

PERCORSI

Al Motor Village il Consiglio Ugaf



LA NOSTRA MEMORIA

Trent'anni fa nasceva la Sevel

III

PRIMO PIANO

L'arte italiana in mostra a Venaria Reale

VI

VITA ASSOCIATIVA

Come si vive dopo i 50 anni?

X

Gruppi

XII

RUBRICHE

Quando muoversi diventa difficile

XIV



A me gli occhi

**Le migliori marche
di occhiali
da vista e da sole**

☑ **Ottica:** centro specializzato in lenti progressive, con possibilità di prova anticipata e gratuita. Montature delle migliori marche.

☑ **Lenti a contatto:** specialisti in lenti idrofile e gas-permeabili.

☑ **Ortocheratologia:** speciali lenti a contatto per la riduzione della miopia e dell'astigmatismo senza chirurgia.

☑ **Ipovisione:** centro convenzionato ASL, ausili meccanici ed informatici.

SCONTO
20%
ai dipendenti FIAT
e ai loro familiari

Silhouette[®]
VEDERE SENZA LIMITI

© Silhouette / valid until 31/12/2012



L'OCCHIALE PIÙ LEGGERO PER OGNI OCCASIONE

Via Tunisi 118/D, TORINO
tel./fax 011.3190228

Maggiori informazioni su internet alla pagina
www.opto-vision.it

Cari Soci,

uno di modi più significativi per esprimere il nostro impegno sociale è quello di operare al fianco delle Istituzioni locali nei momenti in cui vi sia necessità di prestare servizi di assistenza al pubblico. È ciò che stiamo facendo, a Torino, in occasione delle manifestazioni per il 150° anniversario dell'Unità italiana.

Altrettanto importante è cercare di orientare, con proposte concrete, l'azione delle Istituzioni in quei settori che ci riguardano più da vicino: assistenza, sanità, trasporti, abitazioni, sicurezza, cultura e tempo libero.

Con la città di Torino la relazione è stata formalizzata già dal 2000, con la delibera che ha istituito il Consiglio dei Seniores, assemblea che raggruppa i rappresentanti delle associazioni di "over sixties" presenti nel capoluogo piemontese.

Lo scorso 21 marzo il nostro socio,

Cesare Palenzona, è stato eletto Presidente del Consiglio dei Seniores. Siamo lieti che il suo lungo impegno in tale assemblea



abbia avuto un così importante riconoscimento e gli auguriamo buon lavoro, assicurandolo che gli faremo pervenire tutte le proposte che Voi, cari soci, avete in mente per rendere sempre migliore la nostra città.

Filippo Beraudo di Pralormo

Trent'anni fa nasceva la Sevel



Nel 1981 tra i comuni di Paglieta ed Atessa, in provincia di Chieti (Val di Sangro), nasce lo stabilimento della Sevel. È subito considerato un importante motore dell'economia abruzzese. Nella foto: l'Avvocato Giovanni Agnelli consegna la targa ricordo dell'avvenimento all'allora Presidente della Repubblica, Sandro Pertini, intervenuto all'inaugurazione.



Il Ducato, un veicolo commerciale nato dalla joint-venture Fiat-PSA, è il mezzo prodotto sin dalla fondazione dello stabilimento di Val di Sangro. Eccolo sulla linea di montaggio nel 1990.

“Rafforziamo il legame con l’Azienda”

Così ha detto il Presidente della Fiat durante l'annuale Consiglio direttivo. L'intervento di Filippo Pralormo

DI PAOLA RAVIZZA

FOTO DI
ALESSANDRO
LERCARA



Il 175° Consiglio direttivo dell'Ugaf si è tenuto anche quest'anno nella sala congressi del Motor Village davanti a 141 fra presidenti e consiglieri arrivati da tutta Italia. Filo rosso delle discussioni della mattina, le vicende che hanno cambiato il volto di Fiat nell'ultimo anno e mezzo: dall'acquisto di Chrysler allo split dell'Azienda in Fiat Spa e Fiat Industrial. Nell'applauso tributato al giovane Presidente Fiat, John Elkann, intervenuto all'inizio del Consiglio, i soci hanno probabilmente riversato anche un po' della loro partecipazione emotiva per le vicende aziendali. Una dimostrazione del legame inscindibile con la Società, per la

quale hanno lavorato una vita. Elkann non è stato meno affettuoso: «Questo incontro - ha detto rivolgendosi alla platea - è importante: passare un momento insieme per parlare di quello che sta accadendo in Fiat significa rafforzare il vicendevole legame che esiste da sempre tra voi e l'Azienda. Ed è importante che continui così». Elkann ha poi rivolto un invito: la nuova Fiat ha aperto orizzonti inediti, prospettive e rela-

