L'ALBA

Associazione Pensionati di Gussago • Centro Socio-Culturale Comune di Gussago
Settembre 2025

Festa dei Nonni 2025

Sabato 4 ottobre presso la Sala Civica Togni

"NONO, ENSEÑEM A PARLÀ 'L DIALET"

Evento musicale con la partecipazione di:

Piergiorgio Cinelli e Gli Allievi del "Laboratorio Teatrale Matesca"

Programma:

- ore 15,30 Presentazione
- ore 15,45 Pier Giorgio Cinelli
- ore 16,00 Sketch dialettali con i "giovani attori"
- 16,30 Piergiorgio Cinelli
- Seguirà rinfresco

In occasione della Festa dei Nonni proponiamo una

"MOStrA CREaTTIvA"

Esposizione di realizzazioni Hobbistiche e Creative

Iscrizioni ENTRO IL 19 SETTEMBRE presso la Segreteria

Le opere ricevute saranno esposte presso la Chiesa di San Lorenzo dal 27 settembre al 5 ottobre.

Inaugurazione:
Venerdì 26 settembre ore 17.00

Da Lunedì a Venerdì
dalle ore 15,30 alle 18,30

Sabato e Domenica dalle 9.00 alle 12.00
e dalle 15,30 alle 18,30

Mensile del Centro Socio-Culturale del Comune di Gussago

Via Nava 34 – 25064 Gussago Tel/Fax.030 2522934
email: info@associazionepensionatigussago.it • www.associazionepensionatigussago.it

ATTIVITÀ MENSILI

DA SETTEMBRE PER PARTECIPARE AL BINGO SARÀ NECESSARIO VERSARE LA QUOTA DI € 1

Lunedì 1 settembre ore 15.00	Al Centro Palazzo Nava **"CANTIAMO INSIEME" Accompagnati dal D.J. Roberto**
Martedì 2 settembre ore 15.00	Al Centro Palazzo Nava **"FACCIAMO BINGO e GIOCHI DA TAVOLO"**
Giovedì 4 settembre ore 15.00	Al Centro Palazzo Nava **"FACCIAMO BINGO e GIOCHI DA TAVOLO"**
Lunedì 8 settembre ore 15.00	Al Centro Palazzo Nava **"CANTIAMO INSIEME" Accompagnati dal D.J. Roberto**
Martedì 9 settembre ore 15.00	Al Centro Palazzo Nava **"FACCIAMO BINGO e GIOCHI DA TAVOLO"**
Giovedì 11 settembre ore 15.00	Al Centro Palazzo Nava **"FACCIAMO BINGO e GIOCHI DA TAVOLO"**
Lunedì 15 settembre ore 15.00	Al Centro Palazzo Nava **"CANTIAMO INSIEME" Accompagnati dalla fisarmonica di Luca**
Martedì 16 settembre ore 15.00	Al Centro Palazzo Nava **"FACCIAMO BINGO e GIOCHI DA TAVOLO"**
Giovedì 18 settembre ore 15.00	Al Centro Palazzo Nava **"FACCIAMO BINGO e GIOCHI DA TAVOLO"**

Festa del

VOLONTARIATO

Domenica 20 settembre dalle ore 14 alle ore 19. Presso il Centro Corcione

Lunedì 22 settembre ore 15.00	Al Centro Palazzo Nava **"CANTIAMO INSIEME" Accompagnati dal D.J. Roberto**
Martedì 23 settembre ore 15.00	Al Centro Palazzo Nava **"FACCIAMO BINGO e GIOCHI DA TAVOLO"**

Martedì 23 settembre ore 15.00 	**"TORNEO DI BRISCOLA CON COPPIE A SORTEGGIO"** Quota individuale € 3 - MAX 16 coppie - **Iscrizioni in Segreteria entro le ore 17.00 del giorno precedente con il pagamento della quota.**
Giovedì 25 settembre ore 15.00	Al Centro Palazzo Nava **"FACCIAMO BINGO e GIOCHI DA TAVOLO"**
Lunedì 29 settembre ore 15.00	Al Centro Palazzo Nava **"CANTIAMO INSIEME"** **Accompagnati dalla fisarmonica di Luca**
Martedì 30 settembre ore 15.00	Al Centro Palazzo Nava **"FACCIAMO BINGO e GIOCHI DA TAVOLO"**

