



# Nestore Informa

Marzo 2009 - N° Sedici

## **Indice**

### ***È iniziato il 2009***

#### ***Costruiamo la “vita associativa”***

- *Un tè insieme - Lettera di Mauro Vaiani ai soci presenti all'incontro del 19 marzo*

#### ***Un bilancio del Decennale***

- *Lettera del Presidente*
- *Sintesi della ricerca*

#### ***I soci si raccontano***

- *testimonianza di Dario Capozzi*
- *testimonianza di Sandro Sassi*

#### ***Il corso Nestore - Ciessevi è iniziato***

#### ***Un nuovo percorso di narrazione autobiografica in autunno***

#### ***L'Osservatorio Permanente della Qualità della Vita***

#### ***Un libro al mese nel 2009***

#### ***Notizie in breve***

- *Progetto Seneca “Capelli bianchi: storie sul palco”*
- *I “nestorini” fanno volontariato*
- *Forum Ciessevi: “Europa al centro”*
- *“Prendi in casa uno studente”*
- *Nestore su Sky TV*
- *I “Martedì dell'Umanitaria*
- *I “Concerti dell'Umanitaria” - Ideali e Idoli*

### ***È iniziato il 2009***

**D**a gennaio a Nestore si respira aria di cambiamento. Dopo la celebrazione del Decennale, che ha mobilitato e quasi messo in crisi tutte le risorse operative dell'Associazione, c'è in tutti, parallelamente al senso di stanchezza e fatica per un lavoro compiuto, anche il desiderio di mettere in cantiere nuove iniziative e un nuovo stile di rapportarsi ai soci e a tutti gli stakeholder dell'Associazione.

Mnemon, terminata la settima edizione a dicembre, non si farà più con lo stesso formato degli anni precedenti: si trasforma in un nuovo progetto finalizzato più direttamente al benessere e all'autorealizzazione dei partecipanti, per aiutarli a guardarsi dentro e a raccontarsi meglio al fine di avviare un percorso di empowerment verso nuovi progetti individuali, o soltanto per poter fissare nella memoria il proprio “io” dimenticato.

“Un libro al mese” non sarà più lo stesso, nel senso che questa importante proposta culturale rivolta ai soci e a tutti gli amici che desiderano avere occasioni di stimolo

### ***ASSEMBLEA 2009***

#### ***ORDINE DEL GIORNO***

##### ***Relazione del Vicepresidente***

- *Andamento soci*
- *Attività realizzate nel 2008*
- *Decennale dell'Associazione Nestore*

##### ***Bilancio consuntivo 2008***

##### ***Previsioni di spesa 2009***

##### ***Varie ed eventuali***

intellettuale e di aggregazione sociale, mantiene inalterati i suoi scopi, ma si allarga in un ventaglio di proposte differenti nelle quali il “libro” continuerà ad essere il focus degli incontri, ma diventa soprattutto il simbolo emblematico di quanto può aiutare i pensionati a vivere meglio il loro tempo libero, trovando accoglienza a molteplici interessi culturali (incontri ludici, benessere psicofisico, curiosità intellettuali, ecc.)

Si mantiene inalterata l'*idea forza* dell'Associazione, e cioè “la preparazione al pensionamento” attraverso, per ora l'unico “Corso di preparazione al volontariato”, ma c'è in cantiere l'idea e il desiderio di inserire nel portafoglio qualche nuovo progetto focalizzato su altri momenti della “transizione” (ad esempio il momento precedente l'abbandono del lavoro, o il momento successivo alla scelta di vita).

Si inserisce in questa ventata di aria nuova un percorso di accompagnamento dei soci nel loro tempo libero e nel loro desiderio di valorizzare il senso di appartenenza all'Associazione che abbiamo cominciato a chiamare “Un tè insieme”.

La complessità delle attese e dei bisogni emersi attraverso la frequenza di un corso Nestore e le riflessioni emerse nel processo didattico ha sollevato nella nostra base il bisogno di proseguire e di vivere il loro rapporto con l'Associazione, non più solo come fruitori passivi di iniziative pensate e realizzate da pochi, ma come attori e partecipi alla definizione e realizzazione di nuovi progetti.

Ecco, forse questo esprime, meglio di altre cose, il vento nuovo che sentiamo soffiare fra le anguste pareti del nostro ufficio in Via Daverio 7, e che ci fa auspicare un 2009 diverso e più ottimista verso il futuro.

*Fiorella Nahum*

*Vicepresidente Associazione Nestore*

## ***Costruiamo la “vita associativa”***

L'attenzione dell'Associazione ai rapporti con la propria base sociale non è nuova, ma da anni, è un problema che sta nel cuore e nei desideri di tutti. Fin da quando, per la prima volta nel 2003 i partecipanti al corso Nestore Ciessevi di orientamento al volontariato, avevano manifestato il desiderio di essere accompagnati dopo il corso verso la realizzazione di progetti personali

che potessero dare un senso a quanto appreso e alla filosofia positiva espressa nella parte didattica dedicata ai “progetti di vita”.

Abbiamo provato a rispondere organizzando per due anni una serie di incontri monografici con numerose associazioni di volontariato, che avevano indubbiamente riscosso molto interesse e molta partecipazione.

Negli anni successivi, partendo dalla premessa che la “lettura” è uno degli strumenti migliori per mantenere la mente giovane e allenata e che leggere assieme può offrire anche una piacevole occasione di aggregazione sociale, come metodo di cura verso l'isolamento fisico e intellettuale, abbiamo proseguito con un'altra serie di iniziative che abbiamo denominato “Un libro al mese” promuovendo incontri con gli autori, necessariamente italiani e con altre personalità del mondo della cultura, per la presentazione dei loro libri, spesso nuovi e inediti. Agli incontri è intervenuta sempre molta gente e in genere essi hanno avuto molto successo.

Infine abbiamo cercato di coinvolgere i soci in alcune iniziative invitandoli a fotografare soggetti vicini al tema del pensionamento (2003) e scorci di Milano ispirati alla bellezza o al degrado ambientale (2007) che abbiamo raccolto in due Mostre fotografiche presso l'Umanitaria. Nel 2005 abbiamo raccolto le storie autobiografiche dei soci e le abbiamo pubblicate in un piccolo volume, di bella grafica, del quale abbiamo ancora qualche copia preziosa negli archivi Nestore.

Gradualmente però nel corso degli anni ci siamo resi conto che l'Associazione non può più continuare a funzionare come finora ha fatto, con un minuscolo gruppo di volenterosi che si sono fatti carico di irradiare ai soci le iniziative pensate e realizzate al centro chiedendo collaborazione e coinvolgimento nella fase attuativa.

Appare necessario ripensare il futuro in modo più ampiamente condiviso, avviando un processo sistematico di circolazione delle idee e di messa a punto dei progetti che parta dalla totalità dei soci per essere convogliata all'interno. Lo scopo ultimo è quello di aumentare il senso di appartenenza e di riuscire a realizzare progetti innovativi e numerosi, affidati a diversi responsabili motivati e coinvolti lungo tutto il percorso.