zioni con Paesi lontani e con realtà diverse da quella italiana. Tutto questo non deve intimorire, ma offrire stimoli, anche ai soci. Un concetto più volte ripreso anche dal Presidente generale, Filippo Pralormo, descrivendo un'associazione vivace, che resiste nel tempo, ma che deve necessariamente confrontarsi con un contesto in evoluzione. Il monito è: mantenere il contatto con la realtà. Cioè con la nuova Fiat, con le istituzioni, con l'economia del Paese, con la composizione e le tendenze della società italiana. «È necessario dunque aggiornarsi e sapersi rinnovare» sottolinea ancora Pralormo.

Il Consiglio è l'incontro annuale più formale della vita associativa, il momento in cui si legge e si vota il bilancio, si approvano modifiche statutarie, si annunciano progetti e obiettivi futuri, si presentano gli ultimi arrivati tra i responsabili dei vari gruppi italiani. È anche il momento per fare il punto sulle attività svolte. «L'Ugaf - ha sottolineato Pralormo - partecipa alle manifestazioni organizzate a Torino per i 150 anni dell'Unità con oltre 200 volontari che da marzo fino a novembre prestano servizio alle Ogr, al Centro Storico Fiat, a Palazzo Madama e guidando la navetta che conduce alla Pinacoteca Agnelli». Il centocinquantenario è stata anche un'occasione per invitare i soci in città e rinsaldare il legame avviato durante la carriera lavorativa: una cinquan-

Benvenuti al
175° Consiglio Direttivo
UGAF
16 giugno 2011 - ore 10.00



tina di gruppi hanno aderito e più della metà sono già arrivati.

Tra le attività cui l'Associazione non ha voluto rinunciare, pur con le difficoltà economiche del periodo, ci sono le Borse di studio per i figli dei soci in pensione e i sussidi agli iscritti gravemente ammalati e in forti situazioni di disagio: «il nostro modo per restare uniti e dimostrare l'essenza dell'Associazione: la solidarietà» ha detto Pralormo.

A Giovanna Triacca, Segretario generale dell'Ugaf spetta il consuntivo delle numerose attività, come i 122 casi di aiuto attraverso l'assistenza sociale, i 15 mila contatti personali con l'area dei servizi previdenziali e assistenziali. Ma anche il rinnovo della Polizza con Mondial Assistance offerta a 30 mila soci ultra71enni (l'anno scorso poco più di 500 hanno richiesto un intervento). È ingente anche l'attività turistica che ha coinvolto quasi quattromila soci con le loro famiglie.

Un elemento forte dell'Associazione è il

forte senso civico dei soci, il dialogo costante con le istituzioni, soprattutto a Torino: il nuovo Presidente del Consiglio dei Seniores torinese è ancora una volta un iscritto, Cesare Palenzona, personalità di spicco dell'Ugaf. Non si dimenticano i molti iscritti che collaborano attivamente con l'Associazione Anziani Vittime di Violenza, con il Cilte (telefonia sociale), con l'Unione Industriale per l'organizzazione di congressi, con la Fondazione Esperienza, presieduta da Paolo Campiglia.

I campi di azione sono numerosi, e riguardano tutti i settori, dall'assistenza alla persona alla cultura. Per questo, l'Ugaf ha continua fame di volontari, e di conseguenza di nuovi soci. Da qui l'appello di Pralormo alla fine del Consiglio: «ciascun associato deve farsi portavoce dei valori associativi per portare in Ugaf nuovi iscritti alla luce dell'unica nota dolente: una lenta ma costante decrescita degli associati. 85 mila l'anno scorso, contro gli 89 mila del 2008»

Il Presidente della Fiat, John Elkann, durante il Consiglio Direttivo, fra il Presidente dell'Ugaf, Filippo Pralormo, e il Segretario, Giovanna Triacca

L'Unità italiana vale una Reggia

“Amo i tuoi mari splendidi e le tue Alpi sublimi, amo i tuoi monumenti solenni e le tue memorie immortali” così Edmondo De Amicis in “Cuore”, 1886. L'Italia esisteva da venticinque anni, ma le sue vicissitudini erano già state “fotografate” su muri, pale e tele, “scolpite” nel marmo, rappresentate nelle icone e nei paramenti che secoli prima avevano rappresentato il potere politico ed economico. Un potere parcellizzato in ducati, signorie, regni.