ATTIVITÀ SETTIMANALI

Lunedì ore 15.00 - Laboratorio delle Pigotte UNICEF
Mercoledì ore 15.00 - Laboratorio creativo

SERVIZI

BIBLIOTECA	Al Centro - Palazzo Nava **Martedì e Giovedì** dalle ore 15.00 alle ore 17,30
CONSULENZA LEGALE	Al Centro - Palazzo Nava **Giovedì 18 settembre** ore 15.00 La consulenza è riservata ai tesserati residenti. **Prenotarsi in segreteria**

TERME 2025 a COLOMBARE di SIRMIONE

1° TURNO dal 19 settembre al 2 ottobre **SOLO CURE INALATORIE**
MASSIMO 16 PERSONE ***PARTENZA DA GUSSAGO: ORE 9.00***

2° TURNO dal 10 al 23 ottobre **SOLO FANGHI/BAGNI**
MASSIMO 8 PERSONE PARTENZA DA GUSSAGO: ORE 9.00
ISCRIZIONI DA GIOVEDÌ 3 LUGLIO

TERME DI SIRMIONE

Punti di raccolta Rotonda di Navezze, Piazza fronte Chiesa - Lavatoio via Trieste

All'atto dell'iscrizione l'utente deve: Lasciare le proprie generalità in segreteria con copia dell'impegnativa. Versare € 45.00 per il trasporto per 12 giorni di terapia

GITE - SOGGIORNI - VIAGGI

ISCRIZIONI GITE : Si possono iscrivere MAX 2 persone
Iscrizione riservata ai GIÀ TESSERATI

DOMENICA 21 settembre dalle ore 14.00

"VISITA ALLA SANTISSIMA CON TRASPORTO"

DEDICATA ALLE PERSONE PIÙ FRAGILI O CHE ABBIANO DIFFICOLTÀ A CAMMINARE

Iscrizione presso la Segreteria dell'Associazione
Pensionati dal primo settembre fino ad esaurimento posti.
Telefono **030 2522934** dalle **15,00** alle **17,30**

Giovedì 25 SETTEMBRE 2025

GITA A PADOVA E CAPPELLA DEGLI SCROVEGNI

Ore 6.30 partenza dal Gussago (Via Peracchia – dietro Sala Togni)
Una guida ci seguirà tutto il giorno raccontandoci la storia di Padova e descrivendo le principali opere d'arte guidandoci tra le piazze principali, i monumenti del centro storico nonché le zone più interessanti della città, **Caffè Pedrocchi, Università, Il Prato della Valle.**
BASILICA DI SANT'ANTONIO: un luogo mistico e interessantissimo dal punto di vista storico e culturale, oltre che una delle mete di pellegrinaggio più celebri al mondo.
BATTISTERO.
PALAZZO DELLA RAGIONE: palazzo medievale completamente affrescato nel XV secolo con un ciclo di dipinti astrologici e cosmogonici. **Pranzo nel centro di Padova.**

Nel pomeriggio visita alla **CAPPELLA DEGLI SCROVEGNI.**
Rientro in serata ore 20/20,30 circa
Costo a persona € 77
Da martedì 1 luglio è possibile effettuare il saldo
di € 61 per chi si è pre-iscritto.
ANCORA ALCUNI POSTI DISPONIBILI!!
Le gite sono riservate agli Associati (in ottemperanza alla legge regionale 27/2015)

SOGGIORNI 2025

SETTEMBRE **BELLARIA** **Dal 6 al 19 settembre 2025**	**A BELLARIA "HOTEL DELL'AMARISSIMO" ****** Quota individuale in camera doppia € **765**. Suppl. singola € **190**. Prenotazioni in Segreteria: Acconto € **200** - Saldo entro il 02/08/2024 *L'organizzazione tecnica è affidata a "Travel Sia S.R.L."* *Lic. Decr. Reg. nr. 18385 del 26/09/1989*

