

AII. 1/C

CURRICULUM ASSOCIAZIONE

DENOMINAZIONE	A.L.A.P. (Associazione degli Anziani e Pensionati Lignanesi)
STORIA	<p>L'associazione si è costituita il 29 marzo 1986, primo presidente Alfredo Moreal, la sede si trovava presso l'attuale sala mensa della scuola Primaria.</p> <p>Dal 2009 al 2010 la sede si è trasferita presso i locali adiacenti la Polizia Municipale e dal 2010 presso i locali dell'ex custode della scuola Media. Attualmente l'Associazione ha una sede definitiva in Via Arcobaleno n. 28/30</p>
SEDE	Via Arcobaleno n. 28/30
Codice fiscale	92003280309
APPROVAZIONE STATUTO	data approvazione 16 maggio 1986
ISCRIZIONE ALBO DELLE ASSOCIAZIONI	Comune di Lignano Sabbiadoro n. 7 data iscrizione 14 marzo 2006
FINALITÀ' DELL'ASSOCIAZIONE	<p>Promuove iniziative culturali, sociali e aggregative a favore degli anziani. L'Associazione organizza spettacoli teatrali, raccolte fondi benefiche, concerti, corsi di attività motoria, soggiorni climatici, gite, festa degli anziani, gioco della tombola, del burraco. Partecipa alle manifestazioni benefiche organizzate nel comune.</p> <p>L'attività svolta dall'associazione ha una forte valenza sociale, aggregativa, per le persone residenti nel territorio vede la partecipazione numerosa degli iscritti. Nella realizzazione dell'attività associativa ci si avvale di personale qualificato sia per l'attività sportiva che aggregativa. Obiettivo delle attività sportive è la promozione dell'invecchiamento attivo delle persone anziane, inteso come mantenimento di una buona salute fisica mentale, della propria autonomia e della partecipazione sociale.</p>
ATTIVITA' SVOLTE NEGLI ULTIMI TRE ANNI	VEDI PROGRAMMI ALLEGATI

Lignano Sabbiadoro, li 01 aprile 2022


Il Presidente
Edoardo CUSAN



A.L.A.P.
ASSOCIAZIONE LIGNALESE
ANZIANI E PENSIONATI

33054 LIGNANO SABBIA D'ORO (UDINE)

Lignano, 31 agosto 2020

Cara Amica, caro Amico,

Ti trascriviamo il programma delle attività 2020, alle quali auspichiamo la Tua partecipazione, oltre ed alcune importanti informazioni.

MARTEDÌ 8 settembre ore 17.00 presso la nostra SEDE

Il prof. Valter Tomada ci intratterrà sulla storia della nostra Regione e presenterà il periodico "La patria della Bassa". Seguirà una bicchierata.

LUNEDÌ 14 settembre gita in Motonave a **GRADO E BARBANA**

Partenza con motonave Nuova Saturno dalla darsena di Saggiadoro alle ore 9.30 rientro previsto a Lignano intorno alle 17.30/18.00.

Durante l'escursione verranno serviti svariati e gustosi stuzzichini a base di pesce, una spaghettonata ai frutti di mare, pesce azzurro alla griglia, formaggio friulano, pane, acqua, vino (bianco e rosso), dolcetto, caffè e grappa.

Costo per persona € 57,50 per un minimo di 50 persone. L'associazione interverrà con un contributo per cui il costo per persona sarà di € 45,00.

SABATO 19 settembre ore 16.00 presso la nostra SEDE

Incontro aperto sul tema "Covid - informazioni e normative sanitarie" - relatore dr. Massimo Sandri. Seguirà bicchierata.

LUNEDÌ 5 ottobre presso la Sede, alle ore 15.00, in seconda convocazione Assemblea Generale ed elezione del direttivo per il triennio 2020/2023, in allegato l'ordine del giorno.

SABATO 10 ottobre gita a **SACILE, ANDREIS, FRISANCO POFABBRO**

Programma: ore 9.00 partenza per Sacile, soprannominata anche Giardino della Serenissima perchè lungo il fiume Livenza si affacciano numerosi palazzi nobiliari del periodo veneziano.

All'arrivo incontro con la guida e visita del centro storico: sviluppato sulle due isole formate dal Livenza, si ammireranno edifici religiosi e palazzi nobiliari cinque-seicenteschi, tra i quali spicca per importanza storico-artistica Palazzo Ragazzoni, e il Duomo di San Nicolò, sicuramente uno dei più suggestivi edifici sacri dell'intera regione.

