




L'ALBA

Associazione Pensionati di Gussago • Centro Socio-Culturale Comune di Gussago
MAGGIO 2024

Assemblea generale annuale

Relazione del Presidente

Come ogni anno, anche quest'anno ci troviamo qui per la così detta assemblea di fine esercizio, che poi altro non è che rendere pubblico l'operato della nostra associazione attraverso la pubblicazione dei contenuti del bilancio e l'andamento delle attività proposte. L'anno appena trascorso è stato indubbiamente un anno di ripresa, nel senso che superato il covid e il dopo covid, pian piano la partecipazione alle attività sta tornando ai livelli di precovid e questo ci riempie di soddisfazione, anche perché il lavoro che facciamo lo vediamo ripagato da una sempre maggiore partecipazione. Certo, il nostro impegno è quello di proporre le attività, ma, come già altre volte ho avuto modo di dire, il nostro obiettivo non sono le attività di per se stesse, non sono il fine del nostro operare, ma piuttosto il mezzo che serve per raggiungere il vero obiettivo, che è quello di favorire la presenza attiva dei nostri ospiti, toglierli dall'isolamento e cercare, per quanto possibile, di fare in modo che si sentano parte di una famiglia: la nostra. Sul giornale di gennaio, che mi auguro abbiate letto, ho espresso in prima pagina quello che da tempo è il mio pensiero: ovvero che il centro d'incontro, finora dedicato agli anziani, diventi un Centro Socio Culturale aperto non solo agli over sessanta, che peraltro continueranno ad essere lo zoccolo duro del Centro, ma anche a chi, pur avendo meno di sessant'anni, sia interessato a frequentarlo ed a partecipare alle attività proposte. Un cambiamento che, come tutti i cambiamenti non può avvenire con uno schiocco di dita, ci vorrà tempo, pazienza, idee e soprattutto l'impegno di tutti. A proposito di impegno, voglio qui ringraziare tutti i miei collaboratori, consiglieri e volontari, per l'impegno pro-



fuso: ognuno per le proprie competenze. Quando parliamo di collaboratori non posso non pensare che fra un anno ci saranno le elezioni per il rinnovo del nostro CdA e che ogni volta, trovare candidati disponibili ad un impegno, sia pur settimanale è come cercare un ago in un pagliaio. Non posso, peraltro, non pensare che tutt'ora abbiamo consiglieri che oltre all'età, la buona volontà e l'impegno hanno un'anzianità di servizio che varia dai 9 ai 15 anni e che presumibilmente non si ricandideranno. D'altra parte, io stesso, dopo 5 mandati e 15 anni di presidenza, alla soglia degli ottant'anni, faccio fatica a pensare ad un ulteriore mandato; voglio invece, davvero sperare, che ci sia qualcuno che abbia tempo e voglia di mettersi in gioco. D'altra parte ritengo mio dovere guardare avanti, guardare oltre il presente, onde poter dare, come è giusto che sia, una continuità a questo Centro. In questi anni ci siamo sforzati di costruire un ambiente socializzante, coinvolgente, attivo e divertente. Abbiamo cercato di dare spazio alla cultura con un progetto strutturato che abbiamo chiamato Libera Università di Franciacorta. Non posso quindi non esprimere la mia preoccupazione di fronte al rischio di buttare all'aria il lavoro di questi anni. Nella speranza che qualcuno di buona volontà, recepito il messaggio, si renda disponibile, porgo all'attenzione di tutti i nostri tesserati ed ai nostri Amministratori, quello che, secondo me, domani potrebbe essere un problema.

Edoardo Rossi

Mensile del Centro Socio-Culturale del Comune di Gussago

Via Nava 34 – 25064 Gussago Tel/Fax.030 2522934

email: info@associazionepensionatigussago • www.associazionepensionatigussago.it



ATTIVITÀ MENSILI

- Canto / Giochi
- Amici dell'Arte
- Serate danzanti



SERVIZI

- Biblioteca
- Consulenza legale
- Esame osteoporosi



GITE/SOGG./VIAGGI

- Gite / Soggiorni



CORSI

- Corso di Psicologia
- Corso di Canto di ballo
- Corso "Attività fisica adattata"
- Corso Yoga di Tai Chi
- Corso di ginnastica di mantenimento



