



ANNO XX - N.1  
GIUGNO 2010  
DIREZIONE E REDAZIONE  
Via Milano, 3  
20093 Cologno Monzese - MI  
telefono e fax 02/253.88.08  
C. F. 94508630152  
c/c postale n.° 28241206

TIRATURA 19.000 copie  
Periodico Semestrale  
non in vendita

# AIOFA



## NO TI ZIA RIO

Associazione Colognese Famiglie Anziani  
ORGANIZZAZIONE DI VOLONTARIATO  
NON LUCRATIVA DI UTILITÀ SOCIALE - ONLUS

Iscrizione nel Registro Regionale Persone Giuridiche Private con D.P.G.R. N. 019348 del 19/12/2005 - Registro del volontariato Decr. N. 50348 del 1/1/1994

Poste Italiane s.p.a. - Spediz. in Abb. Postale  
DL 353/2003 conv. in L. 27/02/2004 n° 46  
art. 7 comma 2, DC8MI

Direttore Responsabile  
Giuseppe Antonio MILAN  
Cologno Monzese

Autorizzazione  
Tribunale di Monza  
n.565 del 20/12/86

Fotocomposizione  
Mediaprint s. r. l.  
Milano

Stampa  
Mediaprint s. r. l.  
Milano

# SEMPRE I SOLITI .....

Il mio primo editoriale potrà sembrarvi un po' aggressivo ma, in una situazione congiun-

ta ha voluto incrementare il peso delle spese sanitarie del servizio pubblico a carico dell'utente

lecito avessero diritto.

Tutto ciò costituisce uno degli effetti diabolici dell'attuale sistema, fondamentalmente basato sulla diffusione di modelli culturali fortemente egoistici ed egocentrici, sempre più vuoti in termini di valori. Per citare Albert Einstein: "Bisognerebbe evitare di predicare ai giovani il successo nella solita forma come lo scopo principale nella vita. Il motivo più importante per lavorare a scuola e nella vita è il piacere nel lavoro, piacere nel suo risultato, e la consapevolezza del valore del risultato per la comunità".

Perché in fondo la maggior parte delle miserie del genere umano sono causate da valutazioni sbagliate che esso ha fatto del valore delle cose.

*Giuseppe MILAN*

naturale di crisi, sia economica che di valori, certe decisioni che finiscono con il fiaccare la già precaria situazione con la quale ci troviamo ogni giorno a fare i conti, mi spinge a dire ..... un grazie.

Un grazie a chi, con le sue decisioni, ha ulteriormente indebolito le già precarie casse delle associazioni di volontariato no profit, come ad esempio la nostra, eliminando anche le agevolazioni sulle tariffe postali che ci consentivano di contenere le spese di distribuzione dei nostri bollettini informativi.

Ma allo stesso modo, un pungente grazie va anche a chi

favorendo indirettamente, ancora una volta, il lato "privato" ma, soprattutto, ostacolando l'accesso delle fasce meno abbienti a servizi cui sarebbe

Vivere Meglio  
Pag. 2

C. R. S.  
Pag. 3 - 4

Invalidità  
Pag. 5

Assemblea  
Pag. 7 - 8

Corsi Accad.  
Pag. 9

Consegna Att.  
Pag. 10



# PER VIVERE MEGLIO E PIU' A LUNGO

Uno studio presentato ad un recente congresso della Società Italiana di Gerontologia e Geriatria ha dimostrato scientificamente che basta mangiare meno per prevenire o ridurre molte delle disabilità che dete-

riorano la vita nella tarda età. Sono stati studiati continuamente, dal 1998, 1.200 anziani viventi in due paesini del Chianti fiorentino.



Indagando le patologie concomitanti e le abitudini di vita e misurando il grado di disabilità funzionale nella cura di sé e nelle varie attività quotidiane, è risultato che chi mangia di meno finisce col soffrire meno delle difficoltà e limitazioni correlate alla decadenza della validità. Precisamente, per ogni 100 calorie introdotte in più, è cresciuta del 10 per cento la probabilità di nuove disabilità funzionali nel giro di 3 anni.

D'altra parte, sentiamo e leggiamo enfatiche affermazioni circa la predestinazione genetica dell'uomo a una vita tendenzialmente prossima ai

120 anni. Perciò, ci si domanda: come contrastare le caratteristiche individuali, geneticamente determinate, che producono le malattie degenerative, le disabilità, la morte anzitempo? E' convinzione diffusa tra

gli studiosi che i geni condizionano per circa il 30 per cento la possibile durata della nostra vita. Il resto dipende dallo stile di vita. Fare attività fisica regolare e mangiare poco, scegliendo cibi sani ed equilibrati, certamente aiuta a mantenerci sani ed efficienti più a lungo.

