

**IMPARARE E DIVERTIRSI INSIEME**

La Lega di Ceva Valle Tanaro propone ai nostri iscritti e simpatizzanti una serie di iniziative che, oltre a creare momenti di divertimento e di arricchimento culturale, ci aiutino a stare insieme ed a conoscerci reciprocamente. A questo fine, a partire dal mese di ottobre abbiamo programmato due cicli di incontri: uno sul tema della salute, ed uno sulle conoscenze di base nell'utilizzo del Personal Computer.

**GLI INCONTRI:**

**SALUTE**

La terza età porta con sé il possibile sviluppo di alcune malattie tipiche dell'invecchiamento. La diagnosi precoce è fondamentale per affrontare al meglio queste patologie e soprattutto esse possono essere prevenute con sane abitudini alimentari e con corretti stili di vita. A questo scopo, il dott. Roberto PAOLINI terrà una serie di conferenze con il seguente calendario:

Presso la sede CGIL Spi in via Garibaldi 26 a Garessio

**Giovedì 24 ottobre** ore 17,00  
Prevenzione delle malattie cardiovascolari



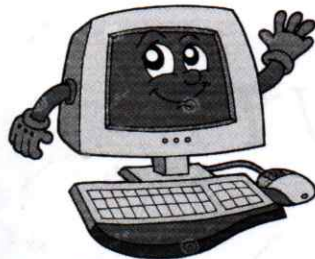
**Giovedì 07 novembre** ore 17,00  
Osteoporosi - Problemi della prostata  
e organi femminili



Presso la ex scuola via Bassi 35 a ORMEA  
**Giovedì 31 ottobre** ore 17,00  
Diabete

**Giovedì 28 novembre** ore 17,00  
Malattie neurologiche dell'età avanzata (Alzheimer e Parkinson)

# PERSONAL COMPUTER



Qualcuno di noi non accetta l'idea di avvicinarsi ad un PC ritenendo di appartenere ad un'altra epoca e di aver superato l'età in cui si è in grado di capirne il funzionamento; altri ne possiedono uno, ma le sbrigative e veloci istruzioni di figli e nipoti non sono state sufficienti a padroneggiarne l'utilizzo.

Il corso si prefigge di fornire le nozioni fondamentali per utilizzare il PC e i relativi programmi nonché di favorire l'apprendimento, in modo semplice e immediato, di tutti i concetti necessari per avere una padronanza nell'uso del computer, attraverso le diverse esercitazioni pratiche.

Per tutti coloro che desiderano quindi iniziare o approfondire la conoscenza del PC proponiamo una serie di cinque con il seguente calendario :

SCUOLA FORESTALE DI ORMEA – Il corso sarà effettuato nel mese di APRILE nei giorni di VENERDI' 1/8/15/22 e 29 dalle ore 14,30 alle ore 16,00.

ISTITUTO "BARUFFI" DI CEVA – Il corso sarà effettuato nei mesi di APRILE/MAGGIO nei giorni di MERCOLEDI' 6/4, 13/4, 20/4, 27/4 e 4/5 dalle ore 14,30 alle ore 16,00.

La partecipazione è gratuita (per tutti o solo per gli iscritti ?)

L'iscrizione dovrà essere fatta ENTRO e non oltre il 25 marzo 2016

Presso le sedi dello S.P.I.:

Garessio in via Garibaldi 26

Tel. 0174803646

Ceva in Via Leopoldo Marengo

Tel. 0174704230

## **Momenti di divertimento e di cultura proposti dalla Lega Spi di Ceva - Garessio**

Con il corso di computer è terminata l'iniziativa della Lega Spi di Ceva Garessio, articolata su tre cicli di incontri: uno sul tema della salute, uno sul cinema ed uno sul personal computer.

### **Salute:**

Successo di pubblico per i Seminari medici

La terza età porta con sé il possibile sviluppo di alcune malattie tipiche dell'invecchiamento. La diagnosi precoce è fondamentale per affrontare al meglio queste patologie e soprattutto, esse possono essere prevenute con sane abitudini alimentari e con corretti stili di vita.

A questo scopo, il dott. Roberto PAOLINI ha tenuto una serie di conferenze che hanno riscosso un grande successo sia in termini di contenuti che in termini di partecipazione.

Dette conferenze si sono svolte presso l'Oratorio Borgo Ponte di Garessio e presso la ex scuola Via Bassi 35 a Ormea dove sono stati trattati i seguenti argomenti:

### **Prevenzione delle malattie cardiovascolari, Osteoporosi, Diabete, Malattie neurologiche dell'età avanzata ( Alzheimer e Parkinson )**

Si ringrazia il dott. Paolini per la professionalità e la disponibilità costante nel fornire spiegazioni e consigli utili, oltre alla sua simpatia e al modo in cui è riuscito con parole semplici a farci capire concetti di medicina normalmente estranei al nostro parlare quotidiano.

### **Cinema:**

Questa iniziativa che si è svolta presso il cinema Excelsior di Garessio ha avuto meno seguito rispetto alle altre ma ci proponiamo in futuro di rilanciarla magari con giorni ed orari diversi sperando di avere maggiore successo.

Sono stati proiettati i seguenti film :

**Pranzo di ferragosto, Le ali della libertà, Samba, e Gran Torino**

### **Computer:**

Il corso per utenti della terza età, da poco terminato, si è prefissato di fornire le nozioni fondamentali per utilizzare il PC e i relativi programmi nonché di favorire l'apprendimento, in modo semplice e immediato, di tutti i concetti necessari per avere una padronanza nell'uso del computer, attraverso le diverse esercitazioni pratiche. Tale corso si è svolto presso l'Istituto Istruzione Superiore " Baruffi " di Ceva nei laboratori multimediali dell'Istituto cebano e presso la scuola Forestale di Ormea. Erano presenti in aula anche giovani studenti che hanno affiancato Italo Villabruna durante le lezioni, collaborando come volontari al successo dell'iniziativa.

Un grazie alla Dirigente del Baruffi di Ceva , Antonella Germini e alla sua collaboratrice Gabriella Nives Pesce per averci concesso l'utilizzo dei laboratori di informatica.

## Notizie

### G. Baruffi - Ceva

- Liceo Scientifico
- Tecnico Economico: Amministrazione Finanza e Marketing
- Tecnico Tecnologico: Costruzioni, Ambiente e Territorio

"Baruffi" di Ceva: una scuola che si apre al territorio. Oggi nel laboratorio multimediale dell'Istituto cebano ha preso avvio un corso di alfabetizzazione informatica per utenti, della terza età e più giovani, desiderosi di approcciarsi a una disciplina sempre più attuale. Il corso è tenuto dal docente **Italo Villabruna** e sono presenti in aula anche giovani studenti dell'Istituto cebano che collaborano come volontari al successo dell'iniziativa. Nella foto: il benvenuto ai corsisti da parte di Antonella Germini, Dirigente del Baruffi di Ceva.