Questo nuovo modo di concepire l'Associazione richiederà certamente una visione condivisa degli scopi istituzionali e una grande chiarezza per la scelta delle priorità, ma risponderà soprattutto alle esigenze nuove e più

complesse dei soci, che hanno espresso il loro desiderio di vivere di più e meglio la vita associativa, come parte integrante del loro progetto di vita, verso un'autorealizzazione personale e collettiva. Sarà un percorso delicato che richiederà anche la messa in gioco delle capacità di tutti, un buon lavoro di coordinamento, senso di responsabilità, solidarietà e capacità di lavorare in gruppo.

Con Mauro Vaiani (responsabile del Corso Ciessevi – Nestore) che, parallelamente ad Alberto di Suni, che li accoglie a Nestore, ha un canale privilegiato di comunicazione con i partecipanti ai corsi, è stato avviato un primo incontro per la raccolta e lo scambio di idee con i soci interessati, che abbiamo chiamato informalmente “*Un tè insieme*”. Al primo incontro tenutosi il 13 febbraio, ne è seguito un secondo il 19 marzo, e il terzo si terrà il 21 aprile.

Come ha detto Dante Bellamio, presente al secondo incontro del 19 marzo: “*l'Associazione siete voi*”. Lo avevamo sempre pensato, ma non lo abbiamo ancora realizzato.

## ***Un tè insieme***

### ***Lettera di Mauro Vaiani ai soci presenti all'incontro del 19 marzo***

“**S**ono molto soddisfatto dell'esito di questo primo incontro, ho colto voglia di ‘partecipazione attiva’.

*Mi sembra che gli esiti dell'incontro possano essere raccolti nei seguenti punti:*

- *C'è un desiderio di costruire ‘vita associativa’, ovvero poter disporre di occasioni di incontro nei quali potersi conoscere fra associati, scambiare esperienze sulla comune vicenda del pensionamento, organizzare, attivare a*

*proprio ed altrui beneficio momenti di approfondimento/riflessione sul tema della transizione.*

- *Per molti è sentita la voglia di proseguire il loro cammino sul sentiero dell'autobiografia. Con una bella espressione Dante Bellamio li ha chiamati ‘volontari della memoria’. Mnemon ha significato un inizio che però non ha avuto seguito. E invece si vorrebbe assolutamente andare avanti.*
- *Una parte del gruppo ha espresso invece interesse per il tema del rapporto intergenerazionale, declinato sotto diversi punti di vista, tutti da scoprire e da valutare insieme.*
- *Sono stati anche sottolineati altri temi, sui quali sarebbe opportuno un approfondimento ulteriore sull'interesse dei presenti:*
  - *il poter arrivare a ‘dare sostegno’ a coloro che per diversi motivi incontrano con il pensionamento la depressione, l'ansia;*
  - *offrire un contributo mirato (sia eminentemente informativo quanto ‘consulenziale’) a tutti coloro, che al termine del percorso formativo sentono il bisogno di un ‘accompagnamento’ nel mondo del volontariato.*

*Personalmente, a questo punto sento l'esigenza di un altro incontro dove ognuno di noi possa ritrovarsi in piccolo gruppo con coloro che condividono il suo interesse, per valutare se esiste un terreno comune rispetto al quale poter attivare un gruppo di lavoro che produca output utili sia per il gruppo sia per il resto degli associati.*

*La mia idea è di dividerci per aree di interesse, focalizzare per ogni gruppo un tema/progetto che possa coagulare la partecipazione degli interessati, e concludere tutti insieme per ascoltare i contributi di tutti i sottogruppi per un confronto che possa aiutare a raffinare/rafforzare le proposte.*



*Se riterremo chiusa questa seconda fase di brainstorming, penso ad un terzo incontro dove affronteremo le questioni prettamente organizzative.”*

*Mauro Vaiani*

## ***Un bilancio del Decennale***

**D**el Decennale abbiamo parlato a lungo, fino al Convegno che si è tenuto l'11 dicembre nel Salone degli Affreschi dell'Umanitaria, in una giornata particolarmente fredda e piovosa

È stato comunque un evento da ricordare e una giornata

economiche, formazione professionale, programmazione socio-sanitaria, rapporti con il volontariato, associazioni e terzo settore, politiche familiari e della terza età, servizi sociali).

Dopo l'Assessore è intervenuta la Dr.ssa **Dragana Avramov**, jugoslava di origine, ma vissuta per molti anni a Milano, e attualmente esperta e osservatrice dell'Unione Europea a Bruxelles per i problemi economici e sociali, nonché ricercatrice scientifica per gli stessi temi, che in un italiano quasi perfetto ci ha tenuto la sua relazione sui "Modelli di invecchiamento attivo in Europa: pensionamento e politiche di intervento" aprendoci uno squarcio di conoscenza comparata sui comportamenti e



molto impegnativa, non solo per i relatori, gli organizzatori e le numerose attività realizzate, ma anche per tutti coloro che vi hanno partecipato come pubblico in sala, e si è conclusa verso le 18.00 con l'annuale brindisi natalizio e un piccolo concerto di sassofono suonato da Stefano Chiodini sotto le ampie volte del Salone illuminato. Il nostro Presidente non ha potuto essere presente perché trattenuto a Catania da imprescindibili impegni di ordine legale, ma ci ha mandato una bellissima lettera che è stata letta da Fabrizio Ferrari. Abbiamo poi avuto il piacere della presenza dell'Assessore alla Provincia di Milano, **Ezio Casati** che ha parlato a braccio trasmettendoci un messaggio di grande incoraggiamento e solidarietà in sintonia con il suo gravoso e complesso impegno alla Provincia (il suo Assessorato comprende attività

le attenzioni critiche ai pensionati e agli anziani da parte dei vari paesi europei.

La mattinata si è conclusa con la presentazione corale da parte dei diversi ricercatori, dell'indagine realizzata mediante questionario dall'Associazione sui "Dieci anni di Nestore: risultati e testimonianze dei soci" di cui pubblicheremo un rapporto.

Il pomeriggio è stato impegnato da una interessante e provocatoria tavola rotonda, moderata in modo magistrale da **Carla Facchini**, ordinaria di Sociologia della Famiglia all'Università di Milano-Bicocca e membro del nostro Comitato Scientifico. Il tema centrale era la domanda cruciale del Convegno: la transizione al pensionamento, è un problema o una risorsa?

Ne hanno parlato e discusso fra loro, evidenziando le difficoltà e il lungo cammino ancora da percorrere per

gli anziani in un mondo in transizione e pieno di contraddittorietà : *Bruno Costantini*, sindacalista e Segretario Generale della FERPA a Bruxelles, che ha fatto una esauriente rassegna delle tutele sindacali previste per gli anziani a livello contrattuale e politico nei vari Paesi dell'Unione Europea; *Dante Bellamio* che è intervenuto al posto di Duccio Demetrio, *Francesco Marcaletti*, docente di relazioni industriali all'Università Cattolica del Sacro Cuore a Milano, e *Renzo Scortegagna*, docente di Sociologia dell'Organizzazione all'Università di Padova, che ha fatto riferimento nella sua relazione ad esperienze a lui particolarmente vicine.

Non è possibile qui dare un resoconto di quanto detto e discusso. Sono in preparazione gli Atti del Convegno, cui daremo un'attenzione particolare, malgrado gli infortuni della registrazione e della sbobinatura che ce ne stanno ritardando la pubblicazione.

