



NERVIANOINFORMA

periodico di informazione dell'Amministrazione Comunale

Anno II - Numero 3 - OTTOBRE 2024



Diffondere la cultura, far crescere la società

Sindaca **Daniela COLOMBO**

Negli ultimi anni l'Italia ha assistito ad un preoccupante declino dell'indice di lettura. Secondo gli ultimi dati Istat (fonte: Noi Italia 2023), solo il 39,3% della popolazione italiana legge regolarmente; un calo significativo rispetto al 46,8% registrato nel 2010. Questa tendenza negativa è evidente anche nella nostra Comunità: nel 2023, la Biblioteca di Nerviano registrava circa 46 mila prestiti e 1.600 utenti attivi, in netto calo rispetto ai 67 mila prestiti e 2.500 utenti attivi del 2010. La diminuzione della lettura è un campanello d'allarme che non possiamo ignorare; la lettura non è solo un passatempo, è una componente essenziale per la crescita culturale e personale degli individui e le biblioteche, come istituzioni culturali territoriali e luoghi di alfabetizzazione permanenti, svolgono un ruolo cruciale nell'offrire un accesso libero e senza limitazioni all'informazione e alla conoscenza. Di fronte a questo scenario, la Biblioteca di Nerviano si è impegnata ad invertire il trend negativo registrato e a promuovere la lettura attraverso una serie di iniziative mirate. La partecipazione all'Avviso Unico per la Cultura 2024 con il progetto "Diffondere la Cultura far crescere la Società" è un esempio di questo impegno. Il progetto, che ha ricevuto un finanziamento di oltre 7.000 euro da Regione Lombardia, prevede attività rivolte alle diverse fasce di età e a trasformare la biblioteca in un centro di interazione sociale. Oltre agli spettacoli itineranti sul territorio e ai pomeriggi culturali presso la sala Bergognone, la Biblioteca di Nerviano ha sottoscritto un "Patto per la Lettura" con scuole, librerie, associazioni e gruppi di lettori locali che mira a creare una rete territoriale collaborativa per promuovere il libro e a consolidare gli sforzi per rendere la lettura una parte integrante della vita quotidiana dei cittadini. Guardando al futuro, la Biblioteca di Nerviano punta, inoltre, a partecipare al bando "Città che Legge"; un'iniziativa che potrebbe fornire ulteriori finanziamenti per nuovi progetti culturali. Attraverso un miglioramento costante del servizio offerto, la promozione di percorsi innovativi e le collaborazioni strategiche intendiamo dunque valorizzare la conoscenza come motore di benessere collettivo e strumento imprescindibile per una Comunità informata e consapevole.

Con "NerviBUS" una comunità sempre più connessa

Ass. **Carolina RE DEPAOLINI**

Prende il via un'importante iniziativa di trasporto pubblico locale pensata per migliorare la mobilità all'interno del nostro Comune e facilitare l'accesso ai principali hub di interesse pubblico secondo le necessità di tutti; dagli anziani, alle persone con mobilità ridotta, alle famiglie. Questa novità, inserita nell'ambito del capitolato di gara del trasporto scolastico, rappresenta un passo avanti verso una comunità più connessa e attenta ai bisogni della cittadinanza. A partire dal 9 ottobre 2024 la navetta gratuita sarà attiva il mercoledì e il giovedì feriali

dalle ore 9:00 alle ore 12:00 con partenza e arrivo a Villanova (parcheggio Myth Pub). Attraverso tre percorsi circolari della durata complessiva di circa 45/50 minuti l'uno, la navetta, per due mattine la settimana, collegherà i cittadini alle diverse destinazioni di interesse pubblico. **Studi medici e farmacie:** per agevolare l'accesso ai servizi sanitari essenziali. **Centri commerciali e negozi di prossimità:** per semplificare lo shopping e la gestione delle necessità quotidiane. **Ufficio postale:** per facilitare l'invio e il ritiro di corrispondenza e pacchi. **Palazzo comu-**

nale: per consentire l'accesso ai servizi amministrativi e la partecipazione alla vita civica. **Cimiteri comunali:** per visitare i propri cari agevolmente e con maggior frequenza. **Parco Vassallo:** per godere delle nostre aree verdi e spazi ricreativi. Questo servizio sarà sperimentale fino a luglio 2025; durante questo periodo monitoreremo attentamente l'utilizzo e raccoglieremo i vostri riscontri. Alla fine del periodo sperimentale valuteremo i risultati e, se necessario, apporteremo modifiche a tragitti e orari per rispondere meglio alle esigenze della collettività.

Vi invitiamo ad utilizzare questo servizio che rappresenta un importante elemento di novità per il nostro Comune; la vostra partecipazione è fondamentale per il successo e il mantenimento di questa iniziativa e per costruire insieme una città più accessibile, sostenibile e soprattutto solidale. Per maggiori informazioni sugli orari e i percorsi, vi invitiamo a consultare il sito web del Comune, le bacheche comunali e le fermate della navetta.



Percorso navetta cittadina

Inquadra con lo smartphone e scopri i dettagli



Continuità educativa: un'alleanza a favore di minori e famiglie

Ass. **Carolina RE DEPAOLINI**

Il Comune di Nerviano e la Comunità Pastorale San Fermo hanno sottoscritto anche per l'anno corrente una **convenzione per il sostegno delle attività educative** svolte in favore di bambini e ragazzi, con un focus particolare sugli Oratori estivi. Alla luce della responsabilità educativa che rappresenta il minimo comune denominatore di numerose iniziative che vedono il Comune e gli Oratori impegnati in **un'alleanza educativa a favore dei minori, dei giovani e delle famiglie**, la convenzione introduce un primo tassello, riservato in particolare a minori con disabilità o che si trovano in situazione di disagio, che costituisce il primo passo di una **"Continuità educativa"** che partendo dall'offerta garantita all'interno delle scuole, il Comune si prefigge di allargare anche al presidio degli Oratori. La convenzione sancisce di fatto un **partenariato, su progetti specifici ed iniziative dedicate**, affinché possa rafforzarsi l'azione inclu-

siva dei minori più fragili, che sono già seguiti dai servizi comunali all'interno delle scuole. In un'ottica di continuità per l'appunto, questa nuova attività, ha visto l'introduzione di una **figura professionale dedicata** che si è potuta fare carico di alcune situazioni personali e famigliari, di cui i minori sono portatori. Tale figura di coordinamento ha potuto prestare particolare attenzione e competenza, anche per la delicatezza necessaria in determinati casi. Gli Oratori sono **luogo di accoglienza, di incontro e di relazione** e con questa iniziativa, ci si propone di sviluppare negli anni a venire, una fattiva integrazione con l'offerta pubblica. Lo scopo è di supportare e incrementare la formazione delle realtà oratoriane per consentire **interventi di inclusione e di partecipazione attiva** che, in collaborazione con il Comune possano garantire tutte le condizioni per una **vera e fruttuosa accoglienza**.



Siamo andati a trovare Don Marco Sala, responsabile della Pastorale Giovanile e degli Oratori della Comunità Pastorale "San Fermo" di Nerviano, per farci raccontare l'esperienza di quest'anno dell'Oratorio Estivo. Partiamo dai numeri "importanti" delle persone coinvolte: 600 ragazze e ragazzi dalla prima elementare alla terza media, 140 animatrici ed animatori dalla prima alla quarta superiore, 100 adulti, nei quattro oratori del territorio (S. Stefano, Maria Madre della Chiesa, Garbatola, S. Ilario). Riuscire a trovarlo non è stato facile, visti i tantissimi impegni che ha, ne abbiamo approfittato per fargli alcune domande.

Siete soddisfatti dell'esperienza di questa estate e dei numeri riportati? "Il numero elevato di iscritti non solo ci rende soddisfatti, ma restituisce l'immagine di una comunità giovanile dinamica e accogliente. Infatti, l'Oratorio Estivo si dà come l'esperienza rilevante di una vita giovanile oratoriana più estesa, ricca e articolata, attenta a raggiungere le vite, i sogni e le domande dei più giovani, offrendo cammini di fede, accompagnamento personale ed esperienze comunitarie, così da essere una realtà incisiva ed inclusiva per tutto il contesto sociale. In particolare, grazie ad un progetto in collaborazione con l'Amministrazione Comunale, nel contesto dell'Oratorio Estivo 2024 abbiamo attivato la collaborazione professionale con un educatore dedicato alle persone con disabilità: la cura degli interessati iscritti è stata unita alla formazione di animatori e volontari, così da educare giovani attenti ai bisogni

di tutti. Inoltre, oltre al servizio per i più piccoli, l'Oratorio Estivo permette anche ai ragazzi della scuola secondaria di secondo grado di svolgere in maniera continuativa un servizio volontario. Per questi giovani diventa un'opportunità preziosa di esercizio della responsabilità, oltre che l'occasione di essere sottratti alla possibilità di forme di disagio e devianza. Per un adolescente, l'Oratorio Estivo è una imperdibile occasione di crescita nella libertà!".



Che esperienza rappresenta l'Oratorio Estivo? "I giorni dell'Oratorio Estivo sono un'esperienza intensa di vita e di fede, con declinazioni particolari circa le fasce d'età e una attenzione al territorio. Nel concreto, ognuno dei quattro oratori di Nerviano offre l'esperienza per i ragazzi della scuola primaria. Circa i ragazzi della secondaria di primo grado, essi sono presenti su tre dei quattro centri: l'Oratorio di Garbatola, S. Ilario e S. Stefano, il quale la scorsa estate ha raccolto circa 140 ragazze e ragazzi delle scuole

medie. L'Oratorio Estivo 2024 è stato della durata di cinque settimane, dal 10 giugno al 12 luglio, al seguito delle quali l'attività oratoriana in loco è stata sospesa e trasferita nei luoghi della koinè estiva, esperienze di vacanza comunitaria proposte a tutte le fasce d'età. Oltre alle giornate tradizionali in oratorio, la proposta prevede gite, serate, iniziative differenti, così da rendere il tempo dell'Oratorio Estivo occasione irrinunciabile e coinvolgente di socialità e amicizia fraterna".

Come nasce questo progetto?

"Il progetto nasce, come ogni anno, a livello diocesano, si nutre del confronto costante tra i responsabili di Pastorale Giovanile del Decanato Villoresi e trova realizzazione grazie al lavoro d'équipe dei quattro Oratori di Nerviano, insieme al reciproco ascolto e aggiornamento con l'Amministrazione del Comune di Nerviano. La Pastorale Giovanile degli Oratori di Nerviano sogna di essere spazio-tempo di bellezza, amicizia e fede per tutte le ragazze e i ragazzi del nostro territorio, con lo stile chiaro di non smettere mai di sostenere i giovani, futuro e speranza del mondo".

Nel salutare Don Marco, ringraziandolo per il tempo che ci ha dedicato, non possiamo che concludere con il ringraziare Lui e tutti gli animatori/animatrici e i volontari che permettono la perfetta riuscita di questa esperienza, autentico valore aggiunto per il mondo giovanile del nostro territorio.

La Cascina Garbatola

Fabio PRAVETTONI e Katia CAVALERI

Continua dal numero di giugno 2024

Il Comune di Garbatola, già **Garbatola fu comune a sé fino alla fine del XIX secolo**, era costituito da **due 'case da nobile'** - così sono chiamate nei registri catastali - e da una serie di 'case coloniche', disposte tutt'attorno alle prime, destinate ai contadini. Le due case da nobile si sviluppavano ciascuna attorno **due corti**, una rustica, per il ricovero degli animali e dei massari, e una signorile, ornata da archi e colonne di granito. Nelle Ville erano presenti diverse cantine, che invece non c'erano nelle residenze dei fittavoli, locali interrati, spesso voltati, che servivano per la conservazione del vino, che si produceva nella nostra zona. Sul lato orientale entrambe le ville avevano un **giardino privato, per gli ozi estivi della famiglia nobile**, che risiedeva a Milano ma che trascorreva parte del periodo estivo in campagna. Uno di questi giardini fu smantellato negli anni Trenta del Novecento, per far posto all'attuale Piazza don Musazzi, l'altro a partire dagli anni Cinquanta fu frazionato e lottizzato. Adiacente a una delle due case signorili, prima di proprietà Crivelli, poi Salvioni, Pirovano, Benzi, infine Macchi, corrispondente all'attuale corte di via XX Settembre 1-3, corte che ospitò nel Novecento prima la Trattoria San Francesco poi un Bar che affacciava sulla piazzetta del borgo, era la **piccola chiesina della comunità garbatolese** dedicata ai Santi Biagio, Francesco e Carlo, costruita attorno al **1620**. Anti-

stante a questa, dove oggi è uno slargo un po' abbandonato a se stesso, era l'antico cimitero del paese. La seconda casa da Nobile, oggi totalmente parcellizzata e irricognoscibile, corrisponde all'attuale corte tra le vie San Francesco e Carlo Porta, dove un tempo era il 'prestinaio' del paese. In questa residenza, probabilmente in una stanza al piano terreno affacciata sull'attuale via San Francesco, davanti alla Farmacia Santa Chiara, fu ospitata fino al 1869 la sede del Comune di Garbatola. Le corti ancora esistenti in via Gorizia, in cui risiedevano le famiglie Pravettoni e Parini, quelle di via Carlo Porta, in cui risiedevano le famiglie Pessina e Rovellini, e la **corte di via San Francesco**, in parte demolita nel Novecento per far posto all'oratorio maschile, facevano, sin dal Settecento, da corona alle due case nobiliari sopracitate e ancora oggi strutturano il centro antico del paese. Agli **inizi del XX secolo** la struttura sociale del paese iniziò a modificarsi: **i campi venivano pian piano abbandonati** in favore del lavoro in fabbrica; **nacquero le prime manifatture**, il circolo familiare, il paese si ripopolò e fu necessario costruire una **nuova chiesa**. Essa, dedicata non più ai Santi Biagio e Francesco, ma ai Santi Francesco e Sebastiano, fu realizzata in tempi record **tra il 1905 e il 1906**, in un lotto antistante l'antico oratorio borromatico, che fu venduto all'ultima proprietaria della casa da Nobile, la Sig.ra Rosa

Macchi, prima di esser ceduto alla famiglia Leva. La morfologia di **Garbatola** rimase pressoché **immutata sino al primo dopoguerra**, quando, con la fine del regime fascista e l'avvento della modernità, furono realizzate tutt'attorno alle vecchie corti una serie di numerose case unifamiliari e Garbatola andò velocemente prendendo la fisionomia che ha ancora oggi. **Tra gli anni Cinquanta e Sessanta** fu costruita la **nuova scuola elementare**, che sostituì la vecchia scuola comunale, dedicata a Enzo Zerboglio, ospitata sin dalla metà del XIX secolo in una corte di via Carlo Porta, e nei **primi anni Ottanta** fu ampliata la piazza e realizzata la **nuova scuola materna** in fondo a via San Francesco, liberando gli spazi adiacenti alla chiesa in cui era ospitato il vecchio asilo Lampugnani gestito dalle suore di 'Maria Bambina', per far posto al **moderno oratorio dedicato a don Bosco, realizzato dalle famiglie garbatolesi durante i mandati dell'indimenticato Mons. Giovanni Balconi e del suo successore don Giovanni Sormani** e che in quegli anni divenne un vero e proprio **punto di riferimento per tutta la popolazione e un modello per molti oratori della zona**. (testo in parte tratto da FABIO PRAVETTONI, *L'ex oratorio dei Santi Biagio, Francesco e Carlo 1620-2020: un caso di archeologia urbana, tra comunità e trasformazione*, Magazzino Storico Verbanese, Germignaga, 2020).

100 anni di corsa ...

...i Bersaglieri tornano a scuola

Presidente Bers. **Giampaolo COVIZZI**

Nel 100° anno di fondazione dell'Associazione Nazionale Bersaglieri, la Sezione "Conte Paolo Caccia Dominioni" di Nerviano (MI) ha proposto ed ottenuto il benestare per poter incontrare **le classi quarte della Scuola Primaria di tutti i plessi scolastici** presenti sul territorio Comunale di Nerviano. L'iniziativa, patrocinata dal Comune, ha avuto lo scopo di far conoscere alle nuove generazioni la storia del corpo dei Bersaglieri, della Associazione Nazionale Bersaglieri e l'impegno sociale nel territorio e nel mondo. Il progetto si è svolto in due distinti momenti: un incontro informativo e di scambio con le classi e la realizzazione da parte degli alunni di elaborati dal titolo **I BERSAGLIERI, LA SCUOLA E LA BANDIERA ITALIANA**. L'esposizione e la premiazione degli elaborati si è svolta il **30**

Giugno 2024, con il patrocinio del Comune, all'interno della bellissima cornice dell'ex chiostro degli Olivetani e accompagnata dalla **Fanfara "A. Robino" di Legnano**. La risposta degli alunni e degli insegnanti coinvolti nel progetto è stata oltre ogni aspettativa, sia per l'interesse e la **partecipazione attiva e curiosa** sia per la quantità degli **elaborati** (disegni, poesie, manufatti) che le classi hanno prodotto. Alla consegna degli attestati e della medaglia del centenario di ANB Nerviano agli alunni e alle insegnanti, erano presenti la Sindaca Daniela Colombo e importanti rappresentanti del Corpo dei Bersaglieri. La cerimonia si è conclusa con l'Inno di Mameli accompagnato dalla Fanfara e cantato dai bambini e dagli adulti presenti.



Nuova Viabilità: mobilità dolce e sicurezza per un futuro più sostenibile

Sindaca **Daniela COLOMBO**

L'Amministrazione Comunale punta a modificare la viabilità urbana attraverso la promozione della **mobilità dolce**, ovvero un sistema di spostamenti a basso impatto ambientale che include principalmente biciclette e monopattini. L'obiettivo è quello di creare un collegamento efficace e sicuro con **Cambio**, il "biciplan" di Città Metropolitana di Milano, che mira a costituire la principale rete ciclabile dell'intero territorio metropolitano. Data la conformazione del centro cittadino, l'intervento eseguito riguarda la realizzazione di corsie ciclabili all'interno delle carreggiate esistenti allo scopo di permettere una convivenza sicura tra i veicoli a motore e le biciclette.

Corsie ciclabili e piste ciclabili: facciamo chiarezza.

Uno degli aspetti che spesso genera confusione riguarda la differenza tra **corsie ciclabili** e **piste ciclabili**. È importante capire che non sono la stessa cosa.

- **Le piste ciclabili** sono uno spazio esclusivo riservato ai ciclisti, separato dalla corsia di marcia delle automobili; queste soluzioni sono prevalentemente adottate lungo strade extra urbane

- **Le corsie ciclabili**, invece, sono tracciate all'interno della carreggiata destinata anche ai veicoli a motore; non sono spazi esclusivi, ma una parte della carreggiata in cui i ciclisti hanno il diritto di muoversi in sicurezza.

Le carreggiate nelle quali sono tracciate

Le corsie ciclabili sono state modificate?

L'introduzione delle corsie ciclabili non ha comportato alcuna riduzione delle dimensioni della carreggiata ossia delle corsie riservate ai veicoli a motore. La strada, dunque, resta invariata nella sua struttura con l'aggiunta della segnaletica per delimitare lo spazio a disposizione dei ciclisti.

Come devono comportarsi gli automobilisti? Un punto cruciale riguarda il comportamento degli automobilisti in presenza di una corsia ciclabile. Se un ciclista sta utilizzando la corsia, il veicolo a motore deve **accodarsi** fino a quando non ci sia lo spazio necessario per effettuare un sorpasso in sicurezza. Se, invece, la corsia ciclabile è libera, l'automobilista può utilizzare l'intera carreggiata inclusa la parte destinata alle biciclette.

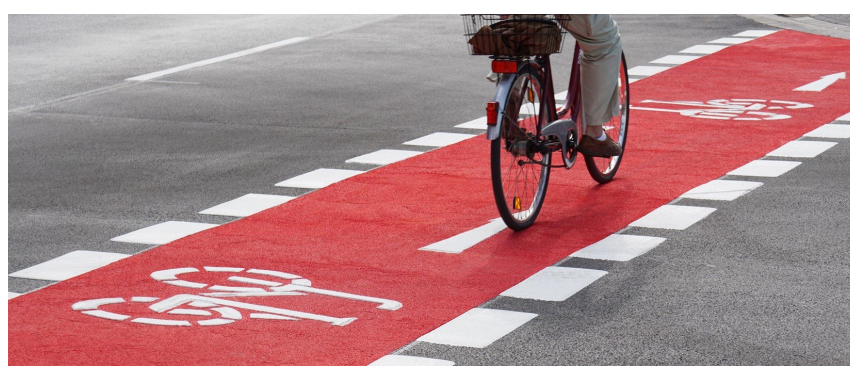
Limiti di Velocità: perché 30 km/h?

Nella zona centrale di Nerviano è stato rafforzato il **limite di 30 km/h**, soprattutto

in ragione della presenza di scuole, per garantire una maggiore sicurezza sia per i ciclisti che per i pedoni. Questo limite ridotto permette di prevenire incidenti e rende la viabilità più sicura.

Quali sono i benefici delle corsie ciclabili?

In primo luogo, rendono **più sicuri** i percorsi per i ciclisti e i monopattini che ora possono muoversi in modo più agevole, protetto e con tutte le tutele previste dal Codice della Strada. Inoltre, contribuiscono a **ridurre la velocità** media dei veicoli a motore migliorando la sicurezza complessiva. In conclusione, il progetto realizzato rappresenta un significativo passo avanti verso una **mobilità più sostenibile** e sicura per tutti i cittadini. Il collegamento con "Cambio" non solo permetterà una maggiore integrazione delle infrastrutture ciclabili nell'area metropolitana, ma favorirà anche lo sviluppo di un territorio più **rispettoso dell'ambiente**.



Pontremoli: gemellaggio tra storia, ricordi e nostalgia...

Gianni SGARBI—promotore eventi culturali Arzengio (Pontremoli)

Martedì 13 agosto si è svolta una grande festa ad Arzengio, frazione di Pontremoli, per l'inaugurazione e la riapertura al culto della **cappelletta della Crocetta**. Già restaurata nel 1957, la "cappelletta" della Crocetta è stata oggetto di un nuovo profondo **intervento di restauro** iniziato nel 2023, grazie al contributo del PNRR per la "Protezione e valorizzazione dell'architettura e del paesaggio rurale"; intervento che ha permesso di restituire alla chiesetta la sua antica funzione di "ricovero" a favore dei moderni pellegrini di passaggio lungo il tracciato europeo della Via Francigena. L'evento è iniziato con la celebrazione mattutina della messa presieduta da **Mons. Alberto Silvani, vescovo emerito di Volterra**, con la partecipazione di diversi sacerdoti, del **sindaco di Pontremoli Iacopo Ferri** e della **sindaca Daniela Colombo**, presente ad Arzengio nel solco del gemellaggio che il Comune di Nerviano ha sottoscritto con Pontremoli il cui obiettivo è quello di favorire rapporti di collaborazione con altre istituzioni locali ed incentivare la conoscenza di realtà economiche, cultu-

rali, turistiche e sociali diverse. **La popolazione locale e i tanti nervianesi** che d'estate si ritrovano a Pontremoli, luogo d'origine di un nutrito gruppo di residenti di Nerviano, hanno, come da tradizione, percorso **un vero e proprio pellegrinaggio a piedi** attraverso le suggestive stazioni della Via Crucis disposte lungo il tracciato montano dell'antica Via Lombarda. In un'atmosfera densa di nostalgia e piena di ricordi che negli anni hanno legato alla Crocetta le tante persone intervenute, si è svolto un incontro culturale nel quale **Paolo Lapi, Mauro Lombardi e don Lorenzo Piagneri** hanno parlato della storia e del restauro di questa antica chiesetta. Attorno al 1840 "per opera e premura di un certo Fra' Raffaello, cappuccino, sul monte Crocetta sopra Arzengio venne costruita una cappelletta con vicino un ricovero per le bestie e per i passeggeri quivi sorpresi da turbini e intemperie dell'atmosfera tanto facili a succedere in quello sbocco di monte aperto ad ogni vento, e pria senza riparo. E alle spese contribuirono non solo la Popolazione di Arzengio, ma molti e vari benefattori di



diverse Parrocchie, dietro i consigli e le raccomandazioni del suddetto zelante Cappuccino, aprendo poscia anche una sottoscrizione che si conserva insieme alla nota delle relative spese fra gli scritti di questa Parrocchia". Questo edificio, prezioso rifugio materiale e spirituale, venne benedetto il 30 agosto 1843 da **frate Mariano Moscatelli**, guardiano del Convento di Pontremoli. Nel 1851 iniziarono le pratiche per la dotazione della "cappelletta" di un "pezzetto di terreno" così da "provvedere al relativo mantenimento e ottenere quindi facoltà di aprire al pubblico culto detta cappella, facendovi celebrare la Santa Messa". Successivamente, causa il minor passaggio di pellegrini, diminuì la sua funzione di transito e ricovero e divenne un vero e proprio "santuario" dedicato alla Madonna di Lourdes. Nell'anno in cui ricorreva il cinquantenario delle sue apparizioni, il 22 agosto del 1908, fu infatti portata processionalmente "una splendida statua della Madonna di Lourdes" tuttora venerata da residenti e visitatori.



La salute?

Si costruisce ogni giorno.

I consigli del dott. Alberto Toniolo

Cons. **Giovanna COZZI**

Al rientro delle vacanze fioccano consigli da ogni dove su **come affrontare al meglio il periodo della ripresa lavorativa e il cambio di stagione**. TV, riviste, social media cercano di catturare la nostra attenzione, magari anche con consigli sensati, ma spesso con l'intento di vendere integratori, diete all'ultima moda, se non addirittura prodotti che promettono miracoli per la forma fisica e la salute. E noi a fare buoni propositi per mantenere un ritmo e delle abitudini sane anche nel turbine della vita lavorativa cittadina. Ma quanti di noi vivono ciclicamente la frustrazione per non avere tenuto fede alle promesse fatte a sé stessi? Per avere un parere lucido e pacato ne abbiamo parlato con il **dott. Alberto Toniolo**, storico medico di base nervianese da qualche tempo in pensione. "Vorrei essere controcorrente e provocatorio", ci dice subito il Doc. "È vero che durante le vacanze possiamo pensare di più a noi stessi e che ci viene spontaneo pensare a come affrontare il futuro con più attenzione verso la salute, l'alimentazione e l'esercizio fisico, ma spesso dopo pochi giorni dal rientro nella routine quotidiana, gli impegni e i pensieri ci frenano". Ma c'è un modo per uscire da questa modalità ripetitiva e poco evolutiva? Il **consiglio** è quello, secondo Toniolo, di **"attenersi a cose semplici, di facile realizzazione, piccoli propositi che siano realizzabili, per alzare la nostra autostima e quindi anche la**

volontà di continuare". In concreto dunque che fare? A livello alimentare il consiglio del Doc è quello di seguire il più possibile la **dieta mediterranea** con verdure e cereali integrali al primo posto, **bere molta acqua**, poche bibite e alcolici, e limitare il consumo di carne, salumi e dolci e in generale tutti i cibi ultra lavora-



ti e raffinati. "Un buon metodo è quello di **leggere le etichette** sulle confezioni degli alimenti: più sono lunghe e più occorre diffidare" continua Toniolo, che non si limita all'alimentazione, ma ci ricorda che anche **fare movimento all'aria aperta, leggere, avere interessi, riflettere, condividere, socializzare e coltivare una dimensione spirituale** sono parte integrante di una vita in salute. In definitiva quindi non è solo dopo le vacanze che dobbiamo fare buoni propositi, ci ribadisce Toniolo: "tutti i giorni possiamo migliorare qualcosa di noi e del mondo intorno, basta fare piani semplici e realizzabili, un passo alla volta, secondo quello che le nostre forze, il nostro tempo e la salute ci concedono". Ora tocca a noi fare i nostri **piccoli grandi passi**.

I Pomeriggi della Biblioteca

Sindaca **Daniela COLOMBO**

A partire **dall'8 ottobre e fino al 3 dicembre**, riprendono **"I POMERIGGI DELLA BIBLIOTECA"**. Dalle **ore 15:00, ogni martedì, La Sala Bergognone** tornerà ad ospitare una serie di **conferenze gratuite aperte al pubblico**. Le conferenze sono un'opportunità unica per esplorare il mondo da prospettive diverse, guidati da esperti e appassionati in un dialogo aperto e stimolante. L'iniziativa abbraccia molteplici ambiti del sapere umano spaziando dalla letteratura alla scienza, dall'arte alla musica fino a tematiche di estrema attualità come il clima e le nuove tecnologie. Ogni incontro rappresenta un tassello di un mosaico culturale ricco e variegato pensato per appassionare sia gli addetti ai lavori sia il pubblico curioso, eterogeneo e desideroso di arricchire le

proprie conoscenze. Gli amanti della letteratura potranno scoprire nuovi orizzonti tra i grandi classici e le tendenze contemporanee, mentre chi è affascinato dal mondo scientifico avrà modo di approfondire argomenti complessi spiegati in modo accessibile e coinvolgente. Non mancheranno momenti dedicati all'arte così come alla musica con focus su compositori, stili e strumenti musicali. Tra effetto serra e riscaldamento globale, per i più attenti all'attualità affronteremo il grande tema dei cambiamenti climatici; un argomento sempre più al centro del dibattito pubblico e del rapporto tra uomo e ambiente. Vi aspettiamo numerosi per informarci e appassionarci tutti insieme!

Ottobre

- 8** Assaggi d'autore con Rossella Rapisarda e Marco Pagani
- 15** Come funziona il cervello umano a cura di Sergio Marazzini
- 22** Le voci e gli strumenti a cura di Lucia Bini
- 29** Le meccaniche della Magia a cura di Lorenzo Paletti

Novembre

- 5** Il cambiamento climatico a cura di Serena Giacomini
- 12** La felicità possibile a cura di Lucia Todaro
- 19** Donne fatali a cura di Antonio Bolis
- 26** L'arte dell'apparire a cura di Federico Pecchenini

Dicembre

- 3** Le biotecnologie e gli OGM a cura di Stefano Bertacchi

L'estate 2024 a Nerviano



Festa di Sant'Anna Gruppo Volontari



Cinema all'aperto ex Meccanica



Festa Granda Garbatola



Spettacolo per bambini Garbatola



Festa del Lazzaretto



Festa S. Ilario Gruppo Volontari



Festa Granda Garbatola Gruppo Volontari



Concerto MusicuMozart Chiostru Olivetani

Giornata dello sport 15 settembre 2024

Associazione **FACCIAMO QUADRATO**



Lo sport è legato a **valori fondamentali** che influenzano la crescita personale e sociale. Tra i principali valori troviamo il **rispetto, la lealtà, la disciplina, la determinazione, la collaborazione, l'inclusione e l'autocontrollo**. Gli stessi valori sono a capo della nascita di Facciamo Quadrato. Connubio perfetto! È da qui che nasce l'idea di gestire la giornata dello sport tra le associazioni sportive e Facciamo Quadrato su mandato dell'Amministrazione Comunale e con il costante impegno dell'assessore allo sport Flavio Cozzi che ringraziamo. Una giornata all'insegna dello sport che si è tenuta domenica 15

settembre a Nerviano nelle vie cittadine, non in una palestra o in un palazzetto sportivo ma nel paese. Perché **Nerviano è vita** e la vita sociale dei ragazzi passa e cresce dalla famiglia alla scuola, nello sport e ognuna di queste fasi si permea dello sviluppo di un paese, passando anche dalle attività commerciali e dai servizi che offrono.

Come Facciamo Quadrato siamo felici di essere stati chiamati dall'Amministrazione Comunale a svolgere questo ruolo di regia dell'iniziativa. Abbiamo visto tanti **ragazzi incuriositi dalle varie discipline sportive, hanno sperimentato, provato, giocato...**

Poi ognuno di loro sceglierà lo sport che più lo rappresenta. **Uno spazio aperto alle società sportive che non sa di concorrenza ma di passione per ciò che fanno** e le associazioni sportive lo hanno dimostrato: ad esempio, molte associazioni sportive che praticano la stessa disciplina hanno condiviso gli spazi e collaborato tra loro, a dimostrazione che l'approccio collaborativo è dato dalle persone e dalla loro volontà di aprirsi alla cooperazione per la crescita dei ragazzi.

Buon anno sportivo a tutti!



Festa dello sport



Festa S. Ilario

Per una nuova Cultura dell'Abitare

L'Agenzia dell'Abitare è un servizio dell'ambito dell'Alto Milanese di cui il nostro Comune fa parte. Offre un **servizio gratuito di orientamento** ai cittadini, accompagnandoli dalla ricerca della casa fino alla stipula del contratto e supportandoli nella partecipazione ai bandi attivi che prevedono Misure economiche di sostegno alla locazione privata. I **proprietari** sono supportati dall'Agenzia nella scelta della tipologia di contratto di locazione, nella selezione degli inquilini, ricevono consulenza e un servizio di mediazione per l'intera gestione contrattuale: sottoscrizione, risoluzione, proroga o rinnovo.

Agli **inquilini** l'Agenzia offre un percorso di orientamento personalizzato per la ricerca di un'abitazione, un servizio di informazione e supporto relativo a bandi e normativa e fornisce un'attività di mediazione con la proprietà nei casi di morosità incolpevole.

Si invita a consultare il sito www.comune.nerviano.mi.it nella sezione "Servizi" per maggiori informazioni in merito all'Agenzia e nella sezione "Avvisi" per le misure attive di sostegno all'Abitare.

CONTATTI:
Tel. 02 36556650

E-mail:
agenziaabitarealtomilanese@lacordata.it
Per informazioni telefoniche e per richieste di appuntamento chiamare:
dal lunedì al giovedì dalle 9:30 alle 17:30
venerdì dalle 9:30 alle 13:00

Sportello:
Legnano, Corso Magenta 15
Martedì 9:00-13:00
Giovedì 15:00-18:00
Venerdì 9:00-13:00

NERVIANOINFORMA

periodico di informazione dell'Amministrazione Comunale

Registrazione del Tribunale di Milano
n.69 del 01.06.2023
Direttore Responsabile
Daniela Colombo

Segreteria di redazione
Monica Amato

Redazione
c/o Biblioteca Comunale
Piazza Manzoni, 19
Tel. 0331438945
redazione@comune.nerviano.mi.it

Componenti Comitato di Redazione
Maggioranza
Giovanna Cozzi, Antonio Bolis
Minoranza
Antonella Forloni, Massimo Cozzi

Consulenza editoriale, impaginazione
Biblioteca Comunale, Uffici Comunali

Stampa:
Pixartprinting S.p.A. a socio unico. Soggetta alla direzione e coordinamento di Cimpres plc.
Sede legale, amministrativa e produttiva
Via 1° Maggio, 8 - 30020 Quarto d'Altino VE
Italia
+39 0422 823301 | support@pixartprinting.com

Questo numero è stato stampato in 3.500 copie e distribuito gratuitamente presso gli esercenti di Nerviano.

Il periodico NervianoInforma viene pubblicato sul sito del Comune di Nerviano:
www.comune.nerviano.mi.it