CORSI

- INGLESE
- SPAGNOLO
- ARABO
- GIAPPONESE

IMPARIAMO LE LINGUE

Da ottobre 2025 a maggio 2026

CENTRO STUDI ADMAIORA
Lingue e formazione

Associazione Pensionati di Gussago

- Test d'ingresso
- Fascia oraria: dalle 18:00
- Attestato di partecipazione
- Iscrizione a numero chiuso
- Dove: a Gussago

Con il patrocinio Comune di Gussago

€ 340
+ Materiale didattico

40 ORE

Per informazioni:
Centro Studi Ad Maiora
030 2420221
www.centrostudiadmaiora.com
infocsam@centrostudiadmaiora.com

CORSO DI "PSICOLOGIA"

con la Dott.ssa M.T. Merenda
Tutti i Lunedì ore 15.00 al Centro Palazzo Nava
"SVILUPPA IL TUO CARISMA"

Inizio 1° gruppo lunedì 22 settembre fino a lunedì 20 ottobre(5 incontri).
Inizio 2° gruppo lunedì 27 ottobre fino a lunedì 24 novembre (5 incontri).
Max. 25 persone per gruppo
Iscrizioni in Segreteria dal 7 luglio

CORSO DI "TAI CHI CHUAN"

con Enrica Almici

Il Tai Chi Chuan stile Yang, definito anche meditazione in movimento, è indicato a tutti, si pratica con esercizi e movimenti lenti, armonici e precisi.

Tutti i Lunedì ore 09.30 e Giovedì ore 14.30 al Centro Palazzo Nava

Inizio corso GIOVEDÌ 4 SETTEMBRE

Costo € 30.00 - Pagamento mensile anticipato.

Informazioni ed iscrizioni in Segreteria - **MINIMO 8 PERSONE**

CORSO DI "YOGA" con Marco Belleri

Tutti i Martedì ore 16.30 al Centro - Palazzo Nava

• **Costo € 7,00 a lezione** - Pagamento mensile anticipato

OBBLIGATORIO CERTIFICATO DI ATTIVITÀ SPORTIVA NON AGONISTICA

Inizio corso MARTEDÌ 16 SETTEMBRE

Informazioni ed iscrizioni in Segreteria - **MINIMO 8 PERSONE**

GINNASTICA POSTURALE DI MANTENIMENTO *Con Sonia Maletti*
DINAMICA E PERSONALIZZATA

• **DOVE**: a Palazzo Nava, Via Giovanni Nava, Gussago
• **QUANDO: IL MARTEDÌ E GIOVEDÌ DALLE 9.15 ALLE 10.15**
• **COSTO DEL CORSO:** € 50 - Pagamento mensile anticipato - € 10 - Iscrizione annuale
• **OBBLIGATORIO:** Certificato medico di sana e robusta costituzione - Anche autocertificazione)

GIOVEDÌ 11 SETTEMBRE: lezione di prova gratuita per nuovi iscritti

MARTEDÌ 16 SETTEMBRE INIZIO CORSO

INFORMAZIONI E ISCRIZIONI: Presso la Segreteria Tel. 030 2522934

"OBIETTIVO SALUTE MOV" *con Eleonora Finazzi*

CORSO DI ATTIVITÀ FISICA PREVENTIVA E ADATTATA

Attività fisica adattata finalizzata alla prevenzione e gestione delle conseguenze delle malattie croniche non trasmissibili: metaboliche (ipertensione, diabete, sovrappeso,…), ortopediche e/o posturali (artrosi, osteoporosi, artrite, etc…) Il corso è tenuto da un chinesiologo laureato magistrale scienze motorie specializzato in Esercizio-Terapia.