La realtà sociale ormai più o meno diffusa in tutto il mondo sviluppato evidenzia un discostamento dai principi di salute anzidetti, pur ben dimostrati scientificamente. Infatti, il sovrappeso, l'obesità, la sedentarietà, il fumo del tabacco, ecc. non sono in regressione. Invero, molti soggetti mostrano di non avere difficoltà nel controllare la propria alimentazione sul lavoro o quando sono impegnati in qualche attività, mentre la voglia di mangiare qualcosa (di troppo) inter-

viene e viene soddisfatta nei momenti di riposo, di svago sedentario e di ozio.

Pertanto, per le persone consapevoli e ben intenzionate a preservare la propria salute e validità può essere di aiuto, tanto più se in pensione o libere da impegni assillanti, programmare attività, utili o piacevoli che siano, comunque che impegnino attivamente e siano incompatibili con il mangiare o difficili da attuare durante l'assunzione di cibo. A tal fine, ad esempio, il guardare la televisione non è una buona occupazione.

L'ideale sarebbe praticare attività sportive o energeticamente dispendiose ma, per gli anziani, è sufficiente e meglio impegnare il tempo libero in attività piacevoli (come passeggiare di buon passo, andare in bicicletta su percorsi protetti, dedicarsi al giardino o all'orto, alle piccole manutenzioni domestiche non pericolose, ecc.).

L'esercizio fisico praticato razionalmente e con continuità, oltre alla riduzione o contenimento del peso corporeo, apporta nel tempo molti adattamenti fisiologici benefici.

Ne traggono giovamento l'apparato locomotore, con l'aumento o persistenza del tono e della massa muscolare (per una migliorata sintesi proteica) per il miglioramento della qualità del tessuto tendineo (per l'aumento della idratazione, del collagene e della quota glicoproteica) e con il miglioramento anche del metabolismo delle ossa e delle cartilagini (metabolismo del calcio, con tenuta della densità ossea e della resisegue a pag. 4

## Sei sicuro di conoscere la tua CRS ?

# CARTA REGIONALE dei SERVIZI

**S**ai quante cose può fare per te questo **strumento innovativo** che Regione Lombardia ha messo a tua disposizione? Nel suo sito trovi **tutte le informazioni che ti sono utili per utilizzare al meglio la tua CRS**: che cos'è, che cosa contiene, come averla, come utilizzarla, quando e dove è necessaria, quali sono i numerosi vantaggi che offre. Trovi anche, da scaricare gratuitamente, il software che ti permetterà di sfruttarne al massimo le potenzialità.

La CRS ti serve nella vita di tutti i giorni come **Tessera Sanitaria, Tessera Europea di Assicurazione Malattia e Codice Fiscale**.



Grazie ai dati identificativi che contiene e alla sua **funzione di Carta Nazionale dei Servizi** è lo strumento più facile e sicuro che hai a disposizione per usufruire dei servizi erogati in rete dalla Pubblica Amministrazione. Garantisce, nel rispetto della **privacy**, il **riconoscimento della tua identità** e ti permette di **firmare elettronicamente** i documenti e le richieste che vorrai inviare alla Pubblica Amministrazione. Accedendo in internet con la

CRS potrai infatti utilizzare i servizi che richiedono l'autenticazione, come la richiesta di un certificato, l'iscrizione a un corso on line, il pagamento dei tributi o la visualizzazione del tuo **Fascicolo Sanitario Elettronico**, e tutti quelli in fase di realizzazione e che saranno presto attivi.

Sono infatti **in costante aumento i servizi online** che prevedono la CRS, la **tua Carta sicura e comoda da usare**: non più tanti codici da memorizzare, login e password, ma un unico strumento che contiene tutto ciò che occorre per interagire in sicurezza.

Nel sito della Regione Lombardia trovi gli aggiornamenti e le news per essere sempre informato sui nuovi servizi a disposizione e sulle nuove opportunità offerte. Per ricevere direttamente queste informazioni nella tua casella di posta, puoi iscriverti alla **Newsletter**.

La CRS è la tua Tessera Sanitaria, ti serve quando ti rechi dal **medico** o in **ambulatorio** ed è indispensabile per **prenotare gli esami o le visite in ospedale**, all'**ASL**, o anche in **farmacia**. E' quindi buona abitudine portarla sempre con te. Se viaggi nei paesi dell'Unione Europea e in Norvegia, Islanda, Liechtenstein e Svizzera, non lasciarla a casa, sostituisce il

**modello E-111** e **garantisce l'assistenza sanitaria** per le cure necessarie nello stato di temporaneo soggiorno. Inoltre, con la tua CRS puoi andare **online**, per:

- scegliere o cambiare il medico di base;
- prenotare le visite specialistiche, in comodità e sicurezza, direttamente dal tuo computer; sapere, in tempo reale, quando sono pronti i referti degli esami medici che stai aspettando e consultare, in qualsiasi momento, il tuo fascicolo sanitario elettronico per avere sempre sotto mano la cronologia dei ricoveri e delle visite che hai fatto.

La Carta Regionale dei Servizi ti serve tutte le volte che vai **dal medico, in ospedale e in farmacia**. **Hai mai provato a utilizzarla online?**

Puoi usufruire in modo molto semplice dei servizi in rete messi a disposizione dalla Pubblica Amministrazione e richiedere comodamente da casa tua certificati e documenti, accedere ai tuoi referti medici, cambiare o scegliere il tuo medico, ottenere un buono scuola o assegni studio per i tuoi figli.

Puoi usufruire anche dei servizi che mette a disposizione l'INPS:

- richiedere il fascicolo previdenziale del cittadino, verificare dettagli dei tuoi dati anagrafici, con possibilità di correzione (*eventualmente errati*).
- posizione assicurativa, estratto conto previdenziale, calcolo della pensione, pensione titolare, pagamenti e tutti i dettagli dei pagamenti mensili.

- stampare il CUD, prospetto pensioni e cud assicurativo. Inoltro della domanda di invalidità civile invio moduli on line.

Puoi, inoltre, accedere al servizio dell'Agenzia delle Entrate:

- presentare o annullare una dichiarazione dei redditi;



- inviare dichiarazioni o altre comunicazioni inerenti a formalità Iva;

- versare imposte o richiedere l'accredito di un rimborso fiscale;

- registrare contratti di locazione di immobili;

- trasmettere i questionari relativi agli studi di settore;

- trasmettere una denuncia Inail;

- consultare il "cassetto fiscale" contenente dati anagrafici e reddituali personali.

Meno code agli sportelli e più tempo per te. Utilizza al meglio la tua CRS: attivala richiedendo il PIN, dando il consenso, e seguendo le istruzioni per il primo accesso online.

### **Guida al primo accesso online**

**1°** E' innanzitutto necessario avere a portata di mano la propria Carta Regionale dei Servizi e il relativo codice PIN. Per **richiedere il codice PIN**, occorre recarsi personalmente presso gli sportelli di Scelta e Revoca dell'ASL o presso l'ufficio dell'URP, in Via Milano, 3

con la CRS e con un documento d'identità per ottenerne il rilascio immediato.

**2°** Serve ora installare sul proprio computer il **Software CRS**, compatibile con il proprio pc, scaricabile nella pagina "[Software CRS per Windows](#)",

"[Software CRS per MacOS X](#)" e "[Software CRS per Linux](#)". Se hai bisogno di aiuto contattaci, telefonando al numero **02253 8808**, oppure inviare una e-mail all'indirizzo di posta elettronica [acfacologno@alice.it](mailto:acfacologno@alice.it)

Il Software CRS permette di usare la Carta Regionale dei Servizi per la funzionalità di autenticazione in rete, secondo gli standard tecnici della Carta Nazionale dei Servizi (CNS). Prima di effettuare l'installazione, leggi i [consigli per la sicurezza](#).

**3°** Alla fine del processo di installazione, occorre collegare il **lettore di smart card** a una porta USB del computer.

**4°** Si consiglia di verificare che il processo di installazione sia andato a buon fine attraverso la "[Verifica dell'installazione](#)" del Software CRS per Windows, ricordandosi di inserire la carta nel lettore.

**5°** Ora puoi accedere ai [servizi online](#).

seguito da pag. 2

*stenza meccanica e nutrizione e conservazione delle cartilagini articolari).*

Adattamenti di fondamentale importanza si verificano anche a beneficio dell'apparato cardiocircolatorio e respiratorio: persiste la capacità contrattile del muscolo cardiaco (*con validità della gittata cardiaca e limitazione della frequenza cardiaca a riposo*) l'elasticità e la capillarizzazione dei vasi sanguigni (*con riduzione delle resistenze periferiche e della pressione arteriosa*).

Non ultimo, migliora o persiste a lungo la capacità respiratoria per l'ampiezza degli atti respiratori (*conseguente alla validità degli scambi gassosi negli alveoli polmonari e trasporto dell'ossigeno di vari organi e tessuti*).

Felicitemente, studi sperimentali dimostrano che i soggetti sedentari, con l'aumento dell'attività fisica, presentano una diminuzione dell'appetito, sempreché il dispendio di energie sia tale da non richiederne un poderoso ripristino.

