

# IL MONTALENGHESE



**Ottobre 2012**

Riprodotta in proprio, presso il Comune di Montalenghe, via Cavour 2, con cadenza non periodica e a distribuzione gratuita. Il numero corrente ed i numeri arretrati de "Il Montalenghese" sono anche consultabili sul sito web del Comune <http://www.comune.montalenghe.to.it/> alla sezione "Il Montalenghese"

## **Consiglio Comunale del 27 settembre 2012**

Giovedì 27 settembre alle ore 21 si è tenuto il quarto Consiglio Comunale dell'anno.

Assenti i Consiglieri Acquarone e Piovano.

- 1) Approvazione verbali seduta precedente

*Approvato all'unanimità*

- 2) Scioglimento e messa in liquidazione dell'Unione di Comuni "Comunità collinare Terre dell'Erbaluce". Approvazione

*Approvato all'unanimità*

- 3) 3<sup>a</sup> variazione di bilancio esercizio finanziario 2012

*Approvato con 3 astenuti e 8 favorevoli*

- 4) Ricognizione sullo stato di attuazione dei programmi e salvaguardia degli equilibri di bilancio

*Approvato all'unanimità*

*(Valerio Camillo Grosso Sindaco)*

## **Resoconto della gita ad Annecy**

Bella gita fatta il 22 settembre alla transalpina Annecy.

Con la pioggia che ci ha accompagnato sin quasi all'agognata meta, di colpo ad Annecy si è aperto il cielo e un sole tiepido e piacevole ci ha accolto, dandoci la possibilità di visitare i siti più belli, anche se tutta la città è bella, con le sue esplosioni di fiori e architettura urbana fatta di canali e piccoli ponticelli di pietra, casette colorate e negozietti d'arte. Ben meritato è l'appellativo di "Piccola Venezia".

Al rientro, prima del Monte Bianco, abbiamo ammirato il ghiacciaio rilucente al calar del sole, spettacolo unico.

Con il cuore e la mente saturi di belle cose, ci siamo salutati con la prospettiva di poter fare altre gite.

*(Giuseppina Botta per l'Associazione Arca d'argento)*

## **Variante generale al Piano Regolatore**

In allegato a questo numero del Montalenghese troverete una scheda relativa alla variante generale per il nuovo Piano Regolatore che l'Amministrazione sta progettando. Nella scheda, ogni proprietario di immobile o terreno ha la possibilità di segnalare un eventuale cambio di destinazione urbanistica che vorrebbe fosse effettuato per la sua proprietà. E' molto importante che la scheda sia compilata correttamente, con quanti più dati possibile, e infine restituita agli uffici comunali entro la fine di novembre. Le schede saranno anche disponibili negli uffici comunali.

Tutte le proposte avanzate dai cittadini saranno prese in considerazione, vagliate ed inserite, se compatibili, nella futura variante. Per qualsiasi domanda o informazione in merito telefonare in Comune all'Ufficio Tecnico, geometra Gloria Forneris, oppure al Sindaco.

*(Valerio Camillo Grosso Sindaco)*

All'attenzione di: **Ufficio Tecnico Comunale**  
Municipio di Montalenghe  
via Cavour, 2  
10090 Montalenghe

**Oggetto: Dichiarazione di intenti**

Il sottoscritto

Nome e cognome	Cod. fiscale
Nato a	Il
Residente a	Via e numero civico

A nome e per conto di

Nome e cognome	Cod. fiscale
Con sede in	Via e numero civico

Intende presentare la seguente dichiarazione di intenti, relativamente ai terreni di sua proprietà in Montalenghe, identificati come segue:

Catasto terreni	Foglio	Mappale	Superficie mq
Identif. PRGC vigente	Area a destinazione attuale (agricola, residenziale, commerciale...)		
Catasto terreni	Foglio	Mappale	Superficie mq
Identif. PRGC vigente	Area a destinazione attuale (agricola, residenziale, commerciale...)		
Catasto terreni	Foglio	Mappale	Superficie mq
Identif. PRGC vigente	Area a destinazione attuale (agricola, residenziale, commerciale...)		

Indicare le opere di urbanizzazione e i possibili allacciamenti in caso di richiesta di conversione :	
Strada	<input type="checkbox"/> Sì      No da via.....
Fognatura	<input type="checkbox"/> Sì      No da via.....
Acquedotto	<input type="checkbox"/> Sì      No da via.....
Rete Energia Elettica	<input type="checkbox"/> Sì      No da via.....
Rete Gas	<input type="checkbox"/> Sì      No da via.....

**Proposte di modifica:**

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Alla presente dichiarazione si allegano i seguenti documenti

1. ....
2. ....
3. ....
4. ....

In data .....

Firma del richiedente

## Corso di Yoga

Sotto l'egida del "GRUPPO GIOVANI SAN GIUSTO CANAVESE COGIS-CONSULTA GIOVANI SANGIUSTESE" presso il salone pluriuso di Montalenghe in Corso Avv. Meinardi tutti i lunedì dalle 19,30 alle 21,00 a partire dal 1° ottobre 2012 si terrà un corso di Yoga. Il costo è di 35,00€ al mese.

Lo Yoga è una disciplina che aiuta a stare meglio, sia a livello fisico sia a livello mentale; non fa miracoli e i risultati si ottengono in maniera lenta e progressiva, ed è proprio per questo motivo che chi si avvicina allo Yoga deve imparare ad avere una buona dose di costanza.

Riflettendo un attimo su quanto detto in queste righe, si può ben capire che lo Yoga si allontana dai parametri del mondo occidentale, ed in particolar modo dall'epoca in cui viviamo dove vogliamo tutto, subito e con il minimo sforzo. Dopo un certo periodo d'esercizio continuo, se ci fermiamo un attimo ed entriamo dentro noi stessi, senz'altro riusciremo a percepire il cambiamento che c'è stato.

Un esempio per capire meglio come avvengono queste modifiche è il seguente: normalmente noi non riusciamo a vedere il cambiamento che avviene quotidianamente in noi o nelle persone che ruotano intorno a noi; tuttavia, se guardiamo una nostra fotografia non recente, noteremo senz'altro le modificazioni avvenute. Già dopo qualche mese di pratica costante possiamo notare il modo differente di come affrontiamo i problemi quotidiani, sia quelli di poco conto sia quelli gravi.

Lo Yoga, come tutte le tecniche orientali, osserva l'essere umano nella sua globalità. Noi siamo fatti di corpo (la parte materiale, visibile e tangibile), di mente e anima, e queste tre parti sono saldamente unite insieme. Se una di queste è disarmonica anche le altre soffrono. Il compito specifico dello Yoga è di armonizzare l'individuo nella sua globalità per poi portarlo ai più alti livelli, precisamente al "SAMĀDHI", dove ci si unisce con l'Infinito.

La parola Yoga deriva dalla radice sanscrita *Yuj* che significa legare, soggiogare, unire.

Per ottenere uno stato di calma, innanzi tutto dobbiamo soggiogare, dominare la mente (la pazza di casa) al nostro volere, per fare in modo che essa non corra più come un cavallo impazzito. Dobbiamo sopprimere il nostro "EGO" e le "CITTA-WṚTTI" (le modificazioni della mente), per far in modo che il "JVATMAN" (si può tradurre con "anima individuale") possa raggiungere il "PARAMATMAN" (la *superanima*) per congiungersi con la Coscienza. Solo quando con molti sforzi, tanta pratica e costanza ci riusciremo, otterremo una quiete e forse anche una beatitudine notevole. In altre parole "staremo bene con noi stessi". In questo stadio molto probabilmente si raggiunge un equilibrio psicofisico e il benessere.

Il vero scopo dello Yoga si può ridurre in una semplice e breve frase:

**"Sopprimere le CITTA-WṚTTI (le modificazioni della mente) e l'EGO per raggiungere la pace e il SAMĀDHI."** Le parole sono chiare, la frase è breve, ma il percorso è lungo !

Con lo Yoga, se eseguito con costanza, si ottiene l'equilibrio *corpo-mente*. Con gli *ĀSANA* (le posizioni) si lavora principalmente sul corpo fisico, con il *PRĀṆĀYĀMA* (la manipolazione del respiro) si lavora sugli stati mentali, infine con la meditazione sulla parte spirituale. Tengo a precisare che lo Yoga non è una religione, anche se parla di "ATMAN", parola che si può tradurre con "Anima".

Per partecipare al corso è consigliabile munirsi di uno stuoino, di un plaid, perché durante il rilassamento finale è probabile che il corpo si raffreddi. Può essere utile un piccolo cuscino. L'abbigliamento deve essere comodo, meglio venire con una tuta da ginnastica.

Ognuno di noi fa quello che il corpo gli consente di fare al momento. Se durante la lezione ci sono posizioni che non ci sentiamo di eseguire non le facciamo, ma semplicemente rimaniamo fermi in una posizione di rilassamento. Questo è un **punto importante** e **basilare** che approfondiremo durante lo svolgimento del corso.

Per ulteriori informazioni potete telefonare al 339 8063763 e-mail: sergio.maltoni@fastwebnet.it

Sergio Maltoni ha frequentato il corso di formazione per maestri Yoga presso l'Istituto di Psicosomatica e Yoga integrale Kuvalayananda di Torino – Associazione Scientifico Culturale affiliata al Kaivalyadharm S.M.Y.M. Samiti – Lonavla (India) riconosciuta dal Governo Centrale dell'India.

**Associato alla YANI (Yoga Associazione Nazionale Insegnanti) tessera n. 560**

(Deborah Ferrando per il Gruppo Giovani San Giusto Canavese Cogis – Consulta Giovani Sangiustese)

## Servizi Infermieristici in Comune e a domicilio

Al fine di offrire alla popolazione un servizio innovativo ed utile, da alcuni mesi sono operativi, nelle strutture comunali, gli ambulatori infermieristici e i centri prelievo decentrati.

Ogni **giovedì dalle 10 alle 11**, gli infermieri sono a disposizione nell'ambulatorio comunale per:

- Medicazioni semplici e complesse
- Somministrazione farmaci per via parenterale, iniezioni sottocutanee ed intramuscolari
- Posizionamento accessi venosi e somministrazione terapia endovenosa
- Gestione presidi ed impianti per nutrizione (PEG, SNG), respirazione (cannule trachostomiche) e funzioni di eliminazione (cateteri vescicali, stomie)
- Rilevazione dei parametri vitali quali pressione arteriosa, frequenza cardiaca e respiratoria, saturazione, temperatura corporea, peso corporeo, ecc...
- Educazione terapeutica, attraverso la realizzazione di percorsi personalizzati, prevedendo la continuità assistenziale a domicilio. Questo tipo di attività può essere prevista per pazienti che necessitino di addestramento per diventare autosufficienti nella gestione della terapia insulinica, antitrombotica, delle stomie urinarie e intestinali

I CENTRI PRELIEVO DECENTRATI consentono alla popolazione di usufruire del servizio di prelievo venoso e analisi prescritte, recandosi presso l'ambulatorio comunale **il secondo ed il quarto venerdì di ogni mese**, in conformità con le indicazioni del medico, **in forma totalmente gratuita** (escluso il pagamento del ticket). Il prelievo può essere anche effettuato a domicilio, a pagamento.

Il Comune mette a disposizione una cassetta, fuori dall'ambulatorio, dove depositare, il mercoledì precedente il prelievo, la relativa impegnativa redatta dal medico curante.

Tutte le attività infermieristiche svolte presso le strutture comunali sono a cura dell' AIOPP (Associazione Infermieristica e Ostetrica Professionale Piemontese) e attuate unicamente da infermieri liberi professionisti.

L'idea nasce con l'obiettivo di intercettare la domanda di assistenza infermieristica non soddisfatta e integrare i servizi del S.S.N. (Sistema Sanitario Nazionale), attraverso prestazioni che abbiano carattere sia ambulatoriale che domiciliare.

Tale proposta è stata condivisa con i Distretti dell'ASL per evitare un'interferenza con i servizi già presenti, non in concorrenza ma creando sinergie utili al processo di assistenza.

Lo Studio Associato AIOPP lavora in stretta collaborazione con il Corso di Laurea in Infermieristica di Ivrea, permettendo l'aggiornamento continuo necessario per il mantenimento di alti livelli professionali.

Tutti gli Infermieri associati allo studio sono iscritti al Collegio IPASVI provinciale di riferimento e sono assicurati per RC e infortuni.

A fronte di prestazioni infermieristiche erogate alla popