



# ProLoco APS Buccinasco

## PROGETTO: SOSTEGNO SOCIALE

Uniti e solidali per promuovere le rel-Azioni, i legami sociali e il benessere della persona, impregiosendo il tempo libero. Ritrovare la libertà nella dimensione della solidarietà, ponendo la persona al centro con uno sguardo inclusivo.

## CHI È PROLOCO BUCCINASCO

ProLoco Buccinasco nasce nel 2009 superando la diffusa convinzione che le Proloco debbano esistere solo nelle località turistiche. Buccinasco ha un territorio fantastico, ricco di natura, rogge, fauna e cascine ferme nel tempo e noi di ProLoco, oggi una ventina di attivisti, vogliamo valorizzarle e farle riscoprire ai nostri concittadini. Nel solco di una tradizione di oltre 120 anni di storia come ProLoco abbiamo numerosi fronti di azione: dal ludico sociale all'eno-gastronomico, dal socio culturale alle gite e viaggi sociali, sempre in allegria e con alta qualità di relazione. Ci piace fare eventi originali e di qualità per questo ci organizziamo bene nella nostra nuova sede operativa presso il CCM di via Marzabotto, dove diamo supporto e informazioni a chi vuole scoprire il nostro territorio e vorremmo anche fare da hub ecoordinamento tra le numerose associazioni di Buccinasco.

## LA PROLOCO BUCCINASCO PROPONE:

Videoeventi della durata di 45, 60 o 90 minuti suddivisi su quattro linee o approcci tematici:

### Benessere

dialoghi o lezioni su tematiche connessi alle arti, all'uomo, alle conoscenze, per apprendere e ad un tempo deliziarsi dei temi piacevoli della vita

### Filosofiamo

dialoghi e riflessioni applicando la filosofia, cioè l'indagare sulla concezione della vita, al vivere quotidiano.

### Natura

relazioni e presentazioni di aspetti naturali nel senso più ampio, spesso rapportati al nostro territorio

### Strumenti

interventi più pratici, spesso corredati di strumenti concreti per dare nuove nozioni ai partecipanti: dall'informatica ai mezzi di uso comune, dalla burocrazia alle relazioni.

**Prerequisiti:** avere uno Smartphone, un tablet o oppure un Personal Computer con webcam, microfono, casse acustiche e linea internet adeguata. Prerequisiti specifici possono essere indicati nelle singole schede. **E' obbligatorio registrarsi per motivi di Privacy e di sicurezza dell'evento.**

# VIDEO INCONTRIAMOCI

**ATTENZIONE LA DATA DELL'11 MAGGIO E' SPOSTATA AL 15 MAGGIO '21**

Titolo, argomento	Relatore	Data	Ora	Durata
-------------------	----------	------	-----	--------

<b>Natura: lo spettacolo del territorio di Buccinasco commentato dal biologo</b>	<b>Samuele Venturini</b>	<b>giovedì 15 aprile 2021</b>	<b>21:00</b>	<b>60 m</b>
----------------------------------------------------------------------------------	--------------------------	-------------------------------	--------------	-------------

Il noto naturalista biologo Venturini ci condurrà in una visita virtuale, intervallata da approfondimenti interessanti al "Tesoro di Buccinasco", cioè la metà sud-occidentale del Comune che spazia nelle campagne rimaste praticamente identiche a come furono immortalate nel catasto Teresiano, dagli austriaci, circa 300 anni fa.

**Presenze: 16 partecipanti.** Gradimento ottenuto: ★★★★★1/2

<b>Strumenti: Avvocato Online: La diffamazione mediante l'utilizzo dei social network</b>	<b>Margherita Fontana</b>	<b>martedì 20 aprile 2021</b>	<b>21:00</b>	<b>60 m</b>
-------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------	-------------------------------	--------------	-------------

L'avvocato Margherita Fontana, illustrerà come riconoscere con certezza casi di diffamazione su internet e come comportarsi di conseguenza nel modo più "produttivo", salvaguardando i propri interessi.

**Presenze: 27 partecipanti.** Gradimento ottenuto: ★★★★★1/2

<b>Benessere: Erbe commestibili nel Parco sud Milano - Parte I</b>	<b>Pino Cozzo</b>	<b>Mercoledì 21 aprile 2021</b>	<b>18:00</b>	<b>60 m</b>
--------------------------------------------------------------------	-------------------	---------------------------------	--------------	-------------

Corso di grande successo condotto da Pino Cozzo, siciliano classe '40, grandissimo esperto di erbe commestibili. Attraverso una presentazione di immagini e la sua lunghissima esperienza vi indicherà come far fruttare una gita nei vasti prati del Parco Sud Milano che avvolge a sud il nostro Comune. Alla prima parte farà seguito una second aparte nel mese di maggio.

**Presenze: 6 partecipanti.** Gradimento ottenuto: ★★★★★1/2

<b>Filosofiamo: una riflessione critica sull'informazione oggi</b>	<b>Luca Meleri</b>	<b>giovedì 22 aprile 2021</b>	<b>21:00</b>	<b>45 m</b>
--------------------------------------------------------------------	--------------------	-------------------------------	--------------	-------------

A cosa serve la filosofia, cioè l'arte di indagare e riflettere sulla concezione della vita? Luca Meleri, laureato in filosofia a Pavia, ci spiegherà coi fatti come tutti in varia misura usiamo la filosofia ogni giorno, riflettendo poi in modo critico sull'informazione ai nostri giorni.

**Presenze: 12 partecipanti.** Gradimento ottenuto: ★★★★★1/2

<b>Strumenti: il Social Network per tutti: come usare Instagram senza farsi male</b>	<b>G.Ivaldi, A. Iapà</b>	<b>martedì 27 aprile 2021</b>	<b>18:00</b>	<b>90 m</b>
<p>I due attivissimi ventenni Giacomo e Alessandro spiegheranno le caratteristiche di questo social network incentrato sulle immagini, che sta vivendo un periodo di massimo sviluppo, le differenze con Facebook e come fruirne in modo corretto e vantaggioso aprendo un account e facendo i primi post assieme. I partecipanti possono seguire la lezione in modo passivo oppure facendo analoghe operazioni sul proprio PC.</p>				
<p><b>Presenze: 6 partecipanti. Gradimento ottenuto: ★★★★★1/2</b></p>				

<b>Benessere: la voce come strumento di benessere psicofisico (con fase pratica)</b>	<b>Miriam Gorgoglione</b>	<b>giovedì 29 aprile 2021</b>	<b>21:00</b>	<b>60 m</b>
<p>Destinato a persone interessate a percorsi di crescita e scoperta personale. Il canto si è esprime attraverso la voce che ci accompagna sin dalla nascita. Attraverso la respirazione tutti i giorni parliamo e mediante l'emissione vocale è possibile dialogare con sè stessi e con gli altri, perchè la nostra voce rappresenta il mezzo attraverso cui comunichiamo ed è strettamente connessa alle nostre emozioni. Saperla gestire, a partire dal controllo del fiato attraverso la respirazione meditativa è fondamentale non solo per gestire meglio le proprie relazioni ma anche per poter vivere meglio la quotidianità, accompagnandola con mantra e scale capaci di riportarci in equilibrio psicofisico. Le altezze e le intensità dei suoni di una breve frase musicale o di un vocalizzo possono infatti essere terapeutici, e se esercitati quotidianamente si riflettono sul benessere psicofisico. Miriam Gorgoglione, insegnante di musica e cantante soprana lirica, condurrà questa esperienza nuova.</p>				
<p><b>EVENTO RIMANDATO PER NUMERO INSUFFICIENTE DI ISCRIZIONI</b></p>				

<b>Strumenti: Il Foglio Elettronico Microsoft Excel: introduzione e fondamentali</b>	<b>Walter Bellini</b>	<b>martedì 4 maggio 2021</b>	<b>20:30</b>	<b>60 m</b>
<p>E' forse l'applicativo più famoso al mondo. Il foglio elettronico è considerato inoltre lo strumento informatico che dà maggiore soddisfazione e risparmi di tempo. Walter Bellini, consulente e informatico darà i fondamentali introduttivi e qualche nozione di base per comporre poi una classe omogenea per le future lezioni. Consigliato avere Excel installato sul proprio PC. Prerequisito dimestichezza con il PC e con l'ambiente Windows. Modulo sconsigliato a chi non è principiante di Excel (o altro foglio elettronico).</p>				
<p><b>EVENTO RIMANDATO PER NUMERO INSUFFICIENTE DI ISCRIZIONI</b></p>				

<b>Benessere: Arte e delizia della degustazione dei vini</b>	<b>Damiano Palumbo</b>	<b>giovedì 6 maggio 2021</b>	<b>21:00</b>	<b>45 m</b>
--------------------------------------------------------------	------------------------	------------------------------	--------------	-------------

Il Gourmet Damiano Palumbo di Orzinuovi, grande esperto nella formazione e degustazione di vini che conduce da parecchi anni i corsi di degustazione a Buccinasco, ci introdurrà a questa arte, spiegando il percorso di Gourmet, spiegando le mille sfumature di un vino e l'enorme scienza e storia che sta dietro un vitigno, preparando così il gruppo ad un approfondimento, quando ci si potrà rivedere e degustare dal vivo.

LINK DI COLLEGAMENTO DIRETTO: <https://meet.jit.si/ben0605dp>

[MA PRIMA REGISTRATI QUI](#)

<b>Strumenti: Il Foglio Elettronico Microsoft Excel: lezione 1</b>	<b>Walter Bellini</b>	<b>mercoledì 12 maggio 2021</b>	<b>20:30</b>	<b>60 m</b>
--------------------------------------------------------------------	-----------------------	---------------------------------	--------------	-------------

La prima lezione sul foglio elettronico Excel verterà a realizzare una piccola tabella, un primo lavoro completabile in autonomia che farà iniziare a comprendere diversi potenti strumenti dell'applicativo. Al termine, come di consueto, il formatore Bellini accerterà le competenze acquisite con test e quesiti. Lezione consigliata a chi ha conoscenza molto basilari di Excel. Le lezioni proseguiranno.

LINK DI COLLEGAMENTO DIRETTO: <https://meet.jit.si/str1205wb>

[MA PRIMA REGISTRATI QUI](#)

<b>Strumenti: Comprendere bene una polizza assicurativa: franchige e clausole</b>	<b>Mario Meloni</b>	<b>giovedì 13 maggio 2021</b>	<b>21:00</b>	<b>60 m</b>
-----------------------------------------------------------------------------------	---------------------	-------------------------------	--------------	-------------

L'assicuratore dalla nostra parte. Così si porrà il broker senior Mario Meloni che spigherà le polizze dal lato della compagnia, spiegherà il concetto di franchigia e aiuterà a riconoscere alcune clausole su cui fare molta attenzione, per le tipologie di polizze più diffuse. Spazio domande alla fine.

LINK DI COLLEGAMENTO DIRETTO: <https://meet.jit.si/str1305mm>

[MA PRIMA REGISTRATI QUI](#)

<b>Strumenti: come fare un Piano Editoriale e promuovere un'attività o un'associazione</b>	<b>Francesco Lagonigro</b>	<b>sabato 15 maggio 2021</b>	<b>14.30</b>	<b>90 m</b>
--------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------	------------------------------	--------------	-------------

La Pubblicità è l'anima del commercio e questo vale anche per le associazioni e le piccole attività; per questo Francesco Lagonigro, dopo una laurea in Legge e anni di lavoro in gruppi editoriali ci spiega l'importanza di pianificare e calendarizzare le proprie azioni pubblicitarie cercando di raggiungere i target prefissati. Al termine saranno dati alcune modulistiche utili allo scopo.

LINK DI COLLEGAMENTO DIRETTO: <https://meet.jit.si/str1505fl>

[MA PRIMA REGISTRATI QUI](#)

<b>Strumenti: la prima motocicletta: il decalogo per una gita vincente</b>	<b>Claudio Moiraghi</b>	<b>martedì 18 maggio 2021</b>	<b>18:00</b>	<b>60 m</b>
----------------------------------------------------------------------------	-------------------------	-------------------------------	--------------	-------------

Andare in motocicletta, oltre a quanto insegnano alla Scuola Guida, è un'arte e uno stile. Il veterano motociclista Claudio Moiraghi, con oltre 50 anni di guida, spiegherà il decalogo per una gita in moto oltre che vincente anche con ritorno certo a casa perché immoto la sicurezza e la prudenza deve essere doppia. Particolarmente adatto a giovani motociclisti o scooteristi.

**EVENTO NON ANCORA PRENOTABILE**

<b>Benessere: Erbe commestibili nel Parco sud Milano - Parte II</b>	<b>Pino Cozzo</b>	<b>giovedì 20 maggio 2021</b>	<b>21:00</b>	<b>60 m</b>
---------------------------------------------------------------------	-------------------	-------------------------------	--------------	-------------

Proseguimento del corso condotto da Pino Cozzo, residente a Corsico, grandissimo esperto di erbe commestibili. Continuerà la presentazione di immagini di erbe commestibili corredate di informazioni pratiche sulla miglior consumabilità, anche con cottura, delle erbe raccolte. In taluni casi verranno date raccomandazioni di sicurezza su come trattare certe erbe prima della consumazione, pena possibili malesseri digestivi. Da ottobre 2021 potrebbero essere riaperti i corsi in presenza.

**EVENTO NON ANCORA PRENOTABILE**

<b>Natura: Biodiversità e scoperte in un fontanile di Buccinasco</b>	<b>Samuele Venturini</b>	<b>martedì 25 maggio 2021</b>	<b>18:00</b>	<b>60 m</b>
----------------------------------------------------------------------	--------------------------	-------------------------------	--------------	-------------

Il nostro territorio è ricco di risorgive o fontanili, Venturini che li ha studiati da vicino racconterà quali e quante specie animali possono fruire di un fontanile e inviterà alla visita del più bello e comodo fontanile presente nell'abitato di Buccinasco, visionando qualche fotografia.

<b>Strumenti: Avvocato Online: principali problemi condominiali: come comportarsi</b>	<b>Margherita Fontana</b>	<b>giovedì 27 maggio 2021</b>	<b>21:00</b>	<b>60 m</b>
---------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------	-------------------------------	--------------	-------------

Molti di noi vivono in condomini dove spesso non è facile mantenere il quieto vivere. Margherita Fontana, giovane avvocatessa buccinaschese, ricorderà i principali problemi di convivenza condominiale, come difendersi da essi mantenendo comportamenti adeguati, ma senza perdere l'opportunità di far rispettare i propri diritti.

**DESTINATARI:**

I destinatari dei nostri corsi vanno dall'età di 14 anni in poi.

La partecipazione ai corsi è gratuita ma raccomandiamo l'iscrizione a ProLoco Buccinasco, in modo da sostenere le iniziative dell'Associazione, che ha sede in Via Marzabotto 3, presso il Centro Civico.

**PER PARTECIPARE:** occorre dotarsi di un pc/smartphone/tablet con connessione a internet, webcam, casse, microfono e accesso gratuito alla **piattaforma JITS MEET**.

**REGISTRAZIONE:** sul sito [www.prolocobuccinasco.it](http://www.prolocobuccinasco.it) (obbligatorio).

**PER CONNETTERSI ONLINE:** cliccare sul link che si trova nella presente locandina eventi sulla homepage del sito. Esempio: **<https://meet.jit.si/str1505za>**

**NUMERO MINIMO:** gli eventi sono sicuramente svolti con almeno 4 partecipanti. Sotto questo numero è a discrezione del relatore la scelta. L'annullamento di un evento viene comunicato solo ai partecipanti registrati e indicato su questa locandina, almeno due ore prima dell'inizio.

**PER INFORMAZIONI, CONTATTARE:** mail a [segreteria@prolocobuccinasco.it](mailto:segreteria@prolocobuccinasco.it) oppure scrivere messaggio whatsapp al 342.863.0024 oppure 338.784.9731.

**SITO:** [www.prolocobuccinasco.it](http://www.prolocobuccinasco.it)

**CONDIVIDI:**

seguici su facebook  <https://www.facebook.com/ProlocoBucci>