Né vogliamo trarre alcuna conclusione, perchè non ve ne sono: il Decennale ha concluso dieci anni di vita di Nestore e ha aperto molti interrogativi per il futuro. Siamo grati a tutti coloro che hanno lavorato con noi e che hanno dato a Nestore la loro intelligenza, la loro professionalità, i loro studi e il loro tempo. Di questi contributi e di questo percorso di apprendimento ci auguriamo di essere capaci di fare buon uso: noi o altri dopo di noi.

*Fiorella Nahum*

### **Lettera del Presidente**

**G**entili Signori e Signore, Sig. Ezio Casati Assessore alla Provincia di Milano, relatori, soci, amici e partecipanti tutti, è con vivo rincrescimento che mi vedo costretto a disertare questo incontro molto atteso e lungamente preparato, che rappresenta per me, quale Presidente dell'Associazione Nestore e per l'Associazione tutta, il raggiungimento di un traguardo che nel 1998, pur con l'entusiasmo che ci animava per la nuova avventura che stavamo per intraprendere, andava oltre i nostri orizzonti temporali di previsione.

Sono due le cose che vorrei ricordare:

- Io c'ero, come suona il titolo dell'articolo inserito nell'ultimo numero di Nestore Informa, e avevo come tutti i promotori di allora e i soci fondatori che firmarono l'Atto Costitutivo dell'Associazione, la

piena consapevolezza dell'impegno che ci attendeva unitamente alla speranza di fare qualcosa di nuovo e di utile per la società. Come ho scritto nella testimonianza che mi è stata richiesta: "...ricordo bene quei primi mesi in cui, conclusa la mia esperienza lavorativa, mi trovai corroso da un senso di impotenza, di smarrimento: come se fossi sul ciglio di un burrone, e non avessi alcun modo, nessuna risposta per raggiungere l'altra parte. Per questo, oggi, festeggiare i primi dieci anni dell'Associazione Nestore mi riempie il cuore, perchè in questo gruppo decine e decine di persone hanno ritrovato la loro dimensione, hanno superato l'impasse di sentirsi persone vuote, totalmente inattive, come se per loro la vita mancasse di significato" Quanto detto riflette in pieno il mio di sentire

- La seconda cosa che vorrei ricordare è che nel lungo percorso dei 10 anni trascorsi, più di una volta le difficoltà affrontate e il disagio (economico, di spazio e di risorse) con cui ha lavorato il gruppo che ha portato avanti in modo del tutto volontario le attività dell'Associazione fino ad oggi, mi ha preoccupato circa la continuità del nostro progetto. Rendo pertanto pieno riconoscimento alla tenacia, alla professionalità e alla dedizione con cui i nostri amici hanno lavorato per la realizzazione di un'idea che era sicuramente un'idea forza ma, come tutte le buone idee, se resta un'enunciazione sulla carta ha poche possibilità di incidere per modificare la realtà e lasciare traccia di sé, ma resta una bella utopia.

Il legame tra la Società Umanitaria (della quale sono Presidente), con l'Associazione Nestore, si è fatto nel corso degli anni più stretto e sinergico relativamente alle attività progettate e realizzate da quest'ultima, e da questo ne è derivato certamente un beneficio reciproco.

L'Associazione Nestore è una piccola realtà, ma simbolicamente indicativa di ciò che si può fare assieme quando si lavora con comunità di intenti e con buoni propositi, per una buona idea.

Dieci anni sono un traguardo raggiunto, ma sono soprattutto un punto di partenza per ulteriori avventure da vivere e portare avanti allargando le collaborazioni, le sinergie, l'ascolto ai problemi

Mi risulta che il Ciessevi, che è un grande attore non profit nella realtà sociale milanese e non solo, nonché sponsor dei corsi realizzati dall'Associazione, si stia muovendo oggi decisamente verso progetti di inclu-

sione sociale delle fasce più fragili. Rientrano in queste fasce i pensionati e i pensionandi, oggi, come 10 anni fa, sempre più frequentemente estromessi a forza dal mercato del lavoro, a volte senza pensione e senza tutele e con una lunga vita da vivere davanti a sé.

Mi auguro che la preparazione al pensionamento, l'accompagnamento verso attività sociali e verso attività di volontariato che sono la mission istituzionale dell'Associazione Nestore, potranno essere soggetto attivo di questo grande progetto per il futuro.

Con questo messaggio augurale, rinnovo i miei ringraziamenti a tutti coloro che ci hanno sostenuto e ci sono stati vicini in questi anni, e lascio a Fiorella Nahum, vicepresidente e vera anima dell'Associazione che ha guidato e condotto fin dal 1999, l'incarico di rappresentarmi in questo Convegno.

*Piero Amos Nannini*

## ***Sintesi della ricerca***

### ***Dieci anni di Nestore: risultati e testimonianze dei soci***

Sono stati presentati l'11 dicembre 2008 al Convegno "Andare in pensione: problema o risorsa?", tenutosi nel Salone degli Affreschi della Società Umanitaria, i risultati dello studio "Dieci anni di Nestore: risultati e testimonianze" realizzato in occasione del Decennale dell'Associazione.

Lo studio è stato realizzato, senza alcuna pretesa scientifica, raccogliendo le opinioni dei soci sull'esperienza della transizione al pensionamento, da un lato, e le valutazioni dell'operato dell'Associazione stessa, dall'altro.

La ricerca è stata condotta su un campione di 215 rispondenti, pari al 55% dei soci ed ex soci Nestore, che abbiano o no frequentato i corsi organizzati dall'Associazione.

Dai dati raccolti emerge che gli intervistati, a distanza d'anni dall'uscita dal mercato del lavoro, vivono serenamente e positivamente il proprio pensionamento, con molteplici interessi e una buona consapevolezza del ruolo attivo che possono ancora svolgere in ambito sociale (ad esempio prendendo parte ad attività di volontariato) e nel campo della consulenza.

Il campione che ha partecipato alla ricerca, ridotto e pertanto poco significativo ai fini di una sua rappresen-

tatività della realtà media dei pensionati italiani e milanesi, appartiene prevalentemente alla fascia d'età tra i 60 e 75 anni e per il 60% è costituito da donne.

Di estrazione sociale medio alta, gli intervistati hanno in larga parte un buon livello di scolarità, i laureati e i diplomati sono infatti l'86% del totale ed hanno ricoperto posizioni professionali a livello dirigenziale.

Sono andati in pensione, in genere per ragioni di anzianità lavorativa, prima di aver raggiunto i 60 anni, e quindi sono rappresentativi della figura dell'"anziano attivo" in grado di contribuire positivamente alla società in cui vive, la cui età media si protrae sempre più avanti nel tempo.

Dalle risposte degli intervistati si coglie l'orientamento al futuro di questi pensionati, orientamento che si declina in progettualità sia di ordine personale rivolto ai propri interessi (51%) e ai propri affetti (15%) sia di carattere lavorativo (18%).

A conferma dell'atteggiamento, il principale cambiamento avvertito al momento dell'uscita dal mercato lavorativo è stato nell'organizzazione del tempo (65%); in particolare questo passaggio ha significato recupero di tempo, principalmente per se stessi (86%), e poi per la famiglia e gli affetti (69%). Il cambiamento nella disponibilità economica è stato percepito maggiormente tra gli uomini che, nei primi mesi del pensionamento, se non si sono attivati nel volontariato (25%), hanno concentrato la propria attività in un lavoro remunerato, 20%. Successivamente, con il consolidarsi della condizione di pensionato, l'impegno in attività remunerative perde di importanza e si rafforzano invece l'impegno nel volontariato e negli interessi culturali o hobbies.

