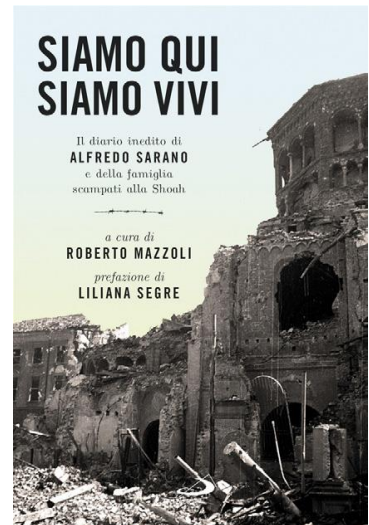
Liliana Segre, Sopravvissuta ad Auschwitz

Membri della famiglia Sarano

Roberto Mazzoli, Curatore del volume

Simone Bruno, Direttore Editoriale del Gruppo S. Paolo

L'incontro si terrà in Via San Barnaba 48, Sala Facchinetti, ore 18.
Per informazioni o per prenotare telefonare allo 02.5796831, o inviare una mail a umanitaria@umanitaria.it



25/01/2018 - Alla ricerca delle radici del male - Un documentario di Israel Cesare Moscati, una produzione Clipper Media con RaiCinema

Un viaggio in alcuni dei luoghi simbolo della dolorosa memoria del Novecento: dal campo di sterminio di Auschwitz-Birkenau, al campo di concentramento di Plazow, alla pace del bosco di Niepolomice, in Polonia, il "Binario 21" di Milano, da cui partiva il treno dei deportati alle Fosse Ardeatine a Roma, simbolo della Resistenza al nazi-fascismo.

Intervengono:

Mino Chamla, Professore di Filosofia, Scuola Ebraica di Milano

Israel Cesare Moscati, Autore e Regista

Gadi Luzzatto Voghera, Direttore Fondazione CDEC

Riccardo Zanzi, Docente Humaniter di Cinema

L'incontro si terrà in Via San Barnaba 48

Auditorium – ore 17:00

Ingresso libero fino a esaurimento posti.

Segnalare la propria partecipazione telefonando allo 02.5798.359 o inviando una mail a nestore@associazione nestore.eu



Vetrina Soci e Gruppi Nestore

15/01/2018 - NestoreCafè – Incontro culturale

Nel prossimo incontro del 15 gennaio, che si terrà presso la Casa delle Associazioni di Via Marsala 8 Milano, l'esperto **Gianni Del Savio** ci parlerà di **musica nera e soul**.

L'argomento, a grandi linee, riguarderà un excursus sull'evoluzione della musica nera americana, dal blues al gospel, dal soul al rythm and blues, ecc.

Nell'incontro saranno proiettati dei brevi filmati che accompagneranno la sua relazione.

Ingresso libero fino ad esaurimento posti. Per informazioni e per prenotare inviare una mail a nestorecafe@associazionenestore.eu



11/01/2018 - NestoreCafè Gruppo cultura e tempo libero

Il Gruppo Cultura e Tempo Libero ha in programmazione per il mese di gennaio una visita teatralizzata per l'11 gennaio alle ore 15:30 una nuova visita teatralizzata con i DRAMATRA' al MUDEC, Via Tortona 56, Milano.

Teatralizzazioni che hanno visto nelle nostre precedenti uscite un grande successo.

I soci interessati posso prenotarsi da subito inviando una mail a nestorecafe@associazionenestore.eu



24/01/2018 – NestoreCafè - Spazio Letture condivise

Il prossimo incontro è fissato per il **24 gennaio** alle ore 16:30 nel cortile del Teatro Grassi in via Rovello 2.

Commenteremo il libro **Il Problema Spinoza, di Irvin D. Yalom**.

“Un'invenzione magistrale che fa rivivere la filosofia di Spinoza attraverso la storia della Germania nazista e la figura di Alfred Rosenberg”.

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

nestorecafe@associazionenestore.eu

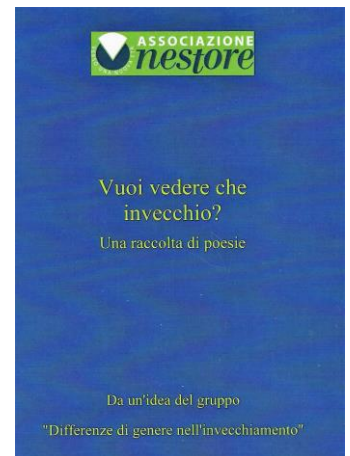




LA NOSTRA BIBLIOTECA

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@associazioneenestore.eu*



Iniziative esterne



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

"Come scarico il video di mio nipote da YouTube?", "Mi serve un account di posta elettronica: da dove comincio?", "Cos'è PayPal?"

A queste e ad altre domande sul web rispondono gratuitamente i ragazzi grey-panthers nello SPORTELLO DIGITALE. Un servizio gratuito, un'occasione da non perdere per eliminare dubbi e incertezze! Vi aspettiamo www.grey-panthers.it



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. Quest'ultimo mese sul sito www.osservatoriosenior.it si è fatto il punto di come sta evolvendo il mondo senior, attraverso due articoli:

“Essere senior oggi”

(<https://osservatoriosenior.it/2017/12/essere-senior-oggi/>) e

“Un anno vissuto intensamente”

(<https://osservatoriosenior.it/2017/12/un-anno-vissuto-intensamente/>)

Inoltre, si è parlato di:

“Vita di coppia dopo molti anni di matrimonio”

(<https://osservatoriosenior.it/2017/12/la-vita-di-coppia-dopo-molti-anni-di-matrimonio/>),

di pensioni con l'articolo “Portogallo: le due facce della pensione” (<https://osservatoriosenior.it/2017/12/portogallo-le-due-facce-della-pensione/>),

dei senior come inaspettati ed esigenti acquirenti on line

(<https://osservatoriosenior.it/2017/12/gli-online-shopper-che-non-ti-aspetti-dinamici-esigenti-e-over55/>),

di soluzioni abitative e in particolare di come rendere il soggiorno a prova di senior

(<https://osservatoriosenior.it/2017/12/migliorare-la-propria-abitazione-il-soggiorno/>).

Da non perdere, infine, le storie inviate dai

lettori (<http://osservatoriosenior.it/category/le-vostre-storie/>).



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