Marco Triulzi

### **ACFA**

*Associazione Colognese Famiglie Anziani - ONLUS Cologno Monzese 1983*

### **REDAZIONE**

*Vito Botte*

*Giovanni Dal Molin*

### **collaboratori**

*Eddo Ferrarini*

*Graziella Festi*

*Riccardo Lomuscio*

*Alida Steli*

## A decorrere dal 1 gennaio 2010 **L'INVALIDITA' ON LINE**

**L**e domande per il riconoscimento dello stato di invalidità civile, cecità civile, sordità civile, handicap e disabilità, complete della certificazione medica attestante la natura delle infermità invalidanti, sono presentate all'INPS esclusivamente per via telematica.

**1)** Il cittadino si reca dal medico certificatore. La certificazione medica può essere compilata dal medico solo on line, sul sito internet dell'istituto [www.inps.it](http://www.inps.it). Il medico, dopo l'invio telematico del certificato, consegna al cittadino la stampa firmata, che dovrà essere esibita all'atto della visita, e la ricevuta di trasmissione con il numero di certificato.

L'elenco dei medici certificatori accreditati, in possesso di PIN è pubblicato sul sito INTERNET.

**2)** Il cittadino, in possesso del PIN, compila la domanda esclusivamente on line collegandosi sul sito internet dell'INPS [www.inps.it](http://www.inps.it) e abbina il numero di certificato indicato sulla ricevuta di trasmissione rilasciata dal medico certificatore entro il termine massimo di trenta giorni.

**3)** La domanda e il certificato abbinato sono trasmessi all'INPS telematicamente. L'avvenuta ricezione della domanda è attestata dalla ricevuta rilasciata dalla stessa procedura. L'Inps trasmette telematicamente la domanda alla ASL.

La domanda può essere presentata anche tramite i Patronati, le Associazioni di categoria o gli altri soggetti abilitati tra cui l'ACFA.

### **Se sei un cittadino**

**1)** Richiesta del PIN. Il

cittadino, per presentare la domanda telematicamente, deve essere munito di PIN che potrà essere richiesto:

- direttamente sul sito dell'Inps, sezione dei Servizi on line (*inserendo i dati richiesti saranno visualizzati i primo otto caratteri del PIN; la seconda parte del codice sarà successivamente recapitata per posta ordinaria*)

- in alternativa, al Contact Center INPS (803164)

**2)** I cittadini ai quali non può essere rilasciato il PIN attraverso le modalità sopradescritte perché l'Istituto non dispone dei dati anagrafici, devono richiederlo direttamente presso gli uffici INPS portando con sé un documento d'identità valido e il codice fiscale/tessera sanitaria.

Per i minori non ancora in possesso del documento d'identità è sufficiente esibire il codice fiscale o la tessera sanitaria.

**3)** Compilazione della domanda. Il cittadino, una volta ottenuto il PIN si collega al sito internet [www.inps.it](http://www.inps.it) e inserendo il PIN accede alla procedura di presentazione telematica della domanda, inserendo i dati della stessa on line.

Alla domanda deve essere abbinato il numero del certificato telematico. Dalla data di trasmissione del certificato medico il cittadino ha trenta giorni di tempo per presentare la domanda.

Completata l'acquisizione, la domanda viene trasmessa telematicamente all'INPS. La procedura rilascia una ricevuta che può essere stampata.

## **UNA ONOREFICIENZA AL NOSTRO PRESIDENTE GIUSEPPE MILAN**

La redazione di ACFA-Notiziario, il Comitato Esecutivo e i volontari dell'Associazione Colognese Famiglie Anziani sono orgogliosi di comunicare ai propri lettori che il Presidente della Repubblica Giorgio Napolitano ha conferito al nostro Presidente Giuseppe MILAN, la Decorazione della Stella al Merito del Lavoro con il titolo di "**MAESTRO DEL LAVORO**", in riconoscimento dei suoi distinti meriti di perizia, laboriosità e condotta morale.

***Il grande segreto che  
permette all'uomo di  
non invecchiare mai  
è quello di rimanere  
semplice e amare le  
piccole cose***

Romano Battaglia

*L'Associazione, con l'apertura dell'HOSPICE, presso la Casa Famiglia "Mons. Carlo Testa" di Cologno Monzese, cerca nuove persone volenterose e disponibili a donare un pò del proprio tempo libero a persone bisognose di aiuto.*

*Per informazioni contattare la coordinatrice Tina.*

*Telefonare al n. 02 2533183*



# ULTIME NOTIZIE

## PROVVIDENZE ECONOMICHE PER INVALIDI CIVILI, CIECHI CIVILI E SORDOMUTI IMPORTI E LIMITI REDDITUALI PER L'ANNO 2010

Ogni anno vengono ridefiniti, collegandoli agli indicatori dell'inflazione e del costo della vita, gli importi delle pensioni, assegni e indennità che vengono erogati agli invalidi civili, ai ciechi civili e ai sordomuti e i relativi limiti reddituali previsti per alcune provvidenze economiche.