Se, per ovvietà, si tralasciano le condizioni soggettive quali la buona salute e la buona situazione economica ed abitativa, sono proprio gli interessi culturali ad avere rappresentato il principale aiuto nella delicata fase della transizione, nel corso della quale, peraltro, il 65% dei rispondenti ha dichiarato di non avere avuto particolari problemi.

Con queste premesse era inevitabile che alla domanda su *che cosa si aspettassero iscrivendosi a Nestore* le risposte si siano concentrate su "un riferimento culturale" (43%) e "l'interesse per le iniziative" (34%), con particolare riferimento ai corsi. Aspettative che non devono essere state disattese, se il 95% del campione ha ritenuto molto o abbastanza utili i corsi proposti da Nestore.

L'interesse principale della ricerca consiste proprio nella peculiarità del campione, che emerge aperto e curioso verso l'esterno e verso attività che possono essere socialmente utili, quali in particolare il volontariato, che è uno degli obiettivi principali perseguiti dall'Associazione con i suoi corsi.

Milano, 11 dicembre 2008

## ***I soci si raccontano***

### ***Testimonianza di Dario Capozzi***

**S**ono andato in pensione al compimento dei 65 anni, nell'aprile del 1999.

Fino al dicembre dello stesso anno, ho continuato a lavorare nella stessa Società come consulente per portare a termine un progetto molto impegnativo.

Ho sempre lavorato con impegno e soddisfazione ed ho accettato il pensionamento senza particolari stati d'animo, ritenendo giusto il compimento di un ciclo importante della mia vita. Non ho voluto continuare con altre consulenze per lasciare ad altri più giovani o bisognosi la possibilità di lavoro è un concetto che ho sempre sostenuto, anche se ha dell'utopia.

Del lavoro, specie di quello dell'ultimo decennio, ho un bellissimo ricordo, ma nessun rimpianto o nostalgia.

Andato in pensione, per prima cosa ho fatto una cosa che desideravo da tempo: prendere la Patente Nautica è stata una piccola cosa, ma mi ha dato il senso del poter disporre del mio tempo, senza condizionamenti. Mi sono dedicato a molte attività di *bricolage*, a frequentare di nuovo amici di un tempo, che per le mie lunghe e frequenti missioni di lavoro, non vedevo da molto. Poi seguo finalmente i concerti al Conservatorio. Ho anche ripreso l'aeromodellismo.

Con i nuovi amici della Lega Navale ho potuto fare, e lo faccio ancora, molte uscite in barca a vela con molta soddisfazione.

Poi è nata Matilde, mia nipote. Per una serie di circostanze, per me fortunate, dal gennaio del 2001 sono diventato il suo baby-sitter, quasi a tempo pieno, facendomi rivivere emozioni e sensazioni provate con i miei figli, ma senza l'interferenza del lavoro che mi impediva di godermeli come avrei voluto. Oggi Matilde ha quasi otto anni, frequenta la terza elementare, ogni giorno diventa

più indipendente e biricchina. Mi è affezionatissima.

Cinque anni dopo, stesso giorno stesso mese, è nata Viola, sua cugina: la mamma di Viola al momento non lavora, ed io faccio il baby-sitter Jolly. Stesse sensazioni ed emozioni, con minore impegno ma molta disponibilità.

In conclusione devo dire che quando lavoravo ho avuto la fortuna di fare lavori che mi piacevano e molto interessanti e che da pensionato ho fatto quello che desideravo fare, cosa che, salute permettendo, vorrei continuare a fare.

A Nestore sono arrivato grazie alla insistenza del mio amicissimo Eduardo, già socio di Nestore, e con il quale ho frequentato il corso di "Orientamento e preparazione al volontariato".

Sono rimasto colpito dalla dedizione e impegno delle persone che si occupano, a vario titolo, della gestione di Nestore e di quello che organizzano malgrado la ristrettezza dei mezzi a disposizione. Circa le prospettive e cosa trovare, non ho ancora idee precise.

### ***Testimonianza di Sandro Sassi***

**U**n amico, fiero sostenitore del prepensionamento, mi disse, una sera a cena, che un manager di successo, dopo avere lavorato per quasi quarant'anni in azienda e per molto tempo in posizioni di responsabilità, doveva pur esser in grado di riorganizzare con successo la propria vita.

Forte di questa asserzione, ma con molti dubbi inespressi riguardo all'applicazione a me stesso di tale principio, mi avviai ad affrontare il mare tempestoso di un probabile prepensionamento.

L'ambiente aziendale, almeno quello italiano, non è propriamente il più favorevole per superare serenamente questa fase difficile di transizione: una volta affrontata la convocazione della Proprietà, paternalisticamente tesa a fare recepire al manager le inderogabili esigenze di riorganizzazione della Società e la bontà delle scelte proposte anche nel Suo interesse, ci si ritrova a meditare con sé stessi.

Misteriosamente in breve tempo il lavoro svanisce, i contatti si diradano, la motivazione scompare.

I Colleghi sono molto solidali e le critiche si sprecano, un po' come dire che le colpe sono del governo, molta commozione ma magra consolazione.

Rifletto su quando ero io a riorganizzare gli altri, forse

con meno paternalismo ma non senza qualche professionalità, visto che molti ex colleghi mi chiamano ancora con amicizia.

Comunque, dovendo fare l' imprenditore di me stesso, ma con l'appoggio prezioso della mia compagna, decido che è meglio non rovinarsi l'esistenza prolungando l'agonia e concordo rapidamente un incentivo decente. Mi rendo conto del salto nel buio, la mia vita lavorativa è giunta molto probabilmente al termine: vero che ero un buon manager, ma oggi che faccio?

Il mio amico consigliava di farsi un programma settimanale meticoloso e di attuarlo in modo ferreo: ho sempre odiato imporre le cose agli altri, figurarsi a me stesso.

E qui, ho sempre pensato che la migliore dote di un buon manager sia la fortuna, nella nebulosità dei miei pensieri penso bene di seguire i suggerimenti della mia compagna: lei questi momenti li aveva già passati.

È Socia Nestore e insiste: sta per iniziare un corso di Preparazione e Orientamento al Volontariato organizzato appunto da Nestore e CSV, perché no?

Mi iscrivo. Il coordinatore mi sembra simpatico, i suoi colleghi di Nestore mi accolgono calorosamente, da programma i docenti provengono da Università, Associazioni, Aziende.

Qualche particolare insignificante attira la mia attenzione. Ero stato ad Anghiari, ricordavo la battaglia e la questione del misterioso affresco di Leonardo, ma fui sorpreso nel vedere che una docente proveniva dalla Libera Università di Anghiari. Sarà la mia preferita.

Atmosfera da primo giorno di scuola, i compagni sono un po' spaesati ed io anche più di loro.

La componente femminile è prevalente e le compagne sembrano senz'altro più vivaci e più attive.

Una in particolare mi colpisce perché, come volontaria, vorrebbe fare il pagliaccio in un ospedale pediatrico, per assistere e confortare i bambini ammalati.