Fino a settembre, nella Reggia di Venaria è organizzato un evento imperdibile: i più preziosi capolavori di arte pittorica, scultorea e manifatturiera dal 1200 a pochi decenni dopo l'Unità, riuniti nella mostra “La bella Italia” (vedere servizio completo a pag.46). Giotto, Canaletto o il Perugino, per citare alcuni qui presenti con le loro opere, non potevano teorizzare certo l'Unità del Paese, né prevedere vittorie, disfatte e sacrifici di lacrime e sangue che tutto ciò avrebbe comportato. Eppure, l'evoluzione del Paese, e i motivi per cui a un certo punto prese forma l'idea di Unità, di governo unico e più equo, erano già rintracciabili attraverso le loro creazioni artistiche: gli stenti del popolo, le discussioni degli intellettuali, l'opulenza smaccata delle classi dominanti, la lontananza del potere religioso. Le opere d'arte sono riunite in aree di appartenenza, dedicate alle grandi capi-

*I soci
di Termoli
visitano
“La bella
Italia”
organizzata
nel palazzo
reale di
Venaria.
La sorpresa
di incontrare
l'ingegner
De Angelis
nella sede
Ugaf*

DI PAOLA RAVIZZA

FOTO DI
ALESSANDRO LERCARA

tali, da Torino a Palermo, ognuna contraddistinta da una vocazione economica o culturale. In quel contesto così frammentato, operavano gli artisti che furono il veicolo delle nuove idee. Tra i prodotti di quella cultura hanno girovagato naso all'insù i 57 soci di Termoli, a Torino per le celebrazioni dei 150 anni. Per loro “La bella Italia” è stata una sorpresa. Il ricco copricapo papale, la burrosa consistenza della statua del Canova, il tempo apparentemente sospeso nell'atelier di una sarta che cuce la futura bandiera italiana nel quadro del pittore fiorentino Odoardo Borrani, hanno colpito per bellezza e per le differenti rappresentazioni che gli artisti proponevano di una società altrettanto variegata.

«“La Bella Italia” è un evento grandioso che nobilita chi l'ha pensato - dice Anna Traini, moglie del socio Filippo Romano che sottolinea anche con un pizzico di amarezza: - è un peccato che gran parte del tesoro artistico italiano non sia adeguatamente valorizzato ed esposto».

Un'atmosfera rarefatta avvolge le sale dell'esposizione, la citroniera e la scuderia. L'allestimento affascina, con foglie per terra, laghi e mari (specchi al posto delle piastrelle, le signore sono avvisate) che imprimono movimento alla mostra e stanno lì a ricordare che anche la geografia del Paese ha pesato sulle vicende storiche.



Il tempo scivola via: «La mostra - dice Mario Casagrande - è semplicemente stupenda, ricostruisce perfettamente l'Unità d'Italia. Ho quasi timore ad aggiungere di più, sarebbe persino imbarazzante dover indicare l'area o l'opera che più mi hanno colpito. È anche una mostra che senza la guida è difficile da comprendere». «Non basta un'ora e mezza per visitarla - chiosa Vittorio Cefaratti -: merita molto di più».

L'ultimo atto va in scena nel cortile della Reggia: giochi d'acqua e musiche barocche, sotto la pioggia. Atmosfera surreale.

I soci di Termoli nelle sale della citroniera e della scuderia. L'allestimento cerca di ricordare che le vicende storiche sono state influenzate anche dalla geografia del Paese: mari, laghi, colline e montagne hanno in qualche misura avuto un ruolo determinante

LA PASSIONE DEI VIAGGI

Scendono dal pullman sorridenti e ben attrezzati: giacche a vento leggere, scarpe sportive, cappellini, mantelline per il brutto tempo, borse a tracolla: look da turisti professionisti. Amerigo Di Giulio, presidente del gruppo dal 2010, racconta che i suoi iscritti non si fanno scappare nessuna proposta di viaggio o di approfondimento culturale. Per i cinque giorni in terra piemontese (previsto anche un giro a Racconigi) hanno dovuto lasciare qualcuno a casa: troppe richieste, pochi posti. A settembre saranno in crociera per andare in Andalusia e alcune signore già ne parlavano, prima di entrare alla mostra. Tanto entusiasmo per un gruppo vivace e curioso. Molti di loro hanno vissuto a Torino: Filomena Garzisi, socia da 25 anni, ci ha vissuto da ragazza: «L'ho trovata rinnovata, i monumenti ripuliti, tante strade nuove». Vittorio Cefaratti ci è stato la prima volta in gita scolastica 45 anni fa, poi per lavoro nel '72 e negli anni '80 per i corsi sul motore Fire, costruito poi a Termoli. Nella sede Ugaf, i soci hanno anche incontrato un dirigente molto apprezzato da tutti, l'ingegner De Angelis, direttore dello stabilimento. Per lui, un entusiasmo sincero e commovente.



www.aceapinerolese.it

Questa volta l'applauso va al pubblico.