Per il 2010 importi delle provvidenze e limiti reddituali sono stati fissati dalla Direzione Centrale delle Prestazioni dell'INPS con Circolare del 29 dicembre gennaio 2009, n. 131.

*Nella tabella che segue riportiamo gli importi in euro, comparati con quelli del 2009*

TIPO DI PROVVIDENZA	IMPORTO		LIMITE DI REDDITO	
	2010	2009	2010	2009
Pensioni ciechi civili assoluti	277,57	275,649	15.154,24	14.886,28
Pensioni ciechi civili assoluti (se ricoverati)	256,67	254,88	15.154,24	14.886,28
Pensioni ciechi civili parziali	256,67	254,88	15.154,24	14.886,28
Pensioni invalidi civili totali	256,67	254,88	15.154,24	14.886,28
Pensioni sordomuti	256,67	254,88	15.154,24	14.886,28
Assegno mensile invalidi civili parziali	256,67	254,88	4.408,95	4.378,27
Indennità mensile frequenza minori	256,67	255,13	4.408,95	4.378,27
Indennità accompagnamento ciechi civili assoluti	783,60	755,71	Nessuno	Nessuno
Indennità accompagnamento invalidi civili totali	480,47	472,04	Nessuno	Nessuno
Indennità comunicazioni sordomuti	239,97	236,15	Nessuno	Nessuno
Indennità speciale ciechi ventesimisti	185,25	180,11	Nessuno	Nessuno
Lavoratori con drepanocitosi o talassemia major	460,97	457,76	Nessuno	Nessuno

# V ASSEMBLEA STRAORDINARIA XXIV ASSEMBLEA DEI SOCI ACFA

Sabato 8 maggio 2010, alle ore 15.00 presso l'Auditorium di Via Petrarca, l'Associazione ha riunito i propri soci per

della seduta ed ha inizio la XXIV assemblea dei soci.

Il presidente saluta l'arch. Mario Soldano sindaco

rogata di un anno dalla passata amministrazione. Fa notare, inoltre, che per l'anno accademico in corso l'Amministrazione ha già fatto sapere che non vi sarà alcun contributo economico, per cui fa appello affinché questa nuova amministrazione trovi tra le pieghe del bilancio la possibilità di riprendere a sostenere economicamente le attività culturali dell'Associazione, che è condizione indispensabile per la prosecuzione delle attività didattiche espletate a favore dei soci.

Il presidente conclude il suo intervento invitando il sindaco ad adoperarsi affinché Cologno ritorni ad avere un collegamento tra le varie associazioni. "Bisogna fare rete" – dice – altrimenti si rischia l'anarchia anche nel settore del non profit, a tutto svantaggio della popolazione, specie di quella più indifesa e bisognosa.

Soldano risponde puntualmente alle sollecitazioni del presidente, ricorda che l'Amministrazione Comunale ha sempre seguito con interesse l'atti-



lo svolgimento dell'assemblea straordinaria per l'approvazione di alcune variazioni allo statuto e di seguito la XXIV assemblea annuale dei soci.

Alla presenza del notaio Aurelio Gavazzi, chiamato a mettere il sigillo legale alle modifiche ed integrazioni dello statuto, il presidente Milan ha illustrato ai presenti la necessità di apportare queste innovazioni per consentire all'ACFA di operare secondo normativa nel campo socio-assistenziale.

Senza entrare in particolari tecnicismi che richiederebbero di appesantire – senza chiarirlo – il discorso, diremmo che l'ACFA ha inteso dare copertura legale ai propri operatori che trattano questioni sociali ed economiche su richiesta dei soci.

L'assemblea ha approvato all'unanimità le modifiche proposte; per cui alle ore 15,30 si chiude la parte straordinaria

di Cologno e lo ringrazia per la presenza; saluta anche il consigliere Angelo Scalese che rappresenta la minoranza in consiglio Comunale.

Al sindaco, il presidente Milan ricorda che è in scadenza la convenzione, che gestisce l'Accademia per Tutte le Età, tra l'Amministrazione Comunale e l'ACFA che era stata pro-



vità dell'ACFA, che è notoriamente riconosciuta ed apprezzata per la sua molteplice attività assistenziale e culturale.

Riconosce che nel settore del no-profit è urgente porvi mano perché è molto strano che nel territorio operino oltre 100 associazioni le quali sono prive di un qualsiasi collegamento, non si conoscono tra loro, rischiano di fare la medesima attività. Conclude assicurando che la sua amministrazione farà di tutto per rimediare ad un anno di immobilismo amministrativo derivato dalle recenti note vicende politiche locali.

L'intervento di Scalese si situa nel solco di un pressante invito all'amministrazione comunale affinché ponga la dovuta attenzione al mondo del volontariato che copre bisogni sociali che i norma l'Ente Locale non riesce a raggiungere, e quindi le associazioni devono avere i mezzi per essere in grado di operare.