MARTEDÌ 9 SETTEMBRE dalle 14,30 alle 15.30

Lezione di prova gratuita per i nuovi iscritti

CORSO: Martedì dalle 14.00 alle 14.50 - Martedì dalle 15.00 alle 15.50
Venerdì dalle 14.00 alle 14.50 - dalle 15.00 alle 15.50 - dalle 16.00 alle 16.50
DOVE: Palazzo Nava, Via Giovanni Nava - Gussago
DURATA: Settembre 2025 - Giugno 2026
COSTO: 8 euro a lezione - Pagamento mensile anticipato - 20 euro assicurazione annuale
Informazioni e iscrizioni: presso la Segreteria dell'Associazione Pensionati

"IN-CANTO LIBERO" Con Elena Lorenzi

MARTEDÌ dalle 9.30 alle 10.30

Gruppo canoro femminile "IN-CANTO LIBERO"e corso di canto avanzato - € 12 a lezione

MARTEDÌ dalle 10.30 alle 11.30

CANTO E USO della voce: corso base € 8 a lezione

(1° lezione di prova gratuita)

Pagamento mensile anticipato. MIN. 5 ISCRITTI

INIZIO CORSI MARTEDÌ 16 SETTEMBRE

ARGOMENTI: La respirazione, la postura, la vocalizzazione, esercizi pratici di vocalizzazione, stili e tecniche vocali, l'igiene vocale.

Per INFORMAZIONI: Presso la Segreteria dell'Associazione Pensionati.
Oppure **M. Elena Lorenzi** e-mail: **elenalorenzisinger@gmail.com**

CORSI DI BALLO

Presso il Centro Socio Culturale 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) ***propone***

CORSO DI BOOGIE WOOGIE

Tutti i Martedì alle ore 20.30 corso base Alle ore 21.30 corso avanzato
Costo € 55.00 - 8 lezioni

MARTEDÌ 16 SETTEMBRE SERATA DI PROVA GRATUITA
MARTEDÌ 23 SETTEMBRE INIZIO CORSI

Costo assicurazione annuale € **15.00 obbligatoria**
Per informazioni o prenotazioni in Segreteria
Oppure Franca cell. 347 8107654 o Michele cell. 338 9700616

CORSO DI BALLO LISCIO

Con Simona Menassi
Dal 1 ottobre Tutti i Mercoledì dalle ore 17.00 alle ore 18.30
Costo € 100.00 a coppia - 12 lezioni - Min. 6 - Max 8 coppie
Per informazioni e iscrizioni in Segreteria

L'ATTIVITÀ FISICA PERFETTA TUTTO L'ANNO

PROGETTO ANNI d'ARGENTO: CORSO DI ACQUAFITNESS

QUANDO: **martedì e venerdì dalle ore 9.00 alle ore 9.50**
DURATA: **trimestrale**
COSTO: € **3.50 a lezione**
Il corso è **riservato ai tesserati** all' Associazione residenti a Gussago

AQUAMORE

Associazione Pensionati di Gussago

Comune di Gussago

Libera Università di Franciacorta

Dal 3 settembre riprendono le lezioni della Libera Università di Franciacorta con:

"L'INTELLIGENZA ARTIFICIALE CI RENDERA' STUPIDI?"

Relatrice: ***Nadia Busato*** *- Umanista, giornalista, scrittrice*

Presso la Sala Civica "Togni"

"AMICI DELL'ARTE"

Da **ottobre** riprendono gli incontri quindicinali
il **venerdì** a Palazzo Nava con:
Candida Gottardi: *Monografie di pittori e scultori contemporanei.*
Carla Gasparini: *Storia del design italiano*

Dal 10 ottobre riprendono le

"Serate Danzanti"

in Sala Civica "Togni"

COMUNICAZIONI

COMUNICAZIONI 6

SERVIZI SOCIALI COMUNALI: Telefono 030 2522919

ASSESSORE: MAZZINI NICOLA
Riceve su appuntamento
email: assessoreservizisociali@comune.gussago.bs.it

ASSISTENTE SOCIALE: D.ssa BORDANZI BARBARA
email assistentesociale@comune.gussago.bs.it
Riceve su appuntamento il Martedì e Giovedì dalle 9.00 alle 12.00