ATTIVITÀ MENSILI

Giovedì 2 Maggio ore 15.00	Al Centro Palazzo Nava "FACCIAMO BINGO e GIOCHI DA TAVOLO"
Venerdì 3 Maggio ore 15.00	Al Centro Palazzo Nava VIAGGIO NELLE REGIONI D'ITALIA "Viaggio alla scoperta delle isole italiane" e "Arte al femminile" <i>con C. Gasparini, C. Gottardi e C. Zorella</i>
Sabato 4 Maggio ore 08.30 	Al Mercato - Piazza Vittorio Veneto "BANCARELLA DI BENEFICIENZA" In occasione del mercato del sabato, ricordiamo che in piazza a Gussago, le volontarie dei nostri laboratori creativi esporranno i loro lavori per una raccolta fondi per sostenere le attività del Centro e Unicef con le sue Pigotte .
Lunedì 6 Maggio ore 15.00	Al Centro Palazzo Nava "CANTIAMO INSIEME" Accompagnati dalla fisarmonica di Luca
Martedì 7 Maggio ore 15.00	Al Centro Palazzo Nava "FACCIAMO BINGO e GIOCHI DA TAVOLO"
Giovedì 9 Maggio ore 15.00	Al Centro Palazzo Nava "FESTA DELLA MAMMA" con il Gruppo "Teatro Nava"
Lunedì 13 Maggio ore 15.00	Al Centro Palazzo Nava "CANTIAMO INSIEME" Accompagnati dal D.J. Roberto
Martedì 14 Maggio ore 15.00	Al Centro Palazzo Nava "FACCIAMO BINGO e GIOCHI DA TAVOLO"
Giovedì 16 Maggio ore 15.00	Al Centro Palazzo Nava "FACCIAMO BINGO e GIOCHI DA TAVOLO"



Venerdì 17 Maggio ore 15.00	Al Centro Palazzo Nava VIAGGIO NELLE REGIONI D'ITALIA "Viaggio alla scoperta delle isole italiane" e "Arte al femminile" <i>con C. Gasparini, C. Gottardi e C. Zorella</i>
Domenica 19 Maggio ore 12.00	In Piazza a Gussago TAVOLATA SENZA MURI
Lunedì 20 Maggio ore 15.00	Al Centro Palazzo Nava "CANTIAMO INSIEME" Accompagnati dalla fisarmonica di Luca
Martedì 21 Maggio ore 14.00	A Castegnato - Centro Pensionati "FACCIAMO SQUADRA" Insieme agli amici delle Associazioni Pensionati di Castegnato e Cellatica organizziamo un TORNEO di BOCCE • Sono esclusi tutti i cartellinati - Coppie ad estrazione • Iscrizioni in Segreteria. Costo a persona € 3.
ore 15.00	Al Centro Palazzo Nava "FACCIAMO BINGO"
Giovedì 23 Maggio ore 15.00	Al Centro Palazzo Nava "FACCIAMO BINGO e GIOCHI DA TAVOLO"
Lunedì 27 Maggio ore 15.00	Al Centro Palazzo Nava "CANTIAMO INSIEME" Accompagnati dal D.J. Roberto
Martedì 28 Maggio ore 15.00	Al Centro Palazzo Nava "FACCIAMO BINGO e GIOCHI DA TAVOLO "TORNEO DI BRISCOLA CON COPPIE A SORTEGGIO" • Quota individuale € 2 - MAX 16 coppie • Iscrizioni in Segreteria entro le ore 17.00 del giorno precedente



SERVIZI



BIBLIOTECA	Al Centro Palazzo Nava Martedì e Giovedì dalle ore 15.00 alle ore 17,30
CONSULENZA LEGALE	Al Centro Palazzo Nava Giovedì 16 Maggio ore 15.00 La consulenza è riservata ai tesserati residenti. Prenotarsi in segreteria



GIOVEDÌ 30 MAGGIO

GITA A MAROSTICA E BASSANO DEL GRAPPA

Ore 7.00 partenza dalla Piazza V. Veneto

Partenza da Gussago con sosta lungo il percorso, destinazione Marostica, la più bella città murata del Veneto, famosa in tutto il mondo per la partita a Scacchi con personaggi viventi, è un autentico gioiellino medievale, incastonato tra i colli che dall'Altopiano d'Asiago scendono verso Vicenza.

Visita, con guida, del Borgo, del Castello da Basso (interni) salita facoltativa al torrione e percorso di un tratto di camminamento (non ci sono importanti barriere architettoniche). Pranzo presso un tipico Ristorante.