Prima di dare la parola al rag. Inchingolo – revisore dei conti dell'Associazione – il presidente invia un caldo saluto alla signora Graziella Festi, volontaria dell'ACFA, assente

ti i quali tributano un affettuoso applauso di incoraggiamento alla cara Graziella. Il rag. Inchingolo, nella sua relazione sullo stato finanziario dell'ACFA, rileva che il bilancio

consuntivo per l'anno 2009 si è chiuso in attivo, grazie ad un contributo straordinario di un generoso simpatizzante ed all'introito del 5 per mille, diversamente avremmo avuto un passivo di oltre 4.000 euro.

Legge anche le cifre che vanno a costituire il preventivo per l'anno 2010 che prevede un residuo passivo di oltre 5.000 euro. A questo punto chiede l'approvazione all'assemblea sia del rendiconto 2009 sia del preventivo 2010. L'assemblea approva all'unanimità dei presenti.

Conclusa la parte economica, il presidente da la parola al direttore dell'Accademia, il quale informa l'assemblea che l'Accademia perde allievi perché i corsisti fanno fatica a versare anche quel contributo minimo richiesto per le iscrizioni ai corsi; senza il contributo comunale l'ACFA non è in grado di sostenere le spese di



Dal Molin - Milan - Botte

gestione, per cui bisognerà assolutamente che l'Ente Locale riprenda ad erogare il contributo economico previsto dalla convenzione.

Occorre anche che il reperimento dei docenti a costo zero – come è stato sperimentato già questo anno – porti frutti più abbondanti.

Nell'anno 2009/10 sono stati programmati 23 corsi, di questi, ne sono partiti 12. Gli iscritti totali sono stati 115. Nel mese di febbraio 2010 sono partiti i cosiddetti "Corsi Brevi", i quali erano sì brevi, ma anche gratuiti per chi era già iscritto ad uno dei corsi regolamentari: ciò è stato possibile perché i docenti hanno prestato la loro collaborazione in forma gratuita.

Dal Molin conclude il suo intervento, comunicando che con la chiusura dell'anno accademico lascerà l'incarico, inoltre, auspica che si riesca a realizzare il sogno del cav. Pozzi di avere tutti gli insegnanti volontari ad insegnare nei corsi proposti dall'ACFA.

Con l'intervento di Dal Molin ha termine la XXIV assemblea dei soci ACFA.

G. Dal Molin



per malattia. Ai voti augurali del presidente di una pronta guarigione si uniscono tutti i presen-



# ANNO ACCADEMICO 2010-2011

## CORSI

### Durata 40 ore

- BRIDGE AVANZATO
- CANTO CORALE
- CANTO MODERNO
- FILOSOFIA
- INCONTRI CULTURALI
- INFORMATICA
- STORIA DELL'ARTE
- SACRA SCRITTURA

L'iscrizione ad uno di questi corsi dà diritto ad uno sconto per l'iscrizione a qualsiasi altro corso (*tranne informatica*)

### Durata 20 ore

#### **CORSO PRATICO "Office- 2003"**

Il corso si propone di trasmettere le conoscenze applicative di Microsoft

### Durata 20 ore

#### **"COSTRUIRE SITI WEB" CORSO PRATICO**

Il corso vuole fornire conoscenze adeguate affinché l'utente sia autonomo nella creazione del proprio sito

### Durata 20 ore

- ASTROLOGIA AVANZATA
- IMPARIAMO A NUTRIRCI
- LAB. & NARR. AUTOBIOGRAFICA
- MORFOPSIKOLOGIA
- STILI DI ARCHITETTURA E VITA DEI GRANDI ARCHITETTI DEL PASSATO

### Durata 8 ore

- ACQUARELLO
- ARREDAMENTO CASA COLORE
- ARREDAMENTO LUCE COLORE FENGSHUI
- COLOGNO IERI
- COLOGNO RINASCIMENTALE
- TUTTO NATALE

### **Corso Internet**

Navigare nei siti dell'Amministrazione Pubblica usando la carta **CRS**

**I CORSISTI** verseranno, secondo il corso prescelto, un contributo a titolo di rimborso spese.

**I CORSI** avranno cadenza settimanale: in via Boccaccio n. 13, presso la scuola media "D. Alighieri"; in via Trento, 41 presso la sede del Consiglio di Zona B; in via Kennedy n. 5 per i corsi di informatica.

**LE ISCRIZIONI** si terranno presso la segreteria dell'Accademia in via Milano, 3 - 1° piano, dal lunedì al venerdì dalle ore 9,30 alle ore 12,00 e il martedì anche dalle 16,00 alle 18,00.