**ACEA Pinerolese è una multiutility del settore pubblico
che fa dell'efficienza e della qualità il suo fiore all'occhiello.**

Attiva in molti settori quali la **raccolta**, il **trattamento** e lo **smaltimento dei rifiuti**, la gestione del **servizio idrico integrato** e delle **reti gas**, ACEA Pinerolese è un'azienda che investe in sviluppo e innovazione. Una realtà in crescita costante, solida ed efficiente, i cui valori chiave sono responsabilità sociale e ambientale, trasparenza, qualità e radicamento sul territorio. Un modo di fare e di essere che da 155 anni è sinonimo di risultati. Per comuni, cittadini e imprese.

aceea PINEROLESE
L'INNOVAZIONE È IL NOSTRO TERRITORIO

Sede Territoriale di Carmagnola

I soci che intendono candidarsi per il triennio 2012/2014 devono recarsi presso la sede Ugaf del Gruppo in via Quintino Sella 52, Carmagnola per compilare la scheda di adesione. Il termine per presentare la candidatura è il 30 settembre 2011.

Tel.: 338/2651079 – 338/5289817, venerdì 14/17.

Interaziendale Asti

I soci che intendono candidarsi per il triennio 2012/2014 devono recarsi presso la sede Ugaf del Gruppo in via Cavour, 47, Asti per compilare la scheda di adesione. Il termine per presentare la candidatura è il 31 ottobre 2011.

Tel. 328/2730610,
mercoledì e sabato
9/11.



FOTOLIA

RINNOVI CARICHE

Gruppo Sevel Atesa

Presidente Delegato: SPAZIANI Piera

Vice Presidente Delegato: MARGIOVANNI Dario

Segretario: GIANNETTI Giuseppe

Consigliere: COSTANTINI Giovina, FIORITI Gennaro, LUPO Vittorio, MARINO Anna Maria, MELITO Pasquale, PRUDENTE Luigi

Revisore dei conti: DI TOMMASO Giustino, SCIPIONE Bernardino.

Direzione Area Milano

Presidente Delegato: GUARNIERI Luigi

Vice Presidente Delegato: PACI Enrico

Segretario: BOSCHI Antonia

Consigliere: ANASTASI Giuseppe, D'ANDRIA Vincenzo, GROMALDI Vanda, MASSA Claudia, PASTORI Lina, PROCOPIO Flavia.

Revisore dei conti: BELOTTI Sergio, GRASSI Giorgio, TERRENI Giuseppina.

F.G.A. Stab. Pomigliano d'Arco

Presidente Delegato: DE MARTINO Salvatore

Vice Presidente Delegato: SANSÒ Bruno

Segretario: APREA Giampiero

Consigliere: CAIAZZO Mariagrazia, DI ROSA Saverio,

MUSTILLI Bonina, POLICETTI Antonio, SERNIA Adriana, VERRILLO Ciro.

Revisore dei conti: BARBARULO Modesta, LEONE Elisa, DI MICCO Raffaele.

CNH Lecce

Presidente Delegato: LOSAPIO Cosimo

Vice Presidente Delegato: PAGLIALUNGA Nicola

Segretario: MOLLE Quintino

Consigliere: ATTANASIO Salvatore, DE LUCA Antonio,

DE VITIS Franco, FAGGIANO Maria Teresa, FELLINE Angelo, MOCAVERO Domenica.

Revisore dei conti: FIORITO Antonio, SELLERI Maria Elena.

Ex Succursale di Reggio Calabria

Presidente Delegato: LARIZZA Francesco

Vice Presidente Delegato: BRANCA Leandro

Segretario: CALABRÒ Annunziato

Consigliere: STILLITTANO Natale, SCORDO Giuseppe, BARTOLO Antonio, FOTIA Agostino.

Revisore dei conti: DITTO Ernesto, MALARA Antonino

Come si vive dopo i 50 anni?

Che cosa significa avere più di 50 anni? Quale visione del futuro hanno i cinquanta, sessantenni di oggi? Lo abbiamo chiesto a due consiglieri Ugaf, tra i più "giovani" dell'Associazione, Graziella Capobianco e Giancarlo Perona, che non si sono tirati indietro e hanno raccontato il loro rapporto con l'età e con il mondo che li circonda.

Che età ha e da quanto è consigliere?

Perona: 60 anni. Da quattro sono consigliere e ora anche segretario del Gruppo Comau.

Capobianco: ho 55 anni e da poco sono consigliere di Capogruppo.

È ancora al lavoro o in pensione?

Perona: in pensione da tre anni e mezzo. Sono contentissimo e non ho il tempo per fare tutto ciò che voglio.

Capobianco: sono impiegata nell'ufficio "normativa del lavoro" in Fiat Sepin. Mi mancano ancora un paio di anni per andare in pensione.

Che rapporto ha con i giovani?

Perona: cerco di capirli, ma a volte fatico. Spesso i loro modi di vivere contrastano con i miei.

Capobianco: ho tre figli, due di 27 anni, e uno di 17. Penso di essere abbastanza in sintonia con loro anche se a volte i punti di vista divergono. Da giovani si è più rigidi: è tutto bianco o nero. Invecchiando, invece, si vedono le sfumature.

Lo abbiamo chiesto a due consiglieri che non sembrano troppo preoccupati del tempo che passa

DI PAOLA RAVIZZA

Che cosa le insegnano i giovani?

Perona: in azienda sono molto propositivi, più di come eravamo noi. Ma, in generale, mi sembrano più dispersivi e demordono alle prime difficoltà.

Capobianco: non mi sono mai posta la domanda.

Come ha trascorso il suo cinquantesimo e sessantesimo compleanno?

Perona: il cinquantesimo non lo ricordo. Il sessantesimo mi ha dato una grande gioia: gli amici più cari hanno organizzato una festa a sorpresa a casa mia.

Capobianco: festeggio poco i compleanni, ma per i 50 anni ho organizzato una festa con gli amici. Sono fortunata perchè non sento gli anni che passano.

Quale consiglio darebbe a una persona che sta per compiere 50 anni?

Perona: di ricordarsi che è un punto di partenza per tante cose nuove. Non un punto di arrivo.

Capobianco: la mezza età spaventa. Consiglierei di vivere i propri anni, accettandoli e cogliendo i lati positivi che esistono in ogni stagione della vita.

Che cosa pensa di chi ricorre al chirurgo estetico?

Perona: che è una persona senza fiducia in se stessa e a disagio con il proprio corpo.

Capobianco: non accettare l'invecchiamento è un problema psicologico, più che estetico.



A 20 anni come giudicava i 50enni?

Perona: ho avuto la fortuna di lavorare con persone più grandi di me che mi hanno sempre aiutato e consigliato. Il loro modo di essere adulti è stato l'esempio al quale volevo arrivare.

Capobianco: vecchietti, ecco come li vedevo! Ma ora dico che i 50enni di oggi sono diversi da quelli di ieri che avevano fatto una vita sacrificata: prima la guerra, poi il dopoguerra. Erano più stanchi.

Che cosa rimpiange e che cosa no della gioventù?

Perona: la spensieratezza, la forza fisica, la maggior libertà. Non rimpiango i momenti duri. A 16 anni è morto mio padre e sono iniziate le difficoltà economiche per me e mamma.

Capobianco: avere ancora la vita davanti per cambiare alcune cose. Per esempio, continuerei a studiare. Non rimpiango certe ansie giovanili, per cui le piccole difficoltà sembrano più grandi del reale.

Che cosa vorrebbe fare che non ha ancora fatto?

Perona: viaggiare, soprattutto lontano dalle vacanze di massa.

Capobianco: viaggiare e fare più sport.

La tecnologia migliora la vita?

Perona: amo la tecnologia. Al lavoro l'ho accolta a braccia aperte.

Capobianco: mi limito a computer e telefonino.



Graziella Capobianco e, sopra, Giancarlo Perona. Tra le loro passioni la cura del verde e la palestra

2.0, avatar, widget: che cosa significano?

Perona: non lo so. Del mondo di internet conosco Facebook al quale sono iscritto, ma vi accedo poco: lo trovo un mondo stupido, che serve ad alcuni come sfogo del proprio stato d'animo.

Capobianco: non li conosco.

Le letture preferite?

Perona: leggo una quindicina di libri l'anno: fantapolitica, gialli, qualche saggio. Leggo i giornali online al mattino.

Capobianco: vado al lavoro in treno per cui leggo abbastanza. In genere, romanzi e biografie. L'ultima era su Georgiana Spencer, antenata di Lady D.

Che cosa fa nel tempo libero?

Perona: sono super impegnato. Tre giorni a settimana all'Ugaf, i corsi all'Unire, la passione per la fotografia, la casa in campagna dove faccio il contadino.

Capobianco: ho poco tempo libero tra lavoro e un figlio ancora a casa. Quando posso, vado in palestra e in piscina.

Che cosa le hanno insegnato gli anni?

