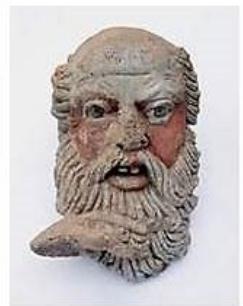




QUI NESTORE

Bollettino mensile



Calendario iniziative interne – marzo 2018

<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

ANNUNCIO

Nestore è alla ricerca di una persona con esperienza commerciale che si occupi della promozione delle nostre iniziative e che individui e sviluppi nuove fonti di finanziamento delle attività.

Gli interessati sono pregati di proporre la propria candidatura via mail a nestore@associazionenestore.eu. Per informazioni Alberto di Suni o Valter Migliorini tel. 02.57968359 (ore 9:30-13:00)



Campagna rinnovo associazione 2018

Prosegue la campagna soci per il 2018.

Per il 2018 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.

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



PROGRAMMA NESTORE PRIMO SEMESTRE 2018

“Vita da senior: fra sorprese e nuove incertezze”

Prosegue il programma di incontri che prevedono una conferenza introduttiva con un esperto e un approfondimento nella forma di laboratorio.

Questi i temi che verranno presi in esame :

- **Conferenza introduttiva 2° Ciclo – Le scoperte nelle relazioni** - 13 marzo 2018, ore 10:00
- **2° ciclo: Io e gli altri, gioie e dolori nelle relazioni interpersonali** – 13 marzo 14:30-16:30, 16 e 20 marzo – ore 10:00-16:00
Scarica la locandina con i dettagli dei contenuti dalla homepage del nostro sito www.associazionenestore.eu.
- **Conferenza introduttiva 3° Ciclo – Il processo biologico dell'invecchiamento. La diversa normalità dell'anziano** - 3 aprile 2018, ore 9:30
- **3° ciclo: I mutamenti nella salute** – 10-13-17 aprile – ore 9:30-13:00

I percorsi formativi relativi alla conferenza e al 2° ciclo si terranno presso la Casa delle Associazioni e del Volontariato di Via Marsala 8 Milano, facilmente raggiungibile con la MM Verde fermata Moscova o con il filobus 94.

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

Conversazioni su aspetti della società contemporanea

15/03/2018 – I bambini e la città

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.

L'incontro (gratuito) è destinato ai soci e si terrà presso la sede Nestore di Via San Barnaba 48 di **giovedì dalle 14:30 alle 16:00**. Per coloro che non fossero ancora soci, 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 che saranno trattati:

- **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



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



05/03/2018 - I nostri “Momenti di riflessione” – Perché tutta questa violenza sulle donne?

In occasione della Festa della Donna, Associazione Nestore, Fondazione Humaniter e Società Umanitaria, organizzano un incontro sul tema della violenza sulle donne.

In apertura proiezione del video Doom & free will di Thomas Lui e Carola Fasce, prodotto con il supporto tecnico di A.P.T.A. - Accademia Professionale di Trucco Artistico della Società Umanitaria.



Intervengono:

Marina Calloni Docente di Filosofia politica e sociale - Dipartimento di Sociologia e Ricerca Sociale – Università degli Studi Milano - Bicocca

Manuela Uliví Presidente CADMI Centro violenza donne maltrattate

Cesare Rimini Avvocato matrimonialista
Coordina Cipriana Dall'Orto Giornalista

© 2010 by Pearson Education, Inc. All Rights Reserved.

L'incontro si terrà in Sala Facchinetti, Via San Barnaba 48 Milano, alle ore 17:00.

Ingresso libero fino ad esaurimento posti.

E' gradita la prenotazione telefonando allo 02.57968359 (ore 9:30-13:00) o inviando una mail a nestore@associazionenestore.eu.

Vetrina Soci e Gruppi Nestore

8 marzo – 6 maggio 2018
Società Umanitaria

**La Società Umanitaria in occasione del suo
125° anno dalla fondazione, ci invita alla
mostra:**

Pionieri di arditezze sociali

Formazione, lavoro ed emancipazione in Italia nella storia della Società Umanitaria (1893-2018)

Conferenza stampa

mercoledì 7 marzo 2018, ore 10.00 a Palazzo Morando | Costume Moda Immagine, Via S. Andrea, 6

Inaugurazione

mercoledì 7 marzo 2018, ore 18.00 a Palazzo
Moriggia | Museo del Risorgimento Via
Borgonuovo, 23



8 Marzo – 6 Maggio 2018

**Palazzo Moriggia
Museo del Risorgimento
Via Borgonuovo, 23 - Milano**

**Palazzo Morando
Costume Moda Immagine**
Via S. Andrea, 6 - Milano
Ingresso mostra:
Via Bagutta, 24

In collaborazione con  SOCIETY UMANITARIA |  CESAREPOZZO |  Regione Lombardia | Con il patrocinio di  fondazione cariplo | Con il contributo di  Fondazione AEM