Qualche altra ha già fatto esperienze di volontariato.

Mi rendo subito conto che l'esperienza aziendale qui non conta nulla, e tanto meno il mio pregiato curriculum, ma sorprendentemente provo un senso di sollievo. Si riparte da capo.

Nasce spontaneo un certo spirito di gruppo, ci si scambia qualche informazione sulle proprie esperienze passate ma soprattutto si guarda al futuro.

Il corso invita a riflettere, ci si interroga, emergono valori sopiti, si immaginano nuove scelte, non solo per il

volontariato, ci si confronta con persone e idee nuove, esperienze e culture diverse, si impara a chiedere.

È un primo passo. Poi, con un po' di fortuna, si imbocca qualche nuova strada.

Oggi, a quasi tre anni da quel giorno, non mi sento proprio "pensionato".

Sono abbastanza impegnato tra attività di volontariato, la partecipazione ad alcuni corsi in Humaniter ed interessi vari. Un mio ex-cliente mi ha anche proposto una consulenza saltuaria che ho accettato di buon grado.

Inaspettatamente le mie esperienze lavorative servono moltissimo nelle mie nuove attività volontarie, un uso rinnovato delle vecchie risorse.

E il curriculum? Con alcuni amici di AISTP e di Sodalitas insegno a giovani allievi, che dalla scuola si affacciano al mondo del lavoro, anche qualche trucchetto per fare i primi passi in Impresa e, chissà, per diventare poi buoni manager.

Questo, più o meno, è stato il mio percorso nella transizione dal lavoro al pensionamento.

Quest'ultimo termine non mi piace proprio. Andrebbe radicalmente cambiato.

*Pensionato, der Pensionierte, пенсионер, συνταξιούχος, retired, retraité*, per non parlare dello spagnolo "jubilado", sono tutti termini che hanno assunto connotati più o meno negativi.

E se con gli amici di Nestore organizzassimo un brainstorming per inventarci un'espressione più positiva che recepisca le potenzialità e le nuove realtà delle Pantere Grigie?

Poi una riflessione sulla carenza di attenzione al problema del pensionamento da parte del mondo del lavoro. I corsi e le attività di Nestore sulla transizione dal lavoro al pensionamento potrebbero essere proposti alle aziende per i dipendenti al termine della carriera. Meglio prevenire gli eventuali rischi di un salto nel buio.

E infine un grazie a Nestore anche per le attività culturali dell'Associazione, uno stimolo atteso sempre molto gradito.

### ***Il corso Nestore - Ciessevi è iniziato***

“**C**ome posso uscire da questo stato di disagio che provo da quando ho lasciato il lavoro?” “Il volontariato può essere una soluzione per affrontare il periodo del pensionamento?” “Posso approfondire il concetto di vo-

*lontariato, operando già nel sociale?” “La socializzazione, attraverso un percorso comune, può aiutarmi a vedere più chiaro dentro di me?” “Posso usare meglio e in maniera più consapevole il tempo da dedicare agli altri?”*

Sono tutte domande che i potenziali soci di Nestore si pongono cercando una risposta e un riferimento nell'Associazione.

Lunedì 16 marzo è partito il corso sponsorizzato da Ciesevi “Orientamento e preparazione ad attività di volontariato per pensionandi e pensionati” (undicesima edizione, la prima è stata quella del 2000) articolato in 14 incontri, lunedì e giovedì mattina, nelle aule dell'Umanitaria.

Dopo quattro sessioni il parere dei docenti (Vaiani, Bellamio, Tognetti, Freddo) è positivo. Il numero dei partecipanti è rilevante: intorno ai 25, metà uomini e metà donne.

Si tratta di un gruppo effervescente e impegnativo, disomogeneo per età (da meno di 60 anni a più di 80), per evento pensionistico (per alcuni fresco di 20 giorni, per altri passato da anni), per stabilità emotiva (alcuni si sentono persi nella nuova condizione, altri sono desiderosi di “fare”, inventare e inventarsi).

D'altra parte, l'omogeneità riguarda il livello scolastico: tre diplomati e gli altri laureati. La gran parte sono ex dirigenti e piccoli imprenditori. Per molti la transizione è stata un momento “tranquillo”: hanno scelto loro il momento del pensionamento; alcuni hanno già al loro attivo esperienze di volontariato.

Il gruppo è ricco, anche di diversità, che va accolta come dato di partenza accettando che qualcuno si lamenti che si vada troppo piano, e qualcun altro che invece apprezzi la lentezza del cammino.

I docenti insistono sul fatto che “come gruppo” si deve inevitabilmente imparare a trovare punti di incontro, modalità di confronto, e che, come nelle attività di volontariato, l'ascolto dell'altro, la pazienza e la disponibilità rappresentano capacità/caratteristiche indispensabili.

*Alberto di Suni*

## ***Un nuovo percorso di narrazione autobiografica in autunno***

Care e cari soci dell'Associazione Nestore, Ca partire dal prossimo autunno, avrà inizio un nuovo laboratorio di narrazione (auto)biografica, da me sempre condotto, così come l'ormai consolidato “*Mnemon*”, rivolto ai “*custodi*” della memoria, che ha da poco concluso la settima e ultima edizione.

Il percorso si articolerà in sei incontri totali, in cui verrà sperimentato, attraverso l'evocazione dei ricordi e delle memorie individuali e collettive, il valore (auto)formativo della scrittura come strumento di consapevolezza e autoriflessività.

La proposta è quella di offrire uno “*spazio*” in cui chiunque, possa fermarsi a riflettere sulla propria vita attraverso il racconto di sé; uno spazio che nasce dall'incontro tra una disponibilità all'ascolto di sé e dell'altro, e un bisogno di scrivere, per ritrovarsi. Per sottrarre alla dispersione e all'oblio ricordi ed esperienze preziose, per trasmettere ad altri il valore di ogni storia, gli intrecci tra le storie individuali, le vicende locali e comunitarie, e la grande storia.

*Chi narra* trova il valore del racconto: la scrittura di sé diviene un motivo per chiedersi il senso dell'essere e dell'esserci e per iniziare un capitolo nuovo, per riflettere e lasciare traccia di sé. *Chi ascolta* trova la volontà di lasciarsi interrogare dalla (auto)biografia che ha di fronte: l'ascolto dell'altro consente un'analisi retrospettiva ed introspettiva dei propri vissuti che, a sua volta, incentiva l'attenzione all'ascolto dei vissuti altrui.

Mi rivolgo quindi a voi che percepite il bisogno di raccontarvi e condividere la vostra storia di vita, poiché “*la morte*” – come ci ricorda Gabriel García Marquez, “*non arriva con la vecchiaia, ma con la dimenticanza*”.

*Stefania Freddo*

*Università di Milano-Bicocca*

## ***L'Osservatorio Permanente della Qualità della Vita***

L'11 marzo 2009 Roberto Camagni, Presidente del Comitato Tecnico di MeglioMilano ha presentato per l'Associazione Nestore, in collaborazione con AL-DAI, la XVIII edizione dell'Osservatorio permanente

della Qualità della Vita a Milano.