Perona: a non fidarmi troppo delle persone, ma anche a non isolarmi, a cercare di mantenere una sorta di autonomia di pensiero. E anche di essere critico con me stesso.

Capobianco: a prendermela più con calma e a lasciarmi scivolare addosso molti problemi.

SEDE TERRITORIALE DI CHIVASSO

LA BELLA ITALIA



10 settembre: visita alla "Bella Italia", alla Reggia di Venaria, e a "Fare gli italiani" alle Officine Grandi Riparazioni di Torino.

6 - 9 ottobre: soggiorno a Loano. Tel.: 347/2846108-338/2378162, mercoledì e sabato 10 / 12.

FPT FOGGIA

MONTECASSINO E GAETA

18 settembre: gita a Montecassino e Gaeta. Tel.: 0881/819359, lunedì 9 / 12.

INTERAZIENDALE CENTRALE

GIORNATA ECOLOGICA

21 settembre: quarta giornata ecologica a Moncalieri.

30 settembre: visita animata alla Residenza Reale della Mandria con percorso notturno in trenino nel parco.

16 ottobre: alla scoperta di un'insolita bassa Valle di Susa.

19 ottobre: visita alla Cartiera Burgo, stabilimento di Verzuolo.

14 novembre: mostra "Van Gogh e il viaggio di Gauguin" al Palazzo Ducale di Genova.

18 novembre: alla Reggia di Venaria mostra "Leonardo, il genio, il mito". Tel.: 011/00.65.440, dalle 8 alle 13 e dalle 14,30 alle 18, dal lunedì al venerdì.

EX AUTOBIANCHI DESIO

RELAX ALLE TERME

27 agosto - 10 settembre: soggiorno a Montecatini Terme. Tel.: 0362/624263, lunedì 9 / 12, mercoledì 9 / 12 e 14 / 17.30.

STAB. DI TERMINI IMERESE

LE MINIERE DI ZOLFO

18 settembre: visita alle miniere di zolfo di Trabia Tallarita (Cl) e Musei di Caltanissetta.

30 ottobre: gita a Paternò (Ct) per la Festa della birra. Lunedì, martedì e giovedì 9 / 12.

IVECO SEDE CENTRALE

SOGGIORNO AL MARE

5 - 9 ottobre: soggiorno a Loano (SV) presso Casa Marina. Tel.: 011/00.72429-72467, ma-gio 14.30/17.30

FIAT AUTO ENTI CENTRALI

NONNI E NIPOTI

2 ottobre: festa dei nonni e nipotini.

15 ottobre: tour delle Valli (Pesio e Tanaro) con passeggiata alla Riserva naturale dei Ciciu del Villar.

12 novembre: gita in pullman in Alta Langa e partecipazione alla festa del bollito di Carrù (Cn).

26 novembre: gita e pranzo a base di fritto misto a Cavour. Tel.: 011/0034858 - 37043, lunedì, mercoledì e venerdì 9 / 12.

INTERAZIENDALE ASTI

INCONTRO CON L'UROLOGO

7 ottobre: alle 21 nel salone parrocchiale San Paolo, serata di approfondimento con l'urologo.

15 ottobre: alle 14, gara sociale a carte presso il Circolo Enel Via Pagliani

21 ottobre: alle 21, rappresentazione teatrale in dialetto piemontese nel salone parrocchiale San Paolo.

6 novembre: pranzo sociale al ristorante "Il Faro" di Rodello (Cn). Tel.: 328/2730610 - 329/1369073, mercoledì e sabato 9 / 11.

EX FIAT AVIO BRINDISI

CASTAGNATA

2 ottobre: festa dei nonni e castagnata. Tel.: 0831/556571, martedì 9.30 / 12.30 e giovedì 15.30 / 17.30



FOTOLIA

EX FIAT FERROVIARIA SAVIGLIANO
FESTA DEI SENIORES

15 ottobre: festa dei Seniores con messa a ricordo dei soci defunti.
Tel. 0172/718516, martedì 14 / 18.

COMAU
PIANNACOLO E SCOPE

21 ottobre: 20,30 gara di pinnacolo autunnale.
11 novembre ore 20,30 gara sociale di scope. Tel.: 011/00.49442, martedì, mercoledì e venerdì 9 / 12.

FPT VERRONE
FIRENZE

7 - 9 ottobre: gita a Firenze.
16 ottobre: pranzo nella sede del Gruppo sportivo Lancia di Verrone.
Tel.: 0152/584427, martedì 13.30 / 15, venerdì 14.30 / 16.30.

