

LA CITTÀ INFORMA

Opportunità, risorse e proposte di svago per la terza età e non solo



COMUNITÀ DI PRATICHE DELL'AREA ANZIANI

Questo foglio informativo è curato dalla **Comunità di pratiche dell'area anziani** della città di Novara, un gruppo di lavoro formato dai volontari delle Associazioni locali (cosiddetti Enti di Terzo Settore) e dalle figure professionali delegate da ASL NO, Azienda Ospedaliero-Universitaria Maggiore della Carità di Novara, Comune di Novara, CST ETS Novara VCO e Università del Piemonte Orientale.

La Comunità di pratiche dell'area anziani è un luogo di dialogo e confronto in tema di terza e quarta età. Ormai da oltre 10 anni, costituisce un laboratorio di idee e progettazione di iniziative a sostegno della **domiciliarità delle persone anziane** e della promozione di una **cultura dell'invecchiamento attivo**.

SPAZIO FRAGILITÀ - Servizio di orientamento per persone anziane o con disabilità

Lo **Spazio Fragilità** è un luogo di ascolto e di orientamento, gestito da Assistenti Sociali dell'ASL NO e del Comune di Novara, con il supporto dei volontari delle Associazioni e degli Enti del Terzo Settore, pensato per offrire informazioni puntuali su tutti i **servizi disponibili** sul territorio comunale a favore delle **persone anziane o con disabilità** e dei loro **familiari**.

Lo Spazio Fragilità è ubicato presso la sede **ASL NO in Viale Roma 7 - Palazzina A, ingresso A1, piano terra, in prossimità del CUP**. Riceve su appuntamento, telefonando al numero **366 6537408** nei giorni di **martedì, mercoledì e giovedì** dalle **9.00 alle 11.00**. La consulenza è gratuita.

CENTRO INCONTRO NUOVO ARCHIMEDE

c/o Pinetina Alessia: strada Cervina, 6 - **martedì** dalle **14.00 alle 18.30**

c/o ex Quartiere San Rocco: largo Cantore, 10 - **sabato** dalle **14.00 alle 18.00**

Promuove momenti di incontro per socializzare, giocare a carte, ascoltare musica e ballare.

Info: **393 4843411 - 393 5089637**

HUMANITAS NOVARA ODV ETS

c/o ex sede quartiere Nord: via Fara, 39

Opera nell'area di 'pronto intervento' per famiglie, minori ed anziani con lo scopo di favorire l'aiuto reciproco tra persone, valorizzando le risorse presenti sul territorio.

Info: **328 8527339**

A.M.A. NOVARA ODV ETS Associazione Malati Alzheimer

c/o Centro Commerciale San Martino 2: via Ugo Porzio Giovanola, 7 - **Secondo piano**

Si prende cura di persone con demenza, dei familiari e del personale che si occupa di tale patologia. Le nostre attività sono: counseling per famigliari, club della memoria e laboratorio di stimolazione cognitiva.

Info: si riceve su appuntamento - **377 1698513**

amanovaraonlus@gmail.com - www.amanovaraonlus.it

COORDINAMENTO DEI GRUPPI DI VOLONTARIATO VINCENZIANO

In città sono presenti otto gruppi che operano in maniera coordinata per dare **sostegno morale ed economico ad anziani e famiglie in situazione di disagio**.

Info sulle attività e per contattare i referenti di ciascun gruppo: **339 3606007**

AVO NOVARA ODV Associazione Volontari Ospedalieri

corso Mazzini, 18 (di fronte al CUP)

I Volontari dal Camice Azzurro operano nella struttura ospedaliera di Novara dedicando gratuitamente parte del loro tempo al servizio dei degenti e degli anziani, assicurando una presenza amichevole e offrendo calore umano, dialogo, ascolto ed aiuto.

Info: **0321 3733465 - info@avonovara.it - www.avonovara.it**

CENTRO INCONTRI TERZA ETÀ S. ANTONIO

c/o Salone Parrocchiale di S. Antonio: corso Risorgimento, 96/B

Luogo di socializzazione e di sostegno per l'autonomia delle persone anziane.

Incontri e attività aperti a tutti il **2°** e il **4° lunedì** del mese dalle **14.30** alle **17.30**

Info: **345 9901058**

UBI CARITAS ODV

c/o Parrocchia Sacro Cuore: via Scavini, 18

L'associazione è impegnata nell'ambito della carità in parrocchia Sacro Cuore.

Mensa: dal lunedì al sabato dalle 11.15 alle 12.00

Centro d'ascolto: venerdì ogni 15 giorni dalle 16.30 alle 18.00

Progetto Serafino (distribuzione vestiario da 0 a 16 anni): martedì e giovedì su appuntamento

Info: **328 7327132**

ANTEAS NOVARA ODV Associazione Nazionale Terza Età Attiva e Solidale

viale D. Alighieri, 22

Promuove iniziative e progetti a favore di anziani e giovani che vivono situazioni di disagio e marginalità.

I volontari di ANTEAS sono presenti allo 'Spazio Fragilità' e al punto accoglienza 'Filo Diretto' presso la sede ASL di Viale Roma 7.

Inoltre sono attivi in due RSA della provincia e presso il nido d'infanzia 'Primi Passi' di via Gnifetti.

Info: **0321 393976 - 339 6667692**

AUSER Filo d'Argento Novara ODV ETS

largo Cantore, 1/3 - Segreteria: 0321 463516

Svolge attività di trasporto per scopi socio-sanitari a favore degli anziani, in particolare di quelli più soli e fragili, e di tutte le persone con qualsiasi tipo di disabilità.

L'attività viene svolta tutto l'anno dalle 7.30 alle 17.30 sul territorio urbano e, su richiesta, anche extraurbano. I volontari dell'associazione si impegnano a svolgere al meglio la propria missione.

CASA DI GIORNO PER ANZIANI 'DON ALDO MERCOLI' APS ETS

viale Leonardo da Vinci, 18

Nata nel 1988 in Via Tornielli, a Novara, la Casa di Giorno per anziani 'Don Aldo Mercoli' APS ETS è un **centro di aggregazione** e di **relazione sociale** concepito e quotidianamente gestito per essere 'casa mia durante il giorno'. Un secondo focolare interamente dedicato alla terza e quarta età.

Oggi Casa di Giorno, nella nuova sede di Agognate, grazie all'equipe operativa, coadiuvata dai numerosi volontari, programma e conduce attività, rivolte ad un **invecchiamento attivo** con l'obiettivo di modificare gli stereotipi sull'anzianità.

Info: **0321 391887 - 333 3258625 - info@casadigiorno.it**

CENTRI AMICIZIA E CENTRI INCONTRO ANZIANI

Le attività ricreative dei **Centri Amicizia** e dei **Centri Incontro Anziani** novaresi sono riprese lo scorso settembre.

Maggiori informazioni sono disponibili contattando le singole sedi:

Associazione Amici Terza Età San Giuseppe	Parrocchia di San Giuseppe Via Gorizia, 2/B	Tel. 334 1085931 mercoledì 15.00-18.00
Centro Anziani Parrocchia della Bicocca	Parrocchia della Bicocca Via XXIII Marzo, 282	Tel. 328 5735555 giovedì 14.30-17.30
Centro Incontro Anziani Parrocchia di Santa Rita	Salone parrocchiale Via Biagio Stangalino, 8	Tel. 340 3843574 martedì 14.00-17.00
Centro Incontro Nuovo Archimede	Pinetina Alessia Strada Cervina, 6	Tel. 393 5089637 martedì 14.30-18.00
Centro Incontro Nuovo Archimede	Ex quartiere San Rocco Largo Cantore, 10	mercoledì 15.00-17.00 sabato 14.30-18.00
Centro Incontri Terza Età Sant'Antonio	Salone parrocchiale Corso Risorgimento, 96/B	Tel. 328 9416331 lunedì pom. ogni 15 gg.
Centro Amicizia Parrocchia di San Francesco alla Rizzottaglia	Salone parrocchiale Via Lualdi, 17	Tel. 347 8247414 giovedì 15.00-18.00
Centro Anziani Quartiere nord	Salone ex quartiere nord Via Fara, 39	Tel. 334 3948784 sab. e dom. 14.00-18.00
Centro Amicizia Anziani Sacro Cuore	Parrocchia Sacro Cuore Piazza Sacro Cuore, 7	Tel. 380 5942291 martedì pom. ogni 15 gg.
Centro Amicizia Anziani Madonna Pellegrina	Parrocchia M. Pellegrina Via Dellavecchia, 8	Tel. 348 8130252 mercoledì 15.00-17.00

CENTRO INCONTRI TERZA ETÀ SANT'ANTONIO

Sede: Corso Risorgimento, 96/B - Novara | **Telefono:** 328 9416331

Ambulatorio medico

Lunedì, martedì e giovedì dalle 15.00 alle 16.00 e il mercoledì dalle 9.00 alle 11.00

CLUB TRIVENTENNI E CORSI DI GINNASTICA PER LA SALUTE

Sede: Via Padova, 13 - Novara | **Telefono:** 0321 457326

Segreteria generale

Orario: dal lunedì al giovedì dalle 15.00 alle 17.00 e il martedì dalle 9.15 alle 11.30

CLUB AMICI DEL CUORE ODV ETS

Sede: Via Fara, 39 - Novara | **Telefono:** 371 3043687 - 338 6611512

Mail: associazione.amicidelcuore@gmail.com

Organizzazione di Volontariato impegnata in iniziative per la prevenzione delle malattie del cuore e della circolazione.

Orario: lunedì e giovedì dalle 16.00 alle 18.00

ANFFAS Novara Onlus

Associazione Nazionale di Famiglie e Persone con disabilità intellettive e disturbi del neurosviluppo

Sede: Corso Risorgimento, 403 - Novara | **Telefono:** 0321 56680

Mail: amministrazione@anffasnovara.it | **Web:** www.anffasnovara.it

ANGSA Novara Vercelli ODV ETS

Associazione Nazionale Genitori Soggetti Autistici

Sede: Corso Risorgimento, 237 - Novara | **Telefono:** 0321 472266

Mail: angsa@angsanovara.org | **Web:** www.angsanovara.org

IDEAINSIEME ODV ETS

Sede: Via Giovanni da Verrazzano, 13 - Novara | **Telefono:** 349 2543591

Mail: info@ideainsieme.it | **Web:** www.ideainsieme.it

Opera da 20 anni in stretta collaborazione con i servizi di cure palliative dell'Azienda Ospedaliero-Universitaria "Maggiore della Carità" e dell'Azienda Sanitaria Locale di Novara al fine di assistere in modo continuativo le persone affette da malattie inguaribili in forma avanzata e le loro famiglie.

AVO NOVARA ODV

Sede: Corso Mazzini, 18 - Novara | **Telefono:** 0321 3733465

Mail: info@avonovara.it | **Web:** www.avonovara.it

I volontari operano nella struttura ospedaliera di Novara dedicando gratuitamente parte del loro tempo al servizio dei degenti e degli anziani, assicurando una presenza amichevole e offrendo calore umano, dialogo, ascolto ed aiuto.

DILEXIT NOS. UNA SFIDA PER IL NOSTRO TEMPO

L'umano alla prova della colpa, della cura e dell'economia

Sala Santa Chiara, Piazza Sacro Cuore, 7 - Novara

La cura incontra l'umano

Franco Mittino, Psichiatra, ASL Novara

martedì 27 gennaio, ore 21.00

Tra mercato e fraternità: l'economia alla luce della Dilexit Nos

Davide Maggi, Economista, Università del Piemonte Orientale

martedì 10 marzo, ore 21.00

CIRCOLO LEGAMBIENTE "IL PIOPPO" APS

Ovest-Ticino e Novarese

Sede: Via Mameli, 16 - Galliate | **Mail:** ilpioppovesticionovara@gmail.com

Progetto "Novara città in erba"

L'obiettivo generale dell'iniziativa è di favorire l'adozione di politiche di adattamento e mitigazione dei cambiamenti climatici e aumentare la biodiversità in ambito urbano attraverso la gestione a taglio differenziato delle aree prative presenti in città e il coinvolgimento dei cittadini.

Parco di Via Cefalonia

Vivere il parco come il fulcro della vita del territorio e punto di riferimento sui temi della sostenibilità ambientale per l'intera città. In particolare, assumono particolare importanza le attività legate alla gestione dell'orto. La terapia orticola è una pratica relativamente recente che ha effetti benefici sull'equilibrio psicofisico di tutti gli individui. Infatti, abbinato a terapie mediche e praticato come pausa di relax quotidiano, il giardino regala preziosi momenti di ricarica energetica per la propria autostima e serenità mentale. In famiglia, a scuola e nei centri terapeutici, l'orticoltura terapia è una disciplina che migliora la qualità della vita di tutti gli individui, dai più piccoli agli anziani.

Informazioni: 329 4189780

SPORTELLO INFORMADONNA

A cura del Sindacato Pensionati della CGIL Novara

Sede: Via Mameli 7/B - Novara | **Telefono:** 347 6286969

Mail: informadonna.novara@cgilnovaravco.it

Ascolto dei bisogni del territorio e informazioni sui servizi rivolti alla cittadinanza e alle famiglie in tema di anziani, minori e disabilità, nonché di prevenzione della violenza di genere, contrasto alle discriminazioni e sostegno delle fragilità.

Riceve **su appuntamento** chiamando il numero: **347 6286969**

CASA DI GIORNO PER ANZIANI "DON ALDO MERCOLI" APS ETS

Sede: Viale Leonardo da Vinci, 18 - Novara | **Telefono:** 0321 391887 - 333 3258625

Mail: info@casadigiorno.it | **Web:** www.casadigiorno.it

La **programmazione delle attività** in sede, propone un'ampia gamma di laboratori a carattere artistico, animativo, culturale, informativo e spirituale gestiti dai volontari e coordinati dagli operatori.

Gli **obiettivi** che guidano l'organizzazione delle attività quotidiane sono:

- creare un ambiente di vita accogliente e familiare
- promuovere l'autonomia della persona anziana
- mantenere o migliorare le capacità residue
- contrastare l'isolamento e la perdita di motivazione

Inoltre, una **particolare attenzione** è stata rivolta a:

- rafforzare il legame con la comunità territoriale e le Istituzioni
- aumentare le opportunità di socializzazione e di impegno nella comunità
- facilitare la partecipazione degli utenti nei vari ambiti di appartenenza

La Casa di Giorno è in grado di ospitare **persone over 65** totalmente o parzialmente autonome e a cui non sia stata diagnosticata una rilevante compromissione delle funzioni cognitive tale da pregiudicare una vita in autonomia.

SPAZIO ASCOLTO P.E.R. ETS

Psicologia - Educazione - Relazioni

Sede: Baluardo La Marmora, 2/B - Novara | **Telefono:** 389 2978597

Mail: spazioascoltooper@gmail.com | **Web:** www.spazioascoltooper.org

Psicologi dell'età evolutiva, psicologi della coppia e della famiglia, specialisti in disturbi d'ansia e depressione, pedagogisti e specialisti in BES e DSA, avvocati penalisti e della famiglia, mettono a disposizione la loro competenza professionale.

Orario della segreteria: dal lunedì al venerdì dalle 15.30 alle 18.30

ASSOCIAZIONE NOVARESE AMICI DI SANTIAGO

L'associazione ha come fine la promozione della pratica del cammino, la solidarietà tra gli associati, la conoscenza e la tutela del territorio, la collaborazione con le istituzioni pubbliche e private che si occupano della salvaguardia del paesaggio e dei monumenti che sono eredità della nostra cultura.

- Le richieste di inserimento del proprio indirizzo di posta elettronica nella mailing-list delle comunicazioni possono essere inviate a:

Enrico Zaninetti: zaninettie@hotmail.com

- Le richieste di inserimento del proprio numero di cellulare nel gruppo broadcast delle comunicazioni possono essere inviate a:

Eugenio Imperatori: 349 3167316

ANDIAMO A FARE DUE PASSI

Prosegue, con gruppi autorganizzati dopo l'esperienza dello scorso anno la serie di "passeggiate" con percorsi che si sviluppano in quattro quartieri della città, tutti studiati in precedenza e totalmente in sicurezza.

Luoghi di ritrovo, giorni e orari:

- Rizzottaglia, parcheggio Tigros, tutti i lunedì alle 10.00
- Sant'Agabio, piscina del Terdoppio, tutti i martedì alle 10.00
- San Paolo, Chiosco di Via Generali, tutti i giovedì alle 10.00
- Sant'Antonio, Via Fara angolo Via Prestinari, tutti i venerdì alle 10.00

AGORÀ DONATELLO

Associazione Gente Organizzata Responsabile e Attiva

Sede: Piazza Donatello, 1 - Novara | **Telefono:** 0321 453768

Mail: agoradonatello@gmail.com

CAF E PATRONATO

Servizi di assistenza fiscale e di patronato, su appuntamento

Orario: lunedì dalle 17.30 alle 19.00

venerdì dalle 9.00 alle 10.00

In collaborazione con EPAS Ente di Patronato e di Assistenza Sociale

ASSOCIAZIONE TUTELATTIVA

Servizio di tutela dei consumatori e degli utenti

Orario: lunedì e venerdì dalle 9.30 alle 17.30

martedì e giovedì dalle 9.30 alle 14.30

mercoledì dalle 9.30 alle 13.30

VIVI NOVARA CROCHET

Gruppo ricamo

Orario: martedì dalle 9.30 alle 11.30

Gruppo uncinetto

Orario: martedì dalle 21.00 alle 22.30

SPAZIO FRAGILITÀ

Sede: ASL NO: Viale Roma, 7 - Pal. A - Ingresso A1 - piano terra in prossimità del CUP

Telefono: 366 6537408 | **Mail:** spaziofragilita@asl.novara.it

Lo Spazio Fragilità è uno **strumento di ascolto** pensato per offrire **informazioni** su tutti i servizi disponibili sul territorio comunale a favore delle **persone anziane o con disabilità** e dei loro familiari.

Il servizio è gestito da assistenti sociali dell'**ASL NO** e del **Comune di Novara**, con il supporto dei volontari delle **Associazioni** e degli Enti del Terzo Settore.

La consulenza è gratuita

Le famiglie di persone anziane o con disabilità possono trovare **informazioni e orientamento** rispetto a:

- servizi di sostegno alla domiciliarità
- servizi e prestazioni sanitarie territoriali
- servizi alternativi alla permanenza domiciliare
- orientamento nel quadro della legislazione vigente
- consulenza relativa a procedure di attivazione di servizi o accesso a prestazioni
- attività e iniziative offerte dalle Associazioni e dagli Enti del Terzo Settore

Ogni situazione viene gestita dopo un'attenta **analisi dei bisogni**, utile ad indirizzare le famiglie all'interno della vasta **gamma di soluzioni** percorribili.

L'obiettivo del servizio è **garantire il benessere della persona**, rispettando al tempo stesso le esigenze delle singole realtà familiari.

Riceve **su appuntamento**: martedì, mercoledì e giovedì dalle 9.00 alle 11.00

FIAB NOVARA - AMICI DELLA BICI APS ETS

Associazione Ciclo-culturale

Domenica 15 marzo

Pranzo del tesseramento

Sabato 21 marzo

Giornata del tesseramento - Gazebo in piazza

Domenica 29 marzo

Il romanico a Robbio

La partecipazione, anche per necessità assicurative, è riservata ai soci

Informazioni: amicidellabicinovara.org | **Mail:** info@amicidellabicinovara.org

ORGANISMO DI COMPOSIZIONE DELLE CRISI DA SOVRAINDEBITAMENTO (OCC)

Il servizio mette a disposizione di soggetti privati e piccole imprese non fallibili uno strumento per **far fronte ai propri debiti** in modo coerente con le risorse disponibili garantendo comunque i creditori e con l'obiettivo di prevenire e contrastare fenomeni di usura.

La **richiesta di incontro preliminare** deve essere presentata scaricando l'apposito modulo dalla sezione Pari Opportunità/OCC del sito www.provincia.novara.it e inviandolo all'indirizzo: segreteria.po@provincia.novara.it

Informazioni: Ufficio Pari Opportunità della Provincia di Novara

Telefono: 0321 37873

ASSOCIAZIONE MALATI ALZHEIMER NOVARA ODV ETS

Sede legale: presso CST ETS Novara VCO - Corso Cavallotti, 9

Sede operativa: Centro Commerciale San Martino 2 - Via Ugo Porzio Giovanola, 7

Riceve su appuntamento: 377 1698513

Web: www.amanovaraonlus.it | **Mail:** amanovaraonlus@gmail.com

Caffè Alzheimer diffuso per persone con problemi cognitivi e i loro familiari

Laboratori per persone con problemi cognitivi lievi-moderati

- Arteterapia con la guida dell'arte-terapeuta / terapeuta occupazionale martedì dalle 10.00 alle 12.00
- Stimolazione cognitiva con la guida dello psicologo giovedì dalle 10.00 alle 12.00
- Attività psicomotoria rivolta a chi frequenta i laboratori. Ospedale San Giuliano primo e terzo mercoledì del mese dalle 16.00 alle 17.00

La forza delle emozioni: emozioni in pellicola

Incontri mensili guidati dalla psicologa con proiezione di spezzoni di film presso la sala Soci Coop. Gli appuntamenti verranno fissati di volta in volta a seconda della disponibilità della sala. Proposta aperta a malati, familiari e amici

Formazione per i caregiver

Incontri mensili con professionisti del settore per affrontare le difficoltà connesse alla gestione della persona con Alzheimer

Gruppo di auto mutuo aiuto per i caregiver

Un incontro al mese condotto dallo psicologo. Iscrizione obbligatoria
Ultimo martedì del mese dalle 17.30 alle 19.00

Sportello "AMAscolta"

Sportello individuale di ascolto empatico e non giudicante per familiari di persone con demenza, condotto congiuntamente da un filosofo clinico e una psicologa clinica. Servizio su prenotazione e appuntamento.

PROGETTO RESPIRO

Azienda Ospedaliero-Universitaria Maggiore della Carità

Il progetto RESPIRO - REgistro di patologie e SPazio InfoRmativO per le persone con epilessia è nato con l'obiettivo di **migliorare la cura della persona con epilessia**, attraverso la creazione di un registro di patologia per una conoscenza degli aspetti clinici ed epidemiologici della malattia e l'**istituzione di uno spazio informativo** sulle realtà presenti sul territorio che offrono risposte ai bisogni delle persone con epilessia in ambito ricreativo, scolastico, lavorativo e sociale.

Luogo: Centro epilessie della Clinica Neurologica dell'Ospedale Maggiore
Padiglione A - 1° piano

Orario: lunedì e venerdì dalle 9.00 alle 12.00
mercoledì dalle 14.00 alle 17.00

Luogo: Neuropsichiatria infantile della sede di Viale Piazza d'Armi

Orario: lunedì dalle 15.30 alle 18.00

Telefono: 339 8194125

OFFICINE DELLA SALUTE - CROCE ROSSA ITALIANA

Sede operativa: Via Canobio, 14/A - Novara | **Telefono:** 338 5721971

Le Officine della Salute sono un luogo sicuro in cui le **persone con fragilità sociali e sanitarie** possono trovare una risposta alle loro necessità.

Dalle visite specialistiche alla **farmacia solidale** fino all'organizzazione di attività di **prevenzione e screening**, le Officine della Salute offrono gratuitamente un'ampia rosa di servizi integrati tra loro per costruire un percorso personalizzato mirato alla rimozione delle barriere che impediscono alle persone in condizioni di vulnerabilità l'**accesso ai servizi pubblici** convenzionali.

Medici esperti di Croce Rossa sono a disposizione delle persone più vulnerabili che hanno bisogno di eseguire **visite diagnostiche specialistiche non urgenti**: Le Officine della Salute si rivolgono a chiunque stia attraversando un momento di difficoltà socio-sanitaria con ISEE inferiore a € 15.000.

INFERMIERE DI FAMIGLIA O DI COMUNITÀ

L'Infermiere di Famiglia o di Comunità (IFoC) è un professionista sanitario con specifica formazione, che **valuta in modo proattivo i bisogni di salute delle persone e delle loro famiglie**, fornendo cure preventive, gestendo condizioni croniche (diabete, BPCO, cardiopatie ecc...) e educando sulle migliori pratiche per mantenere uno stile di vita sano.

L'Infermiere di Famiglia presta assistenza nelle Centrali Operative Territoriali, negli ambulatori di prossimità, che verranno istituiti nelle case di comunità, e a domicilio delle persone. **Promuove il contatto con il servizio di assistenza** anche attraverso l'utilizzo della telemedicina.

Alle Centrali Operative Territoriali confluiscono le richieste di continuità assistenziale dagli Ospedali, dai Medici di Medicina Generale e Pediatri di libera scelta, dai Servizi Territoriali, dal servizio di Continuità Assistenziale (ex Guardia Medica) e dagli Enti Gestori, delle persone più fragili, le quali hanno già un bisogno di socio-assistenziale espresso.

A partire dalla segnalazione alla **Centrale Operativa Territoriale**, gli IFoC valutano i bisogni di salute, orientano l'assistito e attivano i percorsi di cura necessari al soddisfacimento delle necessità e alla costruzione di un **progetto assistenziale condiviso con il cittadino**, integrandosi con i diversi attori dell'assistenza socio-sanitaria: Medici di Medicina generale, Pediatri di libera scelta, Servizio Sociale, Cure domiciliari, strutture residenziali e associazioni di volontariato presenti sul territorio.

L'obiettivo è quello di favorire la permanenza dell'assistito al proprio domicilio, promuovendo il migliore livello di salute possibile.

Recapiti degli Infermieri di Famiglia o di Comunità della sede di Novara:

Telefono: 331 2690269 | **Mail:** ifec.nov@asl.novara.it

NOVARA COHORT STUDY E UPO BIOBANK

Aging Project è il progetto di eccellenza del Dipartimento di Medicina Traslazionale dell'Università del Piemonte Orientale che si propone di affrontare la sfida, scientifica e sociale, dell'**invecchiamento**, operando secondo quattro principi: interdisciplinarietà, traslazonalità, supporto a ricerca e didattica, coinvolgimento del territorio.

Un progetto fondamentale di Aging project è il **NOVARA COHORT STUDY**, uno studio sull'invecchiamento che coinvolge la **popolazione novarese** e che si propone di investigare i fattori associati ad una **buona salute nella longevità**.

Questo studio è aperto a ogni cittadino della provincia di Novara con età superiore a 18 anni che desideri partecipare attivamente alla ricerca e offre un'opportunità preziosa per contribuire alla comprensione dell'invecchiamento e della salute, nonché per ricevere informazioni sulla propria condizione e sulle scelte di stile di vita.

Per partecipare allo studio e ottenere ulteriori informazioni basta compilare la scheda sul sito: <https://biobank.uniupo.it/novara-cohort-study> e/o telefonare al numero 0321 660892 / 0321 660539 o scrivere a ncs@uniupo.it

I campioni biologici e i dati associati saranno custoditi da **UPO BIOBANK**, la biobanca di cittadinanza dell'Università del Piemonte Orientale con sede a Novara che opera secondo elevati standard di qualità a tutela dei partecipanti e dei ricercatori.

Il Novara Cohort Study e la sua ricerca hanno bisogno di supporto. Anche una piccola donazione al **Fondo UPOBIOBANK**, istituito con il contributo della Fondazione Comunità Novarese, può fare la differenza.

Si può contribuire attraverso:

- **bollettino postale c/c n. 18205146**
intestato a Fondazione Comunità Novarese Onlus
- **bonifico** a favore della Fondazione Comunità Novarese Onlus
IBAN IT63T0760110100000018205146

Informazioni: www.agingproject.uniupo.it | **Mail:** agingproject@uniupo.it

NOVARA FACILE

In sinergia con la trasformazione digitale in atto nella Pubblica Amministrazione finalizzata ad offrire servizi sempre più efficienti e accessibili, prende il via, anche a Novara, la realizzazione di una **rete di servizi di facilitazione digitale**, misura del Piano Nazionale Ripresa e Resilienza (PNRR), promossa e realizzata con il supporto del Dipartimento per la trasformazione digitale della Presidenza del Consiglio dei ministri, che punta a **sviluppare e incrementare le competenze digitali dei cittadini e delle cittadine** al fine di favorire il superamento del divario digitale e sostenere l'inclusione sociale, in particolare delle fasce di popolazione maggiormente esposte al rischio di subire le conseguenze del digital divide.

Ogni **Punto Digitale Facile** si avvale di **facilitatori digitali**, operatori appositamente formati, che individuano le esigenze dei singoli cittadini, valutano la preparazione individuale di partenza e li supportano nell'acquisizione di competenze digitali per renderli **autonomi e capaci di utilizzare gli strumenti informatici** e Internet per favorire l'accessibilità dei servizi pubblici e privati online e per migliorarne la fruibilità.

Le attività formative e di assistenza realizzate presso i presidi di facilitazione digitale sono erogate sotto forma di **formazione personalizzata** secondo specifiche modalità e sono gratuite per tutti i cittadini.

Telefono: 338 3868640 | **Mail:** centro01@novarafacile.it

Il progetto si conclude il 28 febbraio

A partire dal 1 marzo il servizio non sarà più attivo

PUNTO DIGITALE SAN MARTINO

c/o Centro Commerciale San Martino - Via Ugo Porzio Giovanola, 11

Orario: lunedì e venerdì 14.30 - 18.30

PUNTO DIGITALE SUD

c/o Coop - Via XXIII Marzo 1849, 189

Orario: martedì, giovedì e venerdì 9.30 - 12.30

PUNTO DIGITALE CENTRO

c/o CST ETS - Corso Cavallotti, 9

riceve su appuntamento telefonando al numero 346 5011806

PUNTO DIGITALE URP

c/o Comune di Novara - Via Fratelli Rosselli, 1

Orario:

lunedì 9.00 - 13.00

martedì 9.00 - 13.00

mercoledì 9.00 - 13.00 / 14.30 - 16.30

giovedì 9.00 - 13.00

venerdì 9.00 - 13.00

PUNTO DIGITALE NORD

c/o Coop - Via Fara, 43

Orario:

lunedì 9.00 - 13.00

martedì 9.00 - 13.00

giovedì 9.00 - 13.00

venerdì 9.00 - 13.00

PUNTO DIGITALE EST

c/o Sportello Lavoro ITI Omar - Baluardo Lamarmora, 12

Orario:

lunedì 9.00 - 13.00

martedì 9.00 - 13.00 / 14.00 - 16.00

mercoledì 9.00 - 13.00 / 14.00 - 16.00

giovedì 9.00 - 13.00 / 14.00 - 16.00

venerdì 9.00 - 13.00

PUNTO DIGITALE CENTRO PER L'IMPIEGO

c/o Centro per l'impiego - Via San Francesco d'Assisi, 12

riceve su appuntamento telefonando al numero 338 3868640

ASSOCIAZIONE PARKINSON INSUBRIA - NOVARA ODV

Vivere e convivere con Mr. e Mrs. Park

Telefono: 349 2607081 | 347 4333200

Mail: parkinson.novara@gmail.com

Dal 2009 l'Associazione Parkinson Insubria - Novara ODV è al fianco delle persone con Malattia di Parkinson e dei loro familiari in tutto il territorio novarese.

Nata per offrire **sostegno concreto e umano**, l'Associazione promuove attività volte a migliorare la qualità della vita e a contrastare i disagi legati alla patologia, creando una rete di solidarietà e competenza.

Le **attività proposte** comprendono: ginnastica adattata (in palestra e a domicilio), per favorire equilibrio e mobilità; supporto psicologico individuale e di gruppo; stimolazione cognitiva e laboratori di memoria, per preservare le funzioni mentali; mindfulness per ridurre stress e ansia; tangoterapia e idrokinesiterapia per coniugare movimento, benessere e socialità.

Grazie alla collaborazione con Auser, è attivo anche un servizio di accompagnamento e supporto logistico per consentire ai soci di partecipare alle attività e agli incontri programmati, riducendo le difficoltà di spostamento e favorendo la partecipazione alla vita associativa.

Per i familiari e caregiver, il Parkinson Cafè rappresenta uno **spazio di incontro e confronto prezioso**, dove condividere esperienze e trovare sostegno reciproco.

L'Associazione, inoltre, collabora con neurologi, fisioterapisti e psicologi dell'Ospedale di Novara, nonché con l'Università del Piemonte Orientale, favorendo la ricerca scientifica e l'approccio multidisciplinare alla malattia.

Attraverso eventi, conferenze e iniziative pubbliche, si impegna ogni giorno per **diffondere consapevolezza e informazione**.

In sintesi, l'Associazione accompagna chiunque affronti il difficile cammino della Malattia di Parkinson, offrendo non solo aiuto pratico ma anche un prezioso senso di comunità e appartenenza.

COMUNITÀ SANT'EGIDIO

Viva gli Anziani!

Telefono: 0321 235159 | **Cellulare:** 339 5325626

Mail: wanziani@csepiemonte.org

Il programma "Viva gli Anziani!" promosso dalla Comunità di Sant'Egidio in stretta collaborazione con il Comune di Novara, svolge da oltre dieci anni un servizio gratuito di monitoraggio rivolto a tutti gli anziani ultraottantenni di quattro quartieri della città (Sant'Agabio, Sant'Andrea, San Rocco e Villaggio Dalmazia) con particolare attenzione alle persone più fragili.

Il programma offre:

- telefonate e visite domiciliari per il contrasto all'isolamento sociale
- informazioni utili sui servizi per gli anziani offerti dal Comune di Novara
- momenti di incontro e svago per trascorrere del tempo in compagnia
- un aiuto concreto per superare le difficoltà burocratiche in ambito sanitario e assistenziale
- attività e iniziative di promozione dell'invecchiamento attivo

Gli incontri si svolgono a **Sant'Andrea**, nella "Casa della Solidarietà" in Via Fratelli di Dio 5 (ex bagni pubblici) e a **Sant'Agabio**, nella "Casa dell'Amicizia" in Largo Donegani 6/A (vicino alla Facoltà di Farmacia, sotto al CAF ACLI, ex-WILD).

FACCIAMO PACE?! - LA VOCE DEI BAMBINI SULLA GUERRA

La mostra, promossa dalla Comunità di Sant'Egidio e dai Giovani per la Pace, vuole dare spazio a chi spesso non ha voce: i bambini.

Disegni, parole e riflessioni che raccontano la guerra vista dai loro occhi, tra paura, dolore e speranza.

Luogo: Sala Contrattazioni Borsa - Piazza Martiri della Libertà, 6 - Novara

Orari: venerdì 30 gennaio dalle 15.30 alle 19.00

sabato 31 gennaio dalle 10.00 alle 12.30 e dalle 15.30 alle 19.00

domenica 1 febbraio dalle 10.00 alle 12.30 e dalle 15.30 alle 19.00

TEATRO COCCIA

Sede: Via Fratelli Rosselli, 47 - Novara | **Informazioni:** 0321 233201

MACBETH

Teatro Coccia

venerdì 23 e sabato 24 gennaio, ore 20.30 | domenica 25 gennaio, ore 16.00

ALESSANDRO HABER IN LA COSCIENZA DI ZENO

Teatro Coccia

sabato 31 gennaio, ore 21.00 | domenica 1 febbraio, ore 16.00

CLIFFORD THORNTON EXPERIENCE

Piccolo Coccia

domenica 1 febbraio, ore 11.30

GIACOMO PORETTI E DANIELA CRISTOFORI IN CONDOMINIO MON AMOUR

Teatro Coccia

mercoledì 4 febbraio, ore 21.00

ELIO IN QUANDO UN MUSICISTA RIDE

Teatro Coccia

sabato 7 febbraio, ore 21.00 | domenica 8 febbraio, ore 16.00

ELLA FITZGERALD TRIBUTE

Piccolo Coccia

domenica 8 febbraio, ore 11.30

LA BOHÈME IN UNA STANZA

Teatro Coccia

domenica 22 febbraio, ore 16.00

VIA CRUX - TUTTO QUELLO CHE PENSATE E NON AVETE IL CORAGGIO DI DIRE

Teatro Coccia

venerdì 27 febbraio, ore 21.00

NATALINO BALASSO E MICHELE DI MAURO IN LA GRANDE MAGIA

Teatro Coccia

sabato 28 febbraio, ore 21.00 | domenica 1 marzo, ore 16.00

THOMAS ALLEN

Piccolo Coccia

domenica 1 marzo, ore 11.30

TEATRO COCCIA

Sede: Via Fratelli Rosselli, 47 - Novara | **Informazioni:** 0321 233201

THE BLACK BLUES BROTHERS IN LET'S TWIST AGAIN!

Teatro Coccia

sabato 7 marzo, ore 21.00 | domenica 8 marzo, ore 16.00

NEW WAVE

Piccolo Coccia

domenica 8 marzo, ore 11.30

PER UN PUGNO DI NOTE

Teatro Coccia

mercoledì 11 marzo, ore 20.30

NUZZO DI BIASE IN TOTALMENTE INCOMPATIBILI

Teatro Coccia

venerdì 13 marzo, ore 21.00

TRIBUTO A KENNY WHEELER

Piccolo Coccia

domenica 15 marzo, ore 11.30

TRAME DI LIBERTÀ - ELEONORA DUSE, ARTEMISIA GENTILESCHI, ONDINA VALLA

Teatro Coccia

mercoledì 18 marzo, ore 20.30 | giovedì 19 marzo, ore 20.30

ROMEO E GIULIETTA

Teatro Coccia

sabato 21 marzo, ore 20.30 | domenica 22 marzo, ore 16.00

EVAN'S EXPLORATIONS

Piccolo Coccia

domenica 22 marzo, ore 11.30

GIAMPIERO INGRASSIA E MARIANELLA BARGILLI IN TI HO SPOSATO PER ALLEGRIA

Teatro Coccia

sabato 28 marzo, ore 21.00 | domenica 29 marzo, ore 16.00

WAYNE SHORTER LEGACY

Piccolo Coccia

domenica 29 marzo, ore 11.30

TEATRO FARAGGIANA

Sede: Via dei Caccia, 1/F - Novara | **Informazioni:** 0321 1581721

PROGETTO TEATROBUS

Servizio di autobus gratuito che ti porta a teatro e ti riaccompagna a casa

Tre linee di autobus gratuite per portarti a vedere gli spettacoli della stagione di prosa 2025-2026 del Teatro Faraggiana. Tre percorsi che non solo hanno lo scopo di trasportare i cittadini in una fascia oraria non servita da mezzi pubblici, ma che sono anche un'occasione di divertimento e di approfondimento degli spettacoli. La presenza sugli autobus dei nostri operatori farà sì che il viaggio diventi un'estensione dell'esperienza teatrale, con momenti di intrattenimento e di riflessione.

Prenotazioni: inviando una mail all'indirizzo: info@teatrofaraggiana.it oppure telefonando dal lunedì al venerdì dalle 17.00 alle 19.00 al numero **0321 1581721**

SPETTACOLI IN PROGRAMMA

QUANDO GLI DÈI ERANO TANTI

di e con Marco Baliani

mercoledì 21 gennaio, ore 21.00

CONCERTO DELLA MEMORIA

Orchestra e solisti della Scuola di Musica Dedalo

martedì 27 gennaio, ore 21.00

RISVEGLIO DI PRIMAVERA

regia di Gabriele Vacis

mercoledì 4 febbraio, ore 21.00

SINFONIA FANTASTICA

di e con Lucilla Giagnoni

giovedì 19 febbraio, ore 21.00

SPEZZATO È IL CUORE DELLA BELLEZZA

Premio Ubu 2020-2021 nella categoria Nuovo testo italiano

giovedì 5 marzo, ore 21.00

ELEONORA STRINO MEETS FARAGGIANA BIG BAND

Faraggiana Big Band diretta da Claudio "Wally" Alliffranchini special guest Eleonora Strino

giovedì 12 marzo, ore 21.00

CAPITOLO 2

dal testo di Neil Simon, uno spettacolo di Massimiliano Civica

giovedì 19 marzo, ore 21.00

CINETECA ARALDO

Sede: Via Maestra, 12 - Novara | **Informazioni:** 0321 35731

QUALCUNO VOLÒ SUL NIDO DEL CUCULO (USA 1975)

regia di Miloš Forman

lunedì 12 gennaio, ore 21.00 - Versione originale con sottotitoli in italiano

martedì 13 gennaio, ore 21.00 - Versione doppiata in italiano

Introduce il film Antonio Napolitano

INLAND EMPIRE (USA 2006)

regia di David Lynch

lunedì 19 gennaio, ore 20.30

Introduce il film Davide Gravina

INCONTRI RAVVICINATI DEL TERZO TIPO (USA 1977)

regia di Steven Spielberg

lunedì 26 gennaio, ore 21.00

Introduce il film Luca Doni

Ingressi con Cinepass o con tariffe standard di sala

I film di altre nazionalità vengono solitamente presentati in versione originale con sottotitoli in italiano.

IndignAZIONE: I DIRITTI UMANI NEL CINEMA

Terza Edizione

Giovedì 15 gennaio, ore 21.00

UNICORNI di Michela Andreozzi (Italia 2025)

Giovedì 29 gennaio, ore 21.00

LA FINE È IL MIO INIZIO di Jo Baier (Germania / Italia 2011)

Giovedì 12 febbraio, ore 21.00

IO SONO ANCORA QUI di Walter Salles (Brasile / Francia 2024)

Giovedì 26 febbraio, ore 21.00

BASSIL'ORA di Rebecca Basso (Italia 2019) - Documentario

Giovedì 12 marzo, ore 21.00

IO NON SONO NESSUNO di Geraldine Ottier (Italia 2024)

Sabato 28 marzo, ore 16.30

I MIEI SETTE PADRI di Liliana Davì (Italia 2022) - Documentario

e a seguire

GENOEFFA COCCONI: I MIEI FIGLI, I FRATELLI CERVI di Marco Mazzieri (Italia 2024)

Documentario

Proiezione pomeridiana con la presenza di Adelmo Cervi

Le proiezioni si terranno presso il Cinema Araldo in Via Maestra 12 a Novara

Abbonamento intera rassegna: 50,00 € adulti - 30,00 € giovani e studenti

Ingresso nella singola serata con biglietto: 7,00 €

Gli abbonamenti **non sono nominativi** e possono essere fruiti da persone diverse

Programma completo della stagione 2025-2026 sul sito di Novara Cinema:

<https://www.novaracinema.it/cineforum/cineforum-nord-cinema-araldo>

VIP FORUM - EFFETTO NOTTE

22^a Edizione

Sede: Via Perazzi, 3/C - Novara | **Informazioni:** 0321 625688

Proiezioni: martedì ore 21.15 | mercoledì ore 21.15 | venerdì ore 17.00

13-14-16 gennaio

BOLERO (Francia 2024)

regia di Anne Fontaine – con Raphael Personnaz, Doria Tillier

27-28-30 gennaio

TUTTO QUELLO CHE RESTA DI TE (Cipro / Germania 2025)

regia di Cherien Dabis - con Cherien Dabis, Saleh Bakri

3-4-6 febbraio

UN FILM FATTO PER BENE (Italia 2025) - Documentario

regia di Franco Maresco

17-18-20 febbraio

UN SEMPLICE INCIDENTE (Iran / Francia / Lussemburgo 2025)

regia di Jafar Panahi - con Madjid Panahi, Ebrahim Azizi

Abbonamento all'intero programma (20 film) € 80,00

- Possibilità di ingresso a tariffe standard
- Tessere in vendita alla cassa del Cinema VIP

Programma della prima parte della stagione 2025-2026 sul sito di Novara Cinema:

<https://www.novaracinema.it/cineforum/vipforum-effettonotte-22a-edizione>

PUNTI MENSA

Frati di San Nazzaro della Costa - Viale Curtatone | Viale della Rimembranza, 2

Cena da asporto: dal lunedì al sabato, dalle 19.00 alle 20.00

Pranzo: domenica alle 11.45

Ingresso libero

Comunità di Sant'Egidio - Via Dolores Bello, 2

Cena: martedì, giovedì e sabato, dalle 17.00 alle 18.45

Ingresso con tessera fornita dall'associazione

Chiesa del Sacro Cuore - Piazza Sacro Cuore | Oratorio

Pranzo da asporto: dal lunedì al sabato, dalle 11.45 alle 13.00

Ingresso con biglietto distribuito al lunedì e valido per tutta la settimana

Suore Salesiane - Via Gallarati, 4

Cena: dal lunedì al venerdì, alle 18.00

Panini da asporto

Suore Ministre della Carità - Via Azario, 2

Cena da asporto: dal lunedì al venerdì, dalle 18.45 alle 19.30



*Centro Incontri
San Francesco
alla Rizzottaglia*

*Centro Incontro
Nuovo Archimede*

*Centro Incontri
Terza Età
S. Antonio*



COMUNITÀ DI SANT'EGIDIO
PIEMONTE - ONLUS



GRUPPI DI VOLONTARIATO
VINCENZIANO - ODV