Pranzo in ristorante

Al termine partenza per la Val Corvera, mondo antico, terra di gente coraggiosa forgiata dalle avversità naturali e dalle emigrazioni. Si visiteranno i paesi Andreis, Frisanco e Poffabro,

quest'ultimo inserito nella lista dei "Borghi più belli d'Italia". Si ammireranno vecchie case restaurate che tramandano la cultura della vallata, diventate il patrimonio storico e culturale della zona.

Quota per persona - pranzo e bevande comprese - € 70,00. L'associazione interverrà con un contributo per cui il costo per persona sarà di € 60,00.

La gita si effettuerà con un minimo di 25 persone e la prenotazione dovrà essere effettuata inderogabilmente entro il 3 ottobre.

DOMENICA 25 ottobre – ore 12.00 - **Tradizionale SARDELLATA** presso il ristorante “La Granseola” - Piazza Marcello d’Olivo a Lignano Pineta. Costo € 15,00. Chi lo desidera potrà portare un dolce da condividere a fine pranzo, pranzo che sarà allietato da musica. Prenotazioni , per non oltre 100 persone, da effettuarsi entro sabato sabato 17 ottobre.

DOMENICA 20 dicembre ore 12,00 **pranzo sociale** presso **Hotel Columbus** di Lignano Sabbiadoro. Durante l’incontro, che sarà allietato da musica e balli, sarà organizzata una lotteria con premi “mangerecci”. Il pranzo è gratuito per i soci, mentre la quota di partecipazione per i non soci è fissata in € 30.00.

INFORMAZIONI SULLE ATTIVITA' MOTORIE:

PROGETTO ERICA – Corso di ginnastica specifica per patologie della colonna e reumatologiche.

Il progetto ERICA - corso di attività motoria – terapeutica, appoggiato dall’Amministrazione comunale ed organizzato con il coinvolgimento dell’A.S.L. (Unità Sanitaria Locale), avrà la durata di 6/7 mesi a partire dal 13 ottobre 2020 e sino ad aprile 2021 ed avrà luogo presso la palestra dello Stadio Teghil, ogni martedì e venerdì dalle ore 10,00 alle 11.00 (turno A) e dalle ore 11.00 alle 12.00 (turno B), al costo mensile di € 20,00, (oltre alla quota di iscrizione annuale di € 15.00).

L’attività fisica in programma prevede il supporto di un fisioterapista che, previa valutazione delle condizioni fisiche di ognuno in base alle diverse patologie, farà eseguire degli esercizi volti a contrastare le cause che limitano i “movimenti”, e conseguentemente migliorare le patologie fisiche che vanno dal rischio delle cadute alla rachide, all’incontinenza urinaria, alla deambulazione degli arti inferiori, al dolore muscolare-articolare cronico. Per potersi iscrivere è necessaria una preventiva richiesta del medico curante che dovrà evidenziare le problematiche. Successivamente, su prenotazione e gratuitamente un fisiatra dell’azienda sanitaria visiterà la persona e valuterà l’attività motoria più confacente.

CORSO DI GINNASTICA GENERALE

Il corso, avrà luogo, presso la palestra delle scuole Medie ogni martedì e venerdì dalle ore 15.00 alle ore 16.00, a partire dal 13 ottobre 2020 ad aprile 2021, al costo annuale di € 80,00, oltre alla quota di iscrizione annuale di € 15.00.

Per informazioni e iscrizioni contattare la socia Nerina Zoccarato (cell. 333 60 12 921) che sarà disponibile in sede dalle ore 16.00 alle ore 17.30 – venerdì 25 settembre, lunedì 28 settembre e venerdì 2 ottobre 2019.

ORARIO SEGRETERIA

A partire dal 19 settembre l’ufficio segreteria sarà aperto il sabato dalle ore 15.30 alle ore 17.30

Cellulare Cusan 333 88 92 813 - Presidente

Cellulare Jessica 338 54 15 423 - Segretaria

Cellulare Nerina 333 60 12 921 - Attività motoria

Il presidente
Edoardo Francesco Cusan



Lignano, 31 maggio 2021

Cara Amica, caro Amico,

Siamo lieti, dopo la lunga "assenza" dovuta al covid, di poter programmare alcune iniziative che ci permetteranno nuovamente una vita sociale attiva. Di seguito il programma delle attività 2021, alle quali auspichiamo la Tua partecipazione.