Pomeriggio visita di Bassano. Il tour inizia dalla parte panoramica della città per poi spostarsi nel cuore del borgo e visitare le sue piazze; si conclude sul famoso Ponte degli Alpini. Possibilità di terminare la visita con la degustazione della grappa. Non lontano dal Ponte si trova il Museo della Grappa Poli, la visita del Museo è gratuita, chi volesse fare la degustazione (a pagamento circa 2,50/3€ a persona) deve comunicarlo in Segreteria al momento della "PRENOTAZIONE" e pagare al Museo. Al termine, partenza per rientro a Gussago, arrivo previsto intorno alle ore 20 circa.

Prenotazioni in Segreteria: solo per i residenti a Gussago dal 15 aprile, per tutti dal 22 aprile, entro il 20 maggio. Costo a persona € 65

Le gite sono riservate agli Associati (in ottemperanza alla legge regionale 27/2015) Assic. Allianz Loyd Adriatico – polizza n. 99631173 del 1/01/2005



MERCOLEDÌ 26 GIUGNO

GITA A VERCELLI - Capitale Europea del Riso

Ore 7.00 partenza dalla Piazza V. Veneto (nel caso in cui i lavori impediscano il passaggio il Bus si fermerà in Via Peracchia – dietro Sala Togni).

Partenza per Vercelli con sosta lungo il percorso.

Vercelli, in Piemonte, è considerata la Capitale europea del riso. Visiteremo il centro storico: La Basilica di Sant'Andrea che è uno dei luoghi di culto più prestigiosi di Vercelli e rappresenta un esempio eccezionale di architettura gotica. La Cattedrale di Sant'Eusebio, dedicata a Sant'Eusebio, il patrono di Vercelli. La sua costruzione ha radici antiche, risalenti all'epoca romana, proseguiremo passeggiando fino al centro della città per vedere Piazza Cavour, la Sinagoga, Torre dell'Angelo, Antico Broletto ecc. Pranzo in Ristorante.

Pomeriggio spostamento con bus a Villarboit presso l'Azienda Agricola Praino : visita guidata della struttura e presentazione delle attività, possibilità di acquistare riso di loro produzione, al termine breve rinfresco. Rientro a Gussago nel tardo pomeriggio.

Prenotazioni in Segreteria: solo per i residenti a Gussago dal 13 Maggio, per tutti dal 20 Maggio, entro il 20 giugno. Costo a persona € 60

Le gite sono riservate agli Associati (in ottemperanza alla legge regionale 27/2015) Assic. Allianz Loyd Adriatico – polizza n. 99631173 del 1/01/2005



SOGGIORNI AL MARE

GITE • VIAGGI
SOGGIORNI 4



<p>MAGGIO <i>Dal 20 maggio al 3 giugno 2024</i></p> 	<p>A TENERIFE Costa Adeje “ALPI CLUB JACARANDA” Quota individuale in camera doppia € 1.325,00 Suppl. camera sing. € 450,00 Saldo entro il 19/04/2024 <i>L’organizzazione tecnica è affidata a “Travel Sia S.R.L.” Lic. Decr. Reg. nr. 18385 del 26/09/1989</i></p>
<p>GIUGNO <i>Dal 2 al 15 giugno 2024</i></p>	<p>A RIMINI Rivazzurra “HOTEL FAMIGLIA PEDRELLI” Quota individuale in camera doppia € 900 Suppl. camera singola € 300,00 Prenotazioni in Segreteria: solo per i residenti a Gussago dal 12 al 16 febbraio, per tutti dal 19 febbraio fino ad esaurimento. Acconto € 200,00 Saldo entro il 03/05/2024 <i>L’organizzazione tecnica è affidata a “Travel Sia S.R.L.” Lic. Decr. Reg. nr. 18385 del 26/09/1989</i></p>
<p>LUGLIO <i>Dal 14 al 28 luglio 2024</i></p>	<p>A BELLARIA “HOTEL SPLENDID SUISSE” Quota individuale in camera doppia € 1.005,00. Suppl. doppia uso singola In mansarda € 145,00 ai piani € 235,00. Prenotazioni in Segreteria: solo per i residenti a Gussago dal 5 al 11 marzo, per tutti dal 12 marzo fino ad esaurimento. Acconto € 200 Saldo entro il 14/06/2024 <i>L’organizzazione tecnica è affidata a “BRESCIA TURISTICA UNITOUR” Aut. Prov. di Bs decr. nr. 0023/97</i></p>
<p>AGOSTO <i>Dal 18 agosto al 1 settembre 2024</i></p>	<p>A BELLARIA “HOTEL SPLENDID SUISSE” Quota individuale in camera doppia € 1.005,00. Suppl. doppia uso singola In mansarda € 145,00 ai piani € 235,00. Prenotazioni in Segreteria: solo per i residenti a Gussago dal 8 al 12 aprile, per tutti dal 15 aprile fino ad esaurimento. Acconto € 200 Saldo entro il 19/07/2024 <i>L’organizzazione tecnica è affidata a “BRESCIA TURISTICA UNITOUR” Aut. Prov. di Bs decr. nr. 0023/97</i></p>
<p>SETTEMBRE <i>Dal 5 al 18 settembre 2024</i></p>	<p>A BELLARIA “HOTEL DELL’AMARISSIMO” Quota individuale in camera doppia € 730,00. Suppl. singola € 190,00. Prenotazioni in Segreteria: solo per i residenti a Gussago dal 8 al 12 aprile, per tutti dal 15 aprile fino ad esaurimento. Acconto € 200,00. Saldo entro il 02/08/2024 <i>L’organizzazione tecnica è affidata a “BRESCIA TURISTICA UNITOUR” Aut. Prov. di Bs decr. nr. 0023/97</i></p>

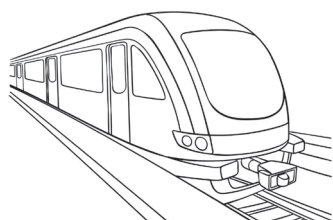
SOGGIORNO ISCHIA IN TRENO !!!

GITE • VIAGGI
SOGGIORNI **4**



OTTOBRE

*Dal 06 al 20
ottobre 2024*



“HOTEL TERME CRISTALLO PALACE

Casamicciola

Trasferimento da Gussago alla stazione di Brescia A/R.
Viaggio in treno Frecciarossa Brescia-Napoli e trasferimento
dalla stazione di Napoli all’Hotel A/R.

**Bagagli trasferiti tramite corriere € 35 a bagaglio (kg 20) A/R.
Formula all inclusive (Hotel+Termale convenzionato SSN).**

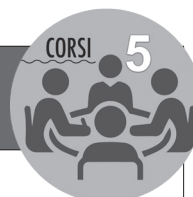
Prenotazioni in Segreteria: **solo per i residenti a Gussago** dal 03
al 09 aprile, per **tutti** dal 10 aprile fino al 30 giugno.

Quota individuale in camera doppia € 985 suppl. singola € 385
Quota individuale in camera doppia per una settimana (dal 06 al
13 ottobre) € 645. Acconto € 300 Saldo entro il 06 settembre 2024.

L’organizzazione tecnica è affidata a “Travel Sia S.R.L.”

Lic. Decr. Reg. nr. 18385 del 26/09/1989

CORSI



CORSO DI “PSICOLOGIA”

con la Dott.ssa

M.T. Merenda

Tutti i Lunedì Ore 15.00

Al Centro Palazzo Nava

“TIENI IN FORMA IL TUO CERVELLO”

Inizio CORSO lunedì 22 aprile
fino al 27 Maggio



CORSO DI “YOGA”

con Marco

Tutti i Martedì Ore 16.30

Al Centro Palazzo Nava

Costo € 7,00 a lezione

Pagamento mensile anticipato

Informazioni ed iscrizioni in Segreteria



CORSO DI “TAI CHI CHUAN”

con Enrica Almici

Tutti i Giovedì ore 14,30

Al Centro Palazzo Nava

Costo € 30.00 MINIMO 8 PERSONE

Pagamento mensile anticipato

Informazioni ed iscrizioni in Segreteria



CORSO DI “NORDIC WALKING”

con R. Soardi

1 MERCOLEDÌ

dalle 9.00 alle 10.30

dal 29 maggio

al 26 giugno



Ritrovo a Palazzo Nava, Via Giovanni Nava, Gussago

INIZIO CORSO: 22 maggio

(dimostrazione gratuita di 1 ora)

COSTO DEL CORSO: € 50 - Pagamento anticipato

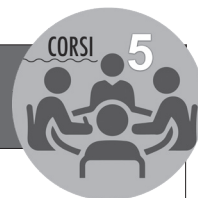
OBBLIGATORIO Certificato di attività sportiva
non agonistica

Per INFORMAZIONI:

Presso la Segreteria Tel. 030 2522934

Oppure R. Soardi e-mail: r.soardi@outlook.com

CORSI



GINNASTICA DI MANTENIMENTO

Con S. Maletti

Posturale, dinamica e personalizzata

QUANDO: IL MARTEDÌ e GIOVEDÌ dalle 9.30 alle 10.30

COSTO: € 40 Pagamento mensile anticipato € 15,00 Iscrizione annuale

OBBLIGATORIO: Certificato medico di sana e robusta costituzione

INFORMAZIONI E ISCRIZIONI: Presso la Segreteria Tel. 030 2522934

“INCANTO LIBERO”

Con Elena Lorenzi

Corso DI CANTO E USO della voce

ARGOMENTI: La Respirazione, correzione ed esercizi;

La Postura, il corpo come strumento, mobilizzazione collo/spalle

La Vocalizzazione, conoscenza, meccanismi, registri, il lavoro del cantante Esercizi pratici di vocalizzazione **Stili e tecniche vocali**

L'Igiene Vocale, aver cura della propria voce.

QUANDO: IL MARTEDÌ dalle 9.30 alle 10.30

COSTO: € 7 a lezione Pagamento mensile anticipato

Per **INFORMAZIONI** : Presso la Segreteria dell'Associazione Pensionati.

Oppure M. Elena Lorenzi email: elenalorenzisinger@gmail.com

“OBIETTIVO SALUTE MOV”

Corso di ATTIVITÀ FISICA PREVENTIVA E ADATTATA

Attività fisica specifica per la prevenzione primaria, secondaria e terziaria delle problematiche legate alle malattie croniche (ipertensione, diabete, artrosi, osteoporosi etc..) Il corso è gestito da un Laureato Magistrale Scienze Motorie specializzato in EsercizioTerapia.

CORSO: Venerdì: 14:00 / 14:50 15:00 / 15:50 16:00 / 16:50

DURATA: Ottobre 2023 Giugno 2024

COSTO: 8 euro a lezione Pagamento mensile anticipato

Informazioni e iscrizioni: presso la Segreteria dell'Associazione Pensionati

CORSI DI BALLO

Presso il Centro d'Incontro in via G. Nava 34 a Gussago.

L'Associazione Pensionati di Gussago in collaborazione con
Scuola A.S.D. Oriente Latino (Sede legale via Fucina 16 Nave) propon

CORSO DI BOOGIE WOOGIE BASE

Tutti i Martedì dalle ore 20.00 alle ore 21.00

CORSO DI BOOGIE WOOGIE AVANZATO

Tutti i Martedì dalle ore 21.00 alle ore 22.00

Per informazioni o prenotazioni in Segreteria

Oppure Franca cell. 347 8107654 o Michele cell. 338 9700616

Domenica 19 maggio 2024 - ore 12.00
Piazza Vittorio Veneto - GUSSAGO

TAVOLATA SENZA MURI

Un pranzo semplice, frugale con tante persone che vogliono condividere uno sguardo ed un messaggio di pace e fraternità.

**LA PARTECIPAZIONE È LIBERA E GRATUITA FINO
 AD ESAURIMENTO POSTI.**

Dato il numero limitato di posti è consigliabile la prenotazione che potrete effettuare contattando i seguenti nominativi che potranno rispondere ad eventuali informazioni

Giacomina 345 3048755 - Giancarlo 329 1843606

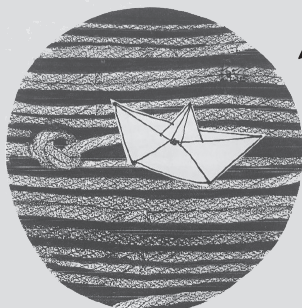
Francesca 347 9770162 - Laura 333 9089279

GIOVEDÌ 9 MAGGIO ORE 15.30

**Presso il Centro a Palazzo Nava In occasione della
 Festa della Mamma il Gruppo "Teatro Nava" propone:**



Gussago



"ÈN LOMBARDIA ÈI MAR GH'ÈI MIA?"

Spettacolo comico • Regia Candida Gottardi

*Voci narranti: Fiorenza Albertini, Miriam Dellafiore,
 Carla Gabrieli, Adonella Morelli, Mariarosa Peli, Marta Salogni.*



TI PIACE GIOCARE A BURRACO?

*Ti aspettiamo dal 3 maggio tutti i venerdì
 per giocare in buona compagnia.*

**Informazioni presso la Segreteria
 tel. 0302522934**