(tel. 02 25308605 - fax 02 25308628).

L'ufficio, nell'orario e nei giorni sopra indicati, è a disposizione per fornire informazioni sul contenuto, il calendario e la collocazione dei corsi.

### **NOTA del direttore dell'Accademia**

Lo schema dell'offerta dei corsi per l'anno 2010/2011 non è definito: tenete d'occhio i manifesti che verranno esposti a settembre/ottobre 2010 per avere un quadro certo dell'offerta. C'è poi da considerare che comunque ci saranno i "corsi brevi" o "corsi liberi" da aggiungere e che ora, nel momento in cui si chiude il giornale nessuno è in grado di indicare in modo definitivo.

Auguro buone vacanze a tutti e a ben rivederci alla ripresa autunnale delle attività dell'Accademia per Tutte le Età.

Per sostenere l'Accademia per Tutte le Età, l'ACFA cerca insegnanti volontari, di diverse discipline, che dedichino almeno due ore settimanali del loro tempo per tenere gratuitamente lezioni ai corsi.

Chi fosse disponibile, o volesse ulteriori informazioni si rivolga alla segreteria dell'ACFA in via Milano, 3 dalle ore 9:30 alle ore 11:30, oppure telefonare al n. 02 253 88 08.

G. Dal Molin

## **CERIMONIA DI CHIUSURA** **DELL'ANNO ACCADEMICO 2009-2010**

**S**abato 15 maggio 2010, alle ore 15,30 si è tenuta in Villa

volontario addetto a questa incombenza. Tenuto conto che

*bersaglieri*), il direttore ha tracciato un breve profilo dell'anno accademico appena trascorso e ha dato a tutti appuntamento a settembre per un nuovo anno. Con questa cerimonia – ha detto Dal Molin – ha termine la mia attività come direttore dell'Accademia, iniziata – è bene ricordarlo – nel 2003.

Dopo un periodo così lungo è bene che ci sia un ricambio, anche generazionale". Immediatamente dopo l'intervento del direttore, il gruppo di canto corale ha offerto l'ormai consueto concerto che questo anno prevede l'esecuzione di partiture tratte da melodrammi



Casati la cerimonia di chiusura dell'anno accademico 2009-2010. Per l'occasione le allieve del corso di disegno e cucito hanno esposto i loro manufatti nell'atrio della villa, mentre nelle sale delle mostre erano esposti gli acquarelli delle corsiste amanti del colore. Il direttore dell'Accademia ha porto i saluti a nome dell'ACFA ai presenti, corsisti e soci del sodalizio, felice di una presenza così massiccia che a stento la Sala Pertini riusciva a contenere. Ha informato, poi, tutti i corsisti presenti che era possibile ritirare l'attestato di presenza. Rivolgendosi seduta stante al

nello stesso pomeriggio, per fortuna a partire dalle ore



16.30, erano programmate altre attività pubbliche (*concerto dei*

dei nostri massimi musicisti (*Verdi, Rossini, Donizzetti, ecc.*) e arie di musica popolare regionale.

Il concerto è stato eseguito al meglio delle capacità dei corsisti ed è stato molto apprezzato dai presenti, che hanno calorosamente applaudito i coristi, accompagnatori (*piano e violino*) e la gentile presentatrice. Un grazie particolare e un "brava" crediamo sia dovuto all'insegnante A. Dylgeri che con tanta competenza e passione ha preparato il coro.





## LETTERE ALLA REDAZIONE DI ACFA-NOTIZIARIO

Contiamo sulla collaborazione dei lettori, sottolineando l'importanza di questa rubrica che consideriamo un mezzo concreto ed utile di collaborazione dei soci e dei simpatizzanti dell'ACFA. La pubblicazione delle loro lettere consentirà ai cittadini, attraverso lo scambio di idee, di partecipare e di dare il loro contributo alla vita dell'Associazione.

Indirizzo: REDAZIONE di ACFA-Notiziario Via Milano, 3 - 20093 Cologno Monzese (MI)  
Posta elettronica: [acfacologno@alice.it](mailto:acfacologno@alice.it)

### COME AIUTARCI PER SERVIRVI:

Banca BCC Credicoop Lombardo agenzia di Cologno Monzese  
CC - IBAN IT 17 Q 08214 - 32970 - 000000190258

conto corrente postale n. 28241206  
intestato: **ACFA-ONLUS** via Milano, 3 - 20093 Cologno Monzese (MI)

### Orario di apertura della sede

tutti i giorni feriali dal Lunedì al Venerdì, dalle ore 9:30 alle ore 11:30  
Lunedì e Giovedì dalle ore 16:00 alle ore 17:30