12/03/2018 - NestoreCafé – Incontro culturale

*Nel prossimo incontro del 12 marzo, che si terrà presso la Casa delle Associazioni di Via Marsala 8 Milano, parliamo di libri con **Mariana Marenghi**, libraia, titolare della libreria ‘**Covo della ladra**’. Titolo del suo intervento. ‘**Sessione di biblioterapia**’ Ingresso libero fino ad esaurimento posti. Per informazioni e per prenotare inviare una mail a*

nestorecafe@associazionenestore.eu



29/03/2018 - NestoreCafé - La fotografia digitale.

Come il cellulare ha cambiato il nostro modo di fotografare

Il prossimo 29 marzo avremo la possibilità di interagire con il fotografo Giò Belli su come è cambiato il mondo della fotografia, scambiandoci impressioni e esperienze.

L'incontro si terrà dalle **ore 10:00 alle 13:00** presso la Casa delle Associazioni e del Volontariato di Via Marsala 8, Milano

Per partecipare: nestorecafe@associazionenestore.eu



22/03/2018 - NestoreCafè Gruppo cultura e tempo libero

Il Gruppo Cultura e Tempo Libero ha in programmazione nel pomeriggio del 22 marzo una visita guidata alle Chiese di San Marco e di Santa Maria dell'Incoronata-A breve saranno comunicati i dettagli organizzativi. I soci interessati posso prenotarsi anticipatamente inviando una mail a

nestorecafe@associazionenestore.eu

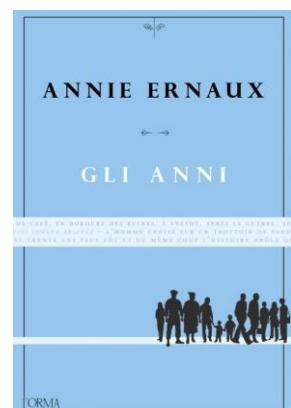
28/03/2018 – NestoreCafè - Spazio Letture condivise

*Il prossimo incontro è fissato per il **28 marzo** alle ore 16:30 nel cortile del Teatro Grassi in via Rovello 2.*

*Commenteremo il libro **Gli anni** di Annie Ernaux.*

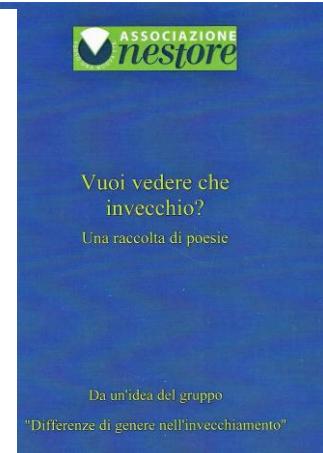
Per eventuali partecipazioni, oltre a quanti già frequentano usualmente il nostro Gruppo di lettura, inviare una mail a

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



Iniziative esterne

21/03/2018 Fondazione Società dei Concerti Lezioni di piano

La Vice Presidente emerita **Fiorella Nahum** ci invita a partecipare al concerto “**Lezioni di piano**” che si terrà **mercoledì 21 marzo alle ore 11** nella Sala Verdi in via del Conservatorio 12, Milano

Nello spettacolo molto particolare la pianista **Elisa D'Auria**, si esibirà insieme al robot “**Teo Tronico**”, dando vita a un concerto unico nel suo genere. Elisa e “Teo Tronico”, in un dialogo-sfida e con la moderazione del direttore artistico della FSDC **Enrica Ciccarelli Mormone**, racconteranno con parole e musiche la storia del pianoforte. Partendo da Bach, suoneranno, alternandosi, brani di Mozart, Clementi, Beethoven, Chopin, Liszt, Debussy fino ad arrivare al jazz.

Lo spettacolo è indirizzato a tutti coloro che vogliono trascorrere un'ora divertendosi e ascoltando buona musica.

Il costo del biglietto, previa prenotazione presso i nostri uffici, è simbolico di 3€ a persona.

Per approfondimenti o per prenotarsi:
Tel. 02 66984134 – 0266986956, Mail: info@soconcerti.it, Sito: www.socorcerti.it



Angeli Custodi Onlus

La socia **Angelina Cravedi** ci evidenzia l'associazione "ANGELI CUSTODI" che ha la missione di sostenere la dignità degli ospiti delle case di riposo e dei loro famigliari.