GIOVEDÌ 17 giugno gita ad Aquileia e Strassoldo con il seguente programma:

ore 8.30 partenza da Lignano (fermate: Chiaruttini, al Ponte/Despar e piazzale Polizia Municipale).

Arrivo ad Aquileia incontro con la guida e passeggiata archeologica (Foro, porto fluviale, Basilica), seguirà il pranzo presso il ristorante Ai Patriarchi (primo, secondo, contorno ¼ vino, ½ acqua, caffè).

Nel primo pomeriggio visita del borgo medievale di Strassoldo e della chiesetta S. Maria in Vineis.

Costo (bus, pranzo, guida, ingressi e assicurazione) € 75,00. Per i Soci il costo sarà di € 65,00 in quanto l'associazione interverrà con un proprio contributo di € 10,00.

Si partirà con un minimo di 25 partecipanti. Le prenotazioni dovranno pervenire entro il 13 giugno (cell. 340 9282677 - 334 9747007)

MERCOLEDÌ 1° settembre Navigazione naturalistica lungo il parco del Sile

ore 7.30 partenza in bus da Lignano (fermate da Charuttini, Al Ponte/Despar e piazzale Polizia Municipale)

ore 08.40 imbarco a Portograndi (VE). Durante la navigazione verrà illustrata la storia del fiume Sile dalla sua nascita, all'importanza commerciale, e delle sue bellezze: flora, fauna e Ville Venete. **10.20** (circa) Sosta nel paese rivierasco di Casale sul Sile: spiegazione guidata della parte storica (Torre Carrarese esternamente, Villa Frezza, che durante le 2 Guerre Mondiali diventò un ospedale da campo dove Hemingway trasportava i feriti e fu anche un deposito di ambulanze. Se disponibile visita della Chiesa dove all'interno ci sono delle opere di Gian Domenico Tiepolo che rappresentano il Trionfo e la Fede).

11.30 (circa) Reimbarco e navigazione lungo il tratto delle Ville Venete. **12.30/13.00** circa, sosta nel paese rivierasco di Casier (tv). Pranzo a bordo.

15.30 circa, reimbarco e panoramica del cimitero dei "burci". Rientro a Portograndi (VE) e termine dei servizi verso le ore **17.30/18.00** circa.

Costo € 75,00, per i soci il costo sarà di € 65,00 in quanto l'associazione interverrà con un proprio contributo di € 10,00 per bambini dagli 8 ai 14 anni € 53,00. (minimo 25 persone collegate ad altro gruppo oppure 80 solo per i nostri soci). Prenotazioni e informazioni cell. 340 9282677 - 334 9747007.

i

LUNEDÌ 20 settembre gita ad Illegio e Pesariis

ore 8.00 Partenza in bus da Lignano (fermate: Chiaruttini, Al Ponte/Despar, piazzale Scuole Medie).

Visita guidata alla mostra "Cambiare" ad Illegio.

Pranzo e successiva visita di Pesariis e del suo museo degli orologi - Rientro con partenza alle ore 17.00.

Costo € 60,00. La quota comprende servizio trasporto, ingresso mostra Illegio, ingresso museo a Pesariis e pranzo con bevande comprese. (partenza con minimo 25 persone).

DOMENICA 26 settembre - 9 ottobre soggiorno termale Abano Terme presso Hotel Bologna (tre stelle). Soggiorno in doppia € 760,00 (supplemento singola € 12,00 supplemento per doppia uso singola € 20,00 al giorno). Possibilità di soggiorno per 7 gg. per € 420,00 con gli eventuali supplementi. Il costo del soggiorno comprende la pensione completa bevande incluse (dal pranzo alla prima colazione) cena tipica e serata danzante settimanale. Escluso tassa di soggiorno e trasporto per Abano e rientro per Lignano. Informazioni e prenotazioni (entro il 31 agosto) cell. 347 9282677 - 334 9747007.

DOMENICA 24 ottobre - ore 12.00 - Tradizionale SARDELLATA presso il ristorante "La Granseola" - Piazza Marcello d'Olivio a Lignano Pineta. Costo circa € 15,00. Chi lo desidera potrà portare un dolce da condividere a fine pranzo, pranzo che sarà allietato da musica. Prenotazioni da effettuarsi entro sabato sabato 17 ottobre.