L'intervento del professor Camagni ha evidenziato come l'attenzione della Comunità Europea sia volta agli aspetti culturali e politici delle città. Le sfide che ogni città europea dovrà affrontare sono legate a *competitività, sostenibilità e vivibilità* attraverso una riflessione sui nuovi modelli di governance urbana che passi attraverso la coesione sociale.

Per descrivere Milano nei suoi aspetti internazionali Camagni ha esposto anche i risultati del *Rapporto sullo stato delle città europee - Audit Urbano* – che confronta Milano con 250 città europee.

I punti di forza sono un reddito pro-capite elevato; un tasso di disoccupazione fra i più bassi d'Europa; una buona condizione del trasporto pubblico.

I punti di debolezza sono una media posizione per il numero di persone con una formazione elevata e per la raccolta differenziata di rifiuti solidi (3° quintile); un'alta densità di popolazione e di tempo medio per recarsi al lavoro, nel 1° quintile in entrambi gli indicatori; un'alta presenza di smog estivo, nel più elevato quintile; una bassa quantità di spazi aperti cui la popolazione può accedere, nel 4° quintile.

Mentre per descrivere la città rispetto alle altre città italiane si è avvalso del *Rapporto sull'Ecosistema Urbano 2008 - Legambiente e IlSole24ore*, nel quale si conferma una eccellenza di Milano nell'offerta di trasporto pubblico, ma complessivamente la posizione della città è bassa: 58° su 103 capoluoghi di provincia, superata di poco da Roma ma di molte lunghezze da Genova (13°) e Bologna (23°).

Alcuni record negativi permangono inalterati:

- 79° su 84 capoluoghi per il biossido di azoto,
- 75° su 80 per la media annua delle polveri sottili,
- 38° su 73 per l'ozono,
- 38° su 63 per il benzene,
- 97° su 101 per la presenza di nitrati nell'acqua potabile.

Camagni ha inoltre sottolineato come il giudizio dei manager delle grandi imprese sulle città europee non sia migliore rispetto al passato e anzi Milano non viene vista come una città che sta operando per migliorare la sua attrattività.

L'intervento si è concluso con l'analisi dei dati dell'Osservatorio di MeglioMilano.

L'indicatore generale prosegue anche nel 2007 il suo trend storico di segno positivo, interrotto solo in due

anni passati, anni di crisi generale, il 2001 e 2003. All'interno si manifestano comunque alcune rilevanti diversità di andamento e alcune importanti inversioni di tendenza.

La più rilevante inversione di tendenza riguarda la *macro-area dell'economia*: già dagli indicatori per il 2006 si notano i primi segni della crisi che attualmente colpisce il paese e globalmente l'economia di tutti i paesi. Diminuisce infatti l'*indicatore di benessere economico* che era uno dei punti di forza della città e che, con l'eccezione del 2003, aveva continuamente mostrato una tendenza positiva a partire dal 1995; e diminuisce anche l'*indicatore dei servizi del terziario*, un indicatore in passato meno stabile ma comunque orientato in senso positivo nel lungo periodo. Un messaggio simile è contenuto nell'*indicatore delle abitazioni*, i cui prezzi mostrano una tendenza alla riduzione. Gli *indicatori del lavoro e della popolazione*, che includiamo nella macro-area economica, mostrano, al contrario, un segno ancora positivo.

Una seconda inversione di tendenza, questa volta di segno positivo, è mostrata dalla *macro-area della qualità ambientale*. Gli *indicatori di mobilità, ambiente e salute*, negativi l'anno passato, mostrano una tendenza positiva, anche se si tratta di indicatori che, nel medio periodo recente, mostrano una sostanziale stabilità (il che significa, dati i livelli non soddisfacenti relativamente ad altre città, italiane e straniere, una condizione che permane critica). L'ultimo *indicatore della macro-area, quello della sicurezza*, mostra solo un leggero decremento.

Nelle *macro-aree della qualità civile e della qualità sociale*, i risultati sono complessivamente positivi, anche se colpisce l'inversione di tendenza dell'indicatore dell'istruzione, dopo un lungo periodo di crescita, a partire dal 1999.

Al termine dell'intervento del professor Camagni si è aperto un interessante dibattito sul futuro della città e sulle scelte di governance attuate e attuabili a Milano.

Il professor Camagni ha esposto con chiarezza quali vie sarebbero percorribili per migliorare la dotazione dei servizi della città, anche attraverso un incremento degli oneri di urbanizzazione sostenuti dai costruttori. Infatti, scopo degli oneri di urbanizzazione è quello di permettere ai Comuni di raccogliere risorse sia per realizzare le opere infrastrutturali sia per lo sviluppo di nuovi servizi e per il miglioramento di quelli esistenti.

Rispetto alle altre città europee Milano, e l'Italia in

generale, ha i più bassi oneri di urbanizzazione; questi però non si riflettono in un minor costo per l'acquirente ma esclusivamente in un vantaggio economico per il costruttore. L'incremento degli oneri di urbanizzazione si tradurrebbe in un vantaggio per l'intera comunità e potrebbe limitare le attività esclusivamente speculative.

*Eugenia Bernabei*

*Responsabile di progetto, MeglioMilano*

La pubblicazione della XVII edizione dell'Osservatorio Permanente della Qualità della Vita a Milano si trova sul sito: [http://www.meglio.milano.it/studi\\_osservatorio.htm](http://www.meglio.milano.it/studi_osservatorio.htm)

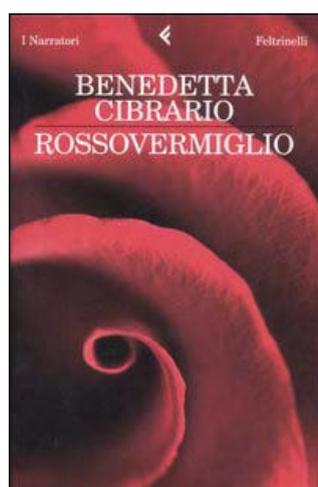
## *Un libro al mese nel 2009*

**G**li incontri letterari inizieranno in aprile. Abbiamo infatti ritenuto che fosse importante incontrarsi a febbraio con "Un tè insieme" e poi in marzo ascoltare la relazione del Prof. Roberto Camagni sulla "Qualità della vita a Milano".

Tuttavia desidero anticiparvi gli incontri che si susseguiranno fino a luglio.

**2** aprile : Benedetta Cibrario, vincitrice del premio Campiello XLVI edizione 2008 – opera prima – ci presenterà il suo libro "Rossovermiglio".

Siamo nella Torino del 1922 dove l'eleganza e il rigore dell'aristocrazia piemontese inchiodano una giovane donna all'infelicità. Saprà tuttavia riscattarsi scegliendo

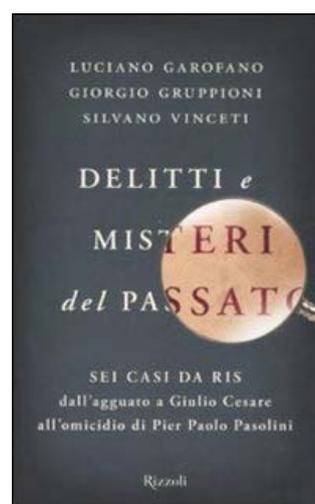


di trasferirsi, sola, in Toscana in una proprietà abbandonata. Assiste alla bufera della seconda guerra mondiale, alla caduta del fascismo e alla rinascita dell'Italia che coincide con la modernizzazione dell'azienda vinicola

che produce il "rossovermiglio", un vino di successo. È un libro interessante, che ci porta a conoscere un periodo complesso e ricco di avvenimenti.