SEGRETERIA TELEFONICA e FAX - in funzione 24 ore su 24, al n. 02 253 88 08

**ATTIVITA' CULTURALI:** "Accademia per Tutte le Età"

L'ufficio è aperto tutti i giorni feriali dal Lunedì al Venerdì dalle ore 9:30 alle ore 11:30

Fax/Telefono numero 02 253 08 628 - Solo telefono 02 253 08 605

**IL NOTIZIARIO è ONLINE** sul sito internet: <http://www.acfacologno.it>

posta elettronica: [acfacologno@alice.it](mailto:acfacologno@alice.it)

**L'ACFA ringrazia tutti coloro che hanno elargito il 5 per mille.  
Si ricorda che le elargizioni a mezzo conto corrente postale sono deducibili ai fini fiscali.  
Le somme che abbiamo ricevuto o che riceveremo le impegneremo nel  
volontariato solidale**

**SCELTA PER LA DESTINAZIONE DEL CINQUE PER MILLE DELL'IRPEF (in caso di scelta FIRMARE in UNO degli spazi sottostanti)**

Sostegno del volontariato e delle altre organizzazioni non lucrative di utilità sociale, delle associazioni di promozione sociale e delle associazioni e fondazioni riconosciute che operano nei settori di cui all'art. 10, c. 1, lett a), del D.lgs. n. 460 del 1997

**Bianchi Mario**

FIRMA

Codice fiscale del beneficiario (eventuale) **94508630152**

Finanziamento della ricerca sanitaria

FIRMA

Codice fiscale del beneficiario (eventuale)

Finanziamento della ricerca scientifica e della università

FIRMA

Codice fiscale del beneficiario (eventuale)

Sostegno delle attività sociali svolte dal comune di residenza

FIRMA

Sostegno alle associazioni sportive dilettantistiche riconosciute ai fini sportivi dal CONI a norma di legge

FIRMA

Codice fiscale del beneficiario (eventuale)

### ATTIVITA' GRATUITA

Prestano la loro collaborazione nello svolgimento del volontariato soci professionisti, quali, commercialisti, esperti in problemi socio-sanitari e fiscali.

### FORNISCE

**Prestazioni** indirizzate in particolare alle persone anziane, alle loro famiglie, bisognose d'assistenza e di consiglio: fiscale - amministrativo, disbrigo pratiche con Enti pubblici vari.

**Consulenze** ed informazioni d'ogni genere alle persone che si rivolgono all'ACFA per le loro più diverse necessità.

### TRA I SERVIZI:

**Dichiarazione dei redditi** (IRPEF) - ICI - RED - ecc. attraverso un CAAF locale autorizzato.

**Pratiche** per l'ottenimento dei titoli: di "invalidità civile", cieco civile ed altre cui si ha diritto.

L'ACFA provvede a:

- Istruire e completare le pratiche di riconoscimento ed aggravamento alle ASL di appartenenza (*territoriale, regionale, nazionale*):
  - per maggiorenni
  - per soggetti inferiori ai 18 anni (*indennità di frequenza*).
- Formulare ricorsi, qualora necessari, in via giudiziale presso il Tribunale di competenza.
- Compilare documenti richiesti dalle ASL (*Settore Provvidenze Economiche*) per il pagamento di eventuali arretrati di competenze.
- Redigere i documenti necessari per il recupero di somme dalle ASL di appartenenza, da parte degli eredi di invalidi deceduti.
- Svolge tutte le altre incombenze amministrative necessarie.

Inoltre l'ACFA provvede a compilare e consegnare all'INPS territoriale le dichiarazioni di responsabilità degli invalidi civili ed a svolgere tutte le altre conseguenti incombenze amministrative.

### Cercasi/Offresi

Mezzo prezioso per mettere in contatto fra di loro le persone che hanno bisogni e necessità di aiuto domiciliare, con altre disposte a soddisfarli.

### ATTIVITA' CULTURALI "Accademia per Tutte le Età"

Corsi per il tempo libero con il patrocinio del Comune di Cologno Monzese:

INFORMATICA, FILOSOFIA, DALLA DECORAZIONE AL CUCITO, CANTO CORALE, CANTO MODERNO, STORIA DELL'ARTE, SACRA SCRITTURA, COLOGNO IERI, INCONTRI CULTURALI, ACQUERELLO, MORFOPSIKOLOGIA, TUTTO NATURALE, OFFICE - 2003 e tanti altri

### Novità:

Creare siti Web  
Corso Internet

In occasione dei  
**5 lustri dell'ACFA**  
abbiamo pubblicato il libro  
**"Storia dell' ACFA"**

**25 anni di volontariato  
al servizio degli anziani**



Qui sopra la copertina del nostro libro.

Chiunque fosse interessato può richiederlo presso la sede dell'ACFA

Tel 02 253 88 08

E-mail: [acfacologno@alice.it](mailto:acfacologno@alice.it)