SABATO 4 dicembre: Ossada a Gorgo al Monticano presso l'Azienda Carrer Paolo e breve visita ad Oderzo (Massimo 70 persone per il pranzo).

ore 9.00 partenza in Bus da Lignano (fermate da Charuttini, Al Ponte/Despar e piazzale Polizia Municipale)

ore 10.00 visita guidata alla zona archeologica di Oderzo.

ore 12.30 pranzo (antipasto: soppressa, ossocollo, pancetta, formaggio mezzano - salame grigliato con polenta - musetto con cren e giardiniera - ossata di maiale bollita con verdura cotta - spezzatino di maiale con guancialetto - scaglie di grana - crostata alle albicocche - caffè e grappa barricata accompagnata da vino rosè, malbec, raboso, cabernet e prosecco dry.

Costo € 50,00 (trasporto, pranzo e visita Oderzo) (Minimo 40 partecipanti, massimo 70).

DOMENICA 19 dicembre ore 12,00 pranzo sociale (luogo da definire).

Durante l'incontro, che sarà allietato da musica e balli, sarà organizzata una lotteria con premi "mangerecci". Il pranzo è gratuito per i soci, mentre la quota di partecipazione per i non soci sarà successivamente comunicata.

INFORMAZIONI SULLE ATTIVITÀ' MOTORIE:

PROGETTO ERICA – Corso di ginnastica specifica per patologie della colonna e reumatologiche.

Il progetto ERICA - corso di attività motoria – terapeutica, appoggiato dall'Amministrazione comunale ed organizzato con il coinvolgimento dell'A.S.L. (Unità Sanitaria Locale), a partire dal 5 ottobre 2021 e sino a 29 aprile 2022 ed avrà luogo presso la palestra dello Stadio Teghìl, ogni martedì e venerdì dalle ore 9.30 alle 10.30 (turno A) e dalle ore 10.40 alle 11.40 (turno B), al costo mensile di € 20,00, (oltre alla quota di iscrizione **annuale** di € 15.00).

Per potersi iscrivere è necessaria una preventiva richiesta utilizzando l'apposito stampato che dovrà evidenziare le personali problematiche. Successivamente, su prenotazione e gratuitamente un fisiatra dell'azienda sanitaria visiterà la persona e valuterà l'attività motoria più confacente.

CORSO DI GINNASTICA GENERALE

Il corso, avrà luogo, presso la palestra delle scuole Medie ogni martedì e venerdì dalle ore 15.00 alle ore 16.00, a partire dal 5 ottobre 2021 al 29 marzo 2022, al costo annuale è di € 80,00, oltre alla quota di iscrizione **annuale** di € 15.00.

Per informazioni e iscrizioni contattare la socia Nerina Arroccato (cell. 333 60 12 921).

INOLTRE:

a partire dal 4 settembre prossimo riprenderemo **"passeggiate in compagnia"**.

Appuntamento settimanale che ci permetterà di percorrere piccoli itinerari proposti e seguiti da un accompagnatore. (partenza alle ore 9.00 dalla nostra sede).

"Ascoltare insieme".

Stiamo organizzando, con cadenza settimanale, una mezz'ora "insieme" durante la quale ascoltare la lettura di brani o racconti.

"La vita dell'Associazione"

A partire dal mese di ottobre - in ore e giornate che saranno comunicate – potremo goderci i ricordi attraverso la proiezione delle foto e dei filmati realizzati durante i nostri incontri conviviali e le nostre gite, il tutto reso possibile dall'acquisto ed installazione di un impianto di video-proiezione.

Gioco Tombola e burraco

Sono ripresi i pomeriggi della "tombola". Per il burraco gli incontri sono previsti il lunedì sera dalle ore 20.30 ed eventualmente nei pomeriggi, per informazioni cell. 340 9282677.

Trasporto con il pulmino amico. Per poter usufruire del servizio cell. 3711443043

Partecipazione alle attività e ritrovi presso la sede.

Per la partecipazione alle varie attività sia in sede che all'esterno (gite, incontri conviviali, etc) si devono e dovranno sempre essere osservate le disposizioni legislative anti-covid.

Nel ricordarvi che potete contattare il direttivo per informazioni e suggerimenti (sempre graditi) e, sperando che non intervengano ulteriori disposizioni anti-covid che intralcino l'attuazione delle nostre iniziative ed incontri, un cordialissimo saluto mio personale e di tutto il direttivo.

Il Presidente
Edoardo Francesco Cusan

ORARIO SEGRETERIA

A partire dal 19 settembre l'ufficio segreteria sarà aperto il sabato dalle ore 15.30 alle ore 17.30

Cellulare Cusan 333 88 92 813 - Presidente

Cellulare Jessica 338 54 15 423 - Segretaria

Cellulare Nerina 333 60 12 921 - Attività motoria