**14** maggio: "Delitti e misteri del passato. Sei casi da RIS dall'agguato a Giulio Cesare all'omicidio di Pier Paolo Pasolini."

I grandi casi giudiziari del passato "cold case" (casi irrisolti) vengono esaminati in modo approfondito per scoprire attraverso indagini particolari la ragione del de-

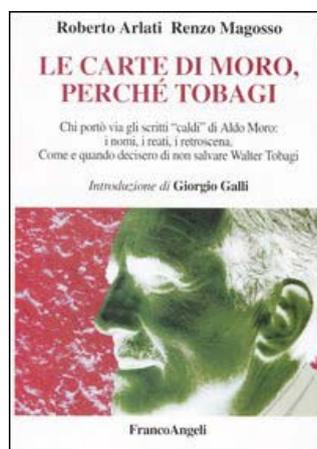


cesso del personaggio preso in esame. Gli autori mostrano come si conduce un'indagine, come si raccolgono gli indizi e le prove, come vengono studiati i reperti, ecc. Conosceremo il Colonnello Luciano Garofano, uno dei più famosi investigatori italiani, direttore del RIS (Reparto Investigazioni Scientifiche) di Parma, l'antropologo Giorgio Gruppioni e lo storico scrittore Silvano Vinceti. A questi famosi personaggi dobbiamo questo fantastico saggio storico che si legge tutto d'un fiato come un thriller.

**4** giugno: "Le carte di Moro, perchè Tobagi"

È passato molto tempo, "forse" è venuto il momento di conoscere i fatti avvenuti durante il rapimento di Moro, la sua prigionia fino all'uccisione, che sono stati taciuti dagli organi di stampa. Questo libro racconta come sono state prese e sottratte le carte di Moro, con le rivelazioni più scottanti fatte dallo statista democristiano nei 55 giorni della prigionia. I nomi dei responsabili sono gran parte gli stessi che sapevano in largo anticipo che avrebbero ammazzato Tobagi e decisero di non intervenire.

A svelare come sono andate le cose è l'ex capitano dei carabinieri Roberto Arlati. Questa testimonianza spalanca retroscena inediti su vicende che rappresentano



ferite ancora aperte in Italia. La cronaca dei fatti, raccontata in "presa diretta" dal giornalista scrittore Renzo Magosso, consente risposte chiare a chi ha vissuto quell'epoca. Ma è anche uno strumento di conoscenza per i più giovani.

**2** luglio: "Benessere, yoga, alimentazione": abbiamo in programma un'iniziativa diversa dalle solite, che metta in evidenza come l'attività fisica, l'alimentazione equilibrata e l'attività intellettuale portano a stare bene con se stessi e con gli altri. Un incontro che ci darà consigli per vivere meglio ed essere in forma, possibilmente da concludere con una cena tutti assieme.

Poi tutti in vacanza!

Gli incontri del secondo semestre non sono ancora definiti. Vi faremo conoscere i dettagli al più presto.

*Jenny Barbieri*

## **Notizie in breve**

### **Progetto Seneca "Capelli bianchi: storie sul palco"**

**D**i grande interesse per i soci Nestore è l'accordo di collaborazione che lo scorso mese di febbraio l'Associazione Nestore ha sottoscritto con l'Associazione Seneca relativamente ad un progetto di inclusione sociale rivolto ad anziani fragili, dalla denominazione accattivante "Capelli bianchi: storie sul palco".

Si tratta di una serie di attività svolte all'interno di un Laboratorio Teatrale, scelto come strumento privilegiato per riacquisire la fiducia in se stessi, contrastare la solitudine, risvegliare la creatività sopita e il confronto con la comunità. Questo spazio è inteso sia come luogo in cui gli anziani si ritroveranno mettendosi in gioco, sia come luogo di potenziamento della rete di relazioni, stimolo dell'immaginario e scoperta di una nuova identità.

Il lavoro teatrale aiuterà ad evidenziare le attitudini personali e le qualità inesprese, e ognuno potrà ritagliarsi il proprio ruolo anche per l'allestimento della rappresentazione (coinvolgimento come costumisti, scenografi, truccatori, ecc.).

Altro aspetto significativo del progetto è l'incontro e lo scambio intergenerazionale tra giovani e anziani che consentirà di valorizzare, recuperare e documentare, sia significativi frammenti di memoria, che eventuale produzione letteraria e poetica degli anziani.

L'Associazione Seneca, uno dei partner sistematici di Nestore per il Corso Ciessevi, è impegnata da dieci anni nell'attività di sostegno e assistenza domiciliare svolta da volontari qualificati e operatori socio sanitari a favore degli anziani più soli e bisognosi.

*Chiediamo a tutti i soci che fossero interessati, di volersi mettere in contatto con noi per avere ulteriori e più analitiche informazioni su questo progetto.*

### ***I "nestorini" fanno volontariato***

**Lea Miniutti.** Fa parte attiva dell'Associazione Culturale Onlus LE GRIOTS. Un gruppo di donne che ha attraversato l'esperienza del cancro, ora ne parla, mediante la rappresentazione teatrale, per testimoniare che una malattia così dura si può superare. L'unico modo per reagire sembra quello di ricostruire il senso di sé nella nuova condizione di vita imposta dalla malattia. Questa ricerca ha permesso loro di incontrarsi e di condividere un tratto di cammino grazie ad un percorso di scrittura autobiografica rivolto ai pazienti oncologici. Le stesse autrici sono diventate "attrici" e la loro voce si è fatta corale per divulgare un messaggio d'amore e di speranza. Realizzano anche incontri intitolati "prendersi cura di sé: percorsi di educazione terapeutica".

**Adriana Grigolo.** È volontaria presso l'Associazione ALE G di Lomagna (Lecco), che si occupa dell'integrazione delle famiglie straniere, anche promuovendo dei

corsi di lingua italiana, di cui è insegnante.

Fa parte anche dell'Associazione "CRINALI - Donne per un mondo nuovo", per la quale ha scritto un dossier sul "Corso Annuale di Formazione in Clinica Transculturale" sul Tema: Donne e madri nella migrazione. La mia esperienza di volontaria.

E infine è volontaria presso la "Fondazione L'ALIANTE onlus" che si occupa di sostegno all'integrazione, come processo di reciproco scambio e conoscenza tra gli adolescenti, le loro famiglie e la società italiana.

**Dino Feroldi.** Offre il proprio volontariato all'Associazione SENECA, che dà assistenza domiciliare gratuita ad anziani indigenti residenti a Milano, opera per lenire la solitudine e dare aiuto in particolari situazioni di necessità, allo scopo di migliorare la qualità di vita degli anziani e favorirne il recupero con attività di gruppo.

**Paola Fois e Eduardo Squillace.** Sono diventati "Mentore" del "Programma MONITORE – un adulto per amico". Il programma vuole combattere l'abbandono scolastico nelle scuole milanesi, con lo scopo di recuperare i ragazzi che mostrano qualche difficoltà di inserimento in ambiente scolastico. Questo metodo si propone di instaurare un rapporto di amicizia tra un adulto, il mentore appunto, ed un fanciullo in difficoltà.