Gli obiettivi che l'associazione persegue sono :

- la razionalizzazione delle tariffe nelle strutture residenziali e non coinvolgimento dei familiari nel pagamento delle stesse;
- sostenere le famiglie economicamente disagiate che hanno un familiare ricoverato in una struttura;
- la trasformazione dei comitati dei familiari da organi consultivi in organi decisionali, inseriti nei consigli di amministrazione delle strutture residenziali
- la risoluzione delle criticità presso le strutture residenziali che peggiorano le condizioni degli anziani ricoverati.



Per approfondimenti: Cell. 327-1772694, E-mail: info@angelicustodi.org,

Sito: <http://www.angelicustodi.org/>

Grey-Panthers

Può essere molto utile per chi vive a Milano e Provincia la mappa dei 9 Municipi della città, che ha messo online www.grey-panthers.it a questo indirizzo <https://www.grey-panthers.it/speciale/speciali/cittadini-piu-coinvolti-e-piu-sicuri-un-progetto-che-corre-veloce/la-grande-milano-al-servizio-dei-cittadini-mappa-interattiva/>, con i punti di riferimento per l'assistenza a tutti i cittadini, e in particolare a disabili, grandi senior, e senza fissa dimora. Una mappa all'interno dello Speciale "Cittadini più coinvolti & più sicuri" (<https://www.grey-panthers.it/speciale/speciali/cittadini-piu-coinvolti-e-piu-sicuri-un-progetto-che-corre-veloce/>), che segnala le iniziative dell'Assessorato Politiche Sociali, Salute e Diritti del Comune di Milano.



Può essere molto utile per chi vive a Milano e Provincia la mappa dei 9 Municipi della città, che ha messo online www.grey-panthers.it a questo indirizzo <https://www.grey-panthers.it/speciale/speciali/cittadini-piu-coinvolti-e-piu-sicuri-un-progetto-che-corre-veloce/la-grande-milano-al-servizio-dei-cittadini-mappa-interattiva/>, con i punti di riferimento per l'assistenza a tutti i cittadini, e in particolare a disabili, grandi senior, e senza fissa dimora. Una mappa all'interno dello Speciale "Cittadini più coinvolti & più sicuri" (<https://www.grey-panthers.it/speciale/speciali/cittadini-piu-coinvolti-e-piu-sicuri-un-progetto-che-corre-veloce/>), che segnala le iniziative dell'Assessorato Politiche Sociali, Salute e Diritti del Comune di Milano.



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



Questo mese su Osservatorio Senior

Osservatorio Senior del socio Nestore **Enrico Oggioni** 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.

Osservatorio Senior è partner del [premio internazionale Silver Economy & Ageing Well](https://osservatoriosenior.it/2018/02/il-premio-internazionale-silver-economy-ageing-well/) (<https://osservatoriosenior.it/2018/02/il-premio-internazionale-silver-economy-ageing-well/>), in svolgimento da febbraio e che verrà assegnato a Parigi il prossimo 29 marzo all'organizzazione che avrà proposto il più innovativo ed efficace prodotto, servizio, progetto in grado di facilitare il buon invecchiamento.

L'iniziativa, organizzata dai francesi di SilverEco.com, vede la partecipazione di Enrico Oggioni, Presidente di Osservatorio Senior, come membro della [giuria internazionale](http://www.silvereco.org/awards/jury-members-and-experts-of-the-silvereco-and-ageing-well-awards/) (<http://www.silvereco.org/awards/jury-members-and-experts-of-the-silvereco-and-ageing-well-awards/>) che voterà i progetti presentati.

Quest'ultimo mese sul sito www.osservatoriosenior.it sono state presentate le principali tendenze per il 2018 relativamente ai viaggi dei senior, in base alle più recenti ricerche sull'argomento (<https://osservatoriosenior.it/2018/02/il-senior-in-viaggio-le-tendenze-per-il-2018/>).

Inoltre, si è parlato di come prepararsi ad una lunga (e bella) vita in salute con un occhio agli aspetti economici (<https://osservatoriosenior.it/2018/02/una-lunga-e-bella-vita-in-salute/>), nonché del rapporto tra i senior e i videogiochi nell'articolo "Non c'è età giusta per mettersi in gioco" (<https://osservatoriosenior.it/2018/02/non-ce-eta-giusta-per-mettersi-in-gioco/>).

Per gli amanti del cinema, sono state anche recensiti due film di successo – "Le nostre anime di notte" e "Ella & John" - che vedono dei senior come protagonisti.

Naturalmente sempre interessante leggere anche le storie ricevute dai lettori, spesso commentate da una psicologa: è il caso della storia intitolata "Ridisegnare una vita" (<https://osservatoriosenior.it/2018/02/ridisegnare-una-vita/>).



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