STABILIMENTO DI CASSINO
SOGGIORNO A TORINO

4 - 10 settembre: soggiorno a Torino per i Festeggiamenti del 150° Anniversario dell'Unità d'Italia.
15 ottobre: serata conviviale presso il centro sportivo Fiat con musica e balli, mostra dei lavori di creatività e artigianato. Tel.: 0776/399832, lunedì e venerdì 15 / 17 e mercoledì 10 / 12.

FIAT AUTO RIVALTA
LA TUNISIA DI EL KANTAOUI

1 - 8 ottobre: soggiorno a El Kantaoui (Tunisia).
8 ottobre: pranzo a base di pesce.
15 ottobre: gara di bocce al bocciodromo comunale di Orbassano.
23 ottobre: fiera del tartufo a Moncalvo (At). Tel.: 011/9081190, dal martedì al venerdì 9 / 11.



CHIUSURA ESTIVA

La sede Ugaf di via Giacosa 38 resterà chiusa dal 30 luglio al 10 settembre per le ferie estive.
Le normali attività lavorative riprenderanno lunedì 12 settembre.

FPT TORINO
POLENTA AI "GELSI"

12 novembre: pranzo a base di polenta al ristorante "I gelsi" di Villanova di Mondovì (Cn).
30 dicembre - 1 gennaio: capodanno Firenze e Lucca.
31 dicembre - 2 gennaio: capodanno a Villanova di Mondovì (Cn) al ristorante "I gelsi".
Tel.: 011/0034174 - 36778, martedì, mercoledì e venerdì 9.30/12.

PRANZI SOCIALI

25 settembre: Fiat Auto Direz. Comm.le Area Torino.
Tel.: 011/00.31861, lunedì, martedì e mercoledì 14.30 / 17.30.
25 settembre: Gruppo Teksid al ristorante "La Ruota" di Pianfei (Cn).
Tel.: 011/3173087, lunedì 15 / 17.30, martedì e venerdì 9 / 11.30.
22 ottobre: Fiat Auto Direz. Comm.le Area Torino sede di Genova al ristorante "I tre merli" Porto Antico di Genova. Tel.: 010/3704259, via Piave, 5, Genova.
6 ottobre: Sede Territoriale di Nichelino al Ristorante "La Ruota" di Pianfei (Cn). Informazioni: al circolo Anziani "N. Grossa", in via Galimberti, 3, Nichelino (To).

Quando muoversi diventa difficile

L'artrite è una malattia cronica che colpisce le articolazioni. Ne sono affette soprattutto le donne

DI FRANCESCA RECH

Circa lo 0,5 per cento degli italiani soffrono di Artrite Reumatoide. Sono le donne a essere più colpite degli uomini in un rapporto di quattro a uno. Per capire come riconoscere, curare e prevenire questa malattia abbiamo intervistato il dottor Italo Ariata Maiocco, Specialista in Reumatologia all'Ospedale Gradenigo di Torino.

Dottore, che cos'è l'artrite reumatoide?

È una malattia infiammatoria autoimmune di cui non si conoscono del tutto le cause. Colpisce le articolazioni provocando dolore, difficoltà di movimento, tumefazione, rigidità e limitazione della funzionalità. È una malattia cronica progressiva che se non viene trattata in modo adeguato produce un sensibile deterioramento delle articolazioni, portando all'invalidità e a una notevole riduzione della qualità di vita dei pazienti. Il sistema immunitario che normalmente ci difende dalle aggressioni esterne (ad esempio da virus e batteri), in questo caso attacca il tessuto sano confondendolo per un aggressore esterno, causando così il danno articolare e l'infiam-



FOTOLIA

Non esistono diete specifiche per prevenire l'artrite. L'importante è condurre uno stile di vita sano e svolgere attività sportiva. Ma attenzione: se si è affetti dalla malattia sono consigliati soltanto sport dolci come il pilates

mazione. In sostanza è il corpo che lotta contro se stesso.

Qual è la differenza tra artrite e artrosi?

L'artrosi è un processo degenerativo dovuto all'usura delle cartilagini, o a predisposizione genetica o conseguente ad artriti o a traumi localizzati. Pensiamo, per esempio, a un calciatore: le sue cartilagini sono esposte a continue sollecitazioni e quindi intorno ai 40 anni potrebbe presentare già i primi sintomi della malattia. L'artrite, invece, è un processo infiammatorio.

Quali sono i primi segni dell'artrite?

Innanzitutto una certa rigidità dell'articolazione, presente in particolare al mattino e che in genere dura per una o due ore, ma può protrarsi anche per l'intera giornata. A questa si può aggiungere dolore e tumefazione delle articolazioni. Da sottolineare che sono le piccole articolazioni di mani, polsi e piedi a essere più colpite, ma ricordiamoci che l'artrite può interessare anche

le altre articolazioni. Inoltre, è tipico il coinvolgimento simmetrico: due mani, due piedi, due polsi e così via. Nel corso della patologia questo quadro può evolversi peggiorando: l'articolazione va incontro a deformazioni con conseguente perdita della funzione articolare, i tendini possono rompersi, il dolore diventa cronico e persistente fino ad arrivare a una distruzione irreversibile dell'articolazione e quindi a uno stato di invalidità. La malattia, se non curata, provoca precocemente limitazione delle funzionalità.

La malattia si produce con maggior velocità nei primi due anni: come fare per prevenire o ritardare il suo insorgere?

L'importante è la diagnosi. Tanto più la malattia è diagnosticata precocemente tanto più si potranno prevenire o evitare i

danni permanenti e quindi la disabilità. Questo spazio temporale è definito "finestra di opportunità", oltre la quale la patologia va incontro a una fase di progressione su cui le terapie hanno meno probabilità di successo.

Quali sono le terapie più adatte?

Alcune intervengono sui sintomi, mentre altre modificano il decorso della malattia. Oltre ai farmaci sintomatici, dotati di un effetto rapido, ma limitato nel tempo e a quelli di fondo, che comprendono una serie di molecole in grado di modificarne il decorso, esistono i farmaci biotecnologici o modificatori della risposta biologica capaci di neutralizzare l'azione di alcune proteine che favoriscono l'infiammazione, agendo in modo mirato. Producono un soddisfacente controllo della malattia e della sua evoluzione.

Hotel Terme San Lorenzo★★

Gestione Famiglia TOSON dal 1950

Via Santuario, 84 • 35031 Abano Terme • (Pd) Italia
Tel. 0039 049 866.93.47/866.84.55 • Fax 049 866.87.61
www.termesanlorenzo.com • info@termesanlorenzo.com

SCONTI PARTICOLARI PER DIPENDENTI GRUPPO FIAT E UGAF



**Centro di cure termali,
fangoterapia e inalazioni
interno all'albergo**
CONVENZIONATO CON LE U.S.L. NAZIONALI
massaggi e pacchetti benessere
Giardino, Parcheggio, Bocce, Ginnastica
in acqua, Noleggio biciclette, serate
danzanti, cene a lume di candela.
**Piscina termale coperta e scoperta
con ampio solarium**

**pensione completa
a partire da
€ 44,00**



FONDAZIONE
UNIVERSITÀ
POPOLARE
DI TORINO

“una mole di cultura”

100 Corsi serali 120€ tutto compreso

ANNO ACCADEMICO 2011-2012

Arabo - Cinese - Ebraico - Francese - Giapponese - Greco Antico - Inglese - Pet/Inglese (corso a numero chiuso) - First Certificate/Inglese (corso a numero chiuso) - Lingua e Letteratura Italiana - Lingua e Letteratura Latina - Lingua Piemontese - Portoghese/Brasiliano - Russo - Spagnolo - Dele B1/Spagnolo (corso a numero chiuso) - Tedesco

Alfabetizzazione informatica - Antropologia culturale - Archeologia - Astronomia - Bridge - Capire la musica - Ciclo di vita della famiglia - Comunicare per capirsi, capire per comunicare - Comunicazione non verbale e Mimo (corso a numero chiuso) - Curar mangiando - Dai Costruttori di Cattedrali alla Massoneria moderna - Diritti dei cittadini e dei consumatori - Economia e Finanza - Egittologia - Fotografia - Giardinaggio in città - Grafologia - Identità psicologica - Investigazione e informazione - Letture dantesche e linguistica Italiana - Master di Personal Training (corso a numero chiuso) - Medicina Cinese antica e nutrizione bioenergetica - Mitologia Greca - Nietzsche - Psicologia criminale e investigativa - Scacchi - Scienza e Etica - Scuola di teatro (corso a numero chiuso) - Storia dell'arte - Storia dell'Europa Contemporanea - Storia della nave e della navigazione - Storia delle religioni e del libero pensiero - Storia e critica del cinema - Tra Otto e Novecento: Gabriele d'Annunzio e la cultura italiana - Viaggio nella filosofia Greca - Viaggio nella filosofia moderna - Vino e Formaggio

Segreteria:

Via Principe Amedeo, 12
Tel. e Fax 011.8127879

Sede dei corsi:

Facoltà Scienze Matematiche
Fisiche e Naturali
Palazzo Campana - Via Carlo
Alberto, 8 - Torino

info@unipo torino.it

www.unipo torino.it

Iscrizioni aperte *dal 3 Giugno 2011*