**Mariella Modica e Adriano Persich.** Sono volontari presso l'Associazione Volontari per la salute mentale "Progetto ITACA". L'intento è di attivare iniziative e progetti di prevenzione, solidarietà ed assistenza, rivolti a persone affette da disturbi della salute mentale e di sostegno alle loro famiglie. Gli obiettivi sono: l'informazione e la prevenzione, la sensibilizzazione dell'opinione pubblica, il sostegno dei pazienti e delle loro famiglie durante la cura, lo studio e la realizzazione di progetti finalizzati alla riabilitazione e la tutela dei diritti.

### ***Forum Ciessevi: "Europa al centro"***

**I**l Ciessevi, sempre attento ad anticipare le tendenze in atto nel mondo del volontariato, ha organizzato il 3 marzo 2009 un importante appuntamento: un incontro sul tema "Europa al centro" rivolto a tutte le associazioni di volontariato di Milano e provincia.

L'importanza che riveste il volontariato quale soggetto portatore di uno dei valori fondanti dell'Unione Europea, ovvero la solidarietà, emerge in molti recenti documenti comunitari. Nella Relazione del Parlamen-

to Europeo del 22 aprile 2008, infatti, il volontariato viene definito come "un'importante forza che alimenta la società civile e rafforza la solidarietà – uno dei valori fondamentali dell'Unione Europea – ed è anche una componente essenziale a sostegno dei programmi comunitari di sviluppo".

Il Parlamento Europeo, inoltre, ha formalmente adottato una dichiarazione che invita la Commissione europea, con il sostegno di tutte le istituzioni europee, a proclamare il 2011 "Anno europeo del volontariato".

Il Forum è stata un'occasione per riflettere sul senso e significato della cittadinanza attiva europea, per offrire una panoramica generale rispetto alle opportunità di finanziamento e alle iniziative di scambio e mobilità all'interno dei paesi europei.

### ***"Prendi in casa uno studente"***

**L'**Associazione per migliorare la qualità della vita della città – MeglioMilano - in collaborazione con la Provincia di Milano inaugura il sesto anno di attività del progetto di accoglienza "Prendi in casa uno studente", che ha avuto un grande successo.

In che cosa consiste? L'iniziativa permette agli anziani autosufficienti, con una stanza in più, di vivere in buona compagnia e di ospitare uno studente universitario proposto e selezionato da MeglioMilano. Perché conviene? Perché si gode di buona compagnia, di avere un piccolo aiuto in casa, di ricevere un contributo economico dalla Provincia per migliorare l'abitazione ed infine di avere gratis l'allacciamento a Internet.

### ***Nestore su Sky TV***

Il 31 marzo 2009 l'Associazione Nestore è stata intervistata sulla rete satellitare Sky TV SAT 2000 nel corso di un Talk Show dedicato a quel delicato momento della vita delle persone, l'*andare in pensione*, momento che talvolta apre un vuoto enorme e una grande solitudine nella vita degli individui. La trasmissione, intitolata "Formato famiglia" è andata in onda sul canale 801 di Sky giovedì 2 aprile alle 12.05 e alle 24.05, e venerdì 3 aprile alle 7.05. Testimoni per Nestore sono state la nostra socia Ambra Zara e Fiorella Nahum, che hanno partecipato al Talk Show "I volti della Solitudine".

## I "Martedì dell'Umanitaria"

Proseguono gli incontri con personalità della cultura, della scienza, dell'arte e del giornalismo

I prossimi sono (ore 18.00):

- 31 marzo Carlo SINI: L'Europa e il futuro della cultura planetaria, presenta Morris L. Ghezzi
- 26 maggio Marco POLITI: La chiesa del no. Indagine sugli italiani e la libertà di coscienza. Saranno presenti: Vito Mancuso, Edoardo Boncinelli, Laura Boella

## I "Concerti dell'Umanitaria" - Ideali e Idoli

Prosegue la XXIV Stagione di Concerti della Società Umanitaria, aperta gratuitamente ai soci (ore 17.00):

- 10 maggio Marco Grilli, pianoforte, *musiche di Schubert, Schumann*
- 24 maggio Sara Moretti, sassofono; Michele Bravin, pianoforte, *musiche di Milhaud, Piazzolla, Desenclos, Bozza, Chailleux, Ibert*
- 7 giugno Nathanael Gouin, pianoforte, musiche da definire

### Contributo 5 per mille

Ricordiamo a tutti che anche quest'anno l'Associazione Nestore è stata inserita nell'elenco delle organizzazioni non profit che possono beneficiare della quota del 5 per mille dell'IRPEF da parte di tutti i contribuenti.

La contribuzione del 5 per mille a nostro favore non ha alcun costo ed è molto semplice: basta apporre la propria firma nell'apposito riquadro riservato alle organizzazioni non lucrative di utilità sociale nei modelli di dichiarazione CUD, 730 e Unico.

Nel medesimo riquadro va inserito il codice fiscale dell'organizzazione che si desidera sostenere che, nel caso dell'Associazione Nestore è il seguente: 97214520153.

Contiamo sulla vostra sensibilità, sul vostro senso di appartenenza e sul vostro impegno per rispondere al nostro appello, aiutandoci anche a diffondere queste informazioni a quante più persone possibile.

Fiorella Nahum  
(Vicepresidente)

### Cercasi segretario/a

Cari soci,

Facciamo un appello particolare a tutti per chiedere aiuto e collaborazione.

L'Associazione sta crescendo e noi, lo zoccolo duro dei volontari attivi e operativi, dopo 10 anni a Nestore, stiamo invecchiando. L'attività dell'Associazione richiede nuove forze, nuove intelligenze e nuovo lavoro.

Cerchiamo un/una volontario/a per la gestione segreteria Nestore che possa dedicare 4 mezza giornate la settimana a:

- organizzazione dell'ufficio
- coordinamento interno tra i componenti il gruppo operativo responsabili dei progetti
- archivio e riordino dei files
- telefonate e trasmissione di informazioni
- comunicazioni per e-mail
- spedizioni di lettere e materiali
- tutto quanto fa parte della normale gestione di un ufficio.

Non possiamo assumere, ma siamo pronti a corrispondere un rimborso spese forfettario mensile, da concordare compatibilmente con la natura non-profit dell'Associazione.

Invitiamo qualsiasi socio che potesse disporre di questo tempo e avesse interesse ad aiutarci, a telefonarci o a mandarci una e-mail raccontandoci le sue esperienze e competenze.

Grazie mille per la collaborazione.

### Quote associative 200

Soci individuali	Euro	35,00
Soci collettivi	Euro	150,00
Soci collettivi sostenitori	Euro	500,00

Coordinate bancarie dell'Associazione Nestore:

Banca Popolare di Milano - Ag.21  
corso di P.ta Vittoria 28, Milano  
IT 39 M 05584 01621 000000042676

### Redazione

Via Daverio 7 - 20122 Milano  
Tel. 02/57968324 - Fax. 02/5511846  
sito Web: [www.associazioni.milano.it/nestore](http://www.associazioni.milano.it/nestore)  
e-mail: [associazionenestore@virgilio.it](mailto:associazionenestore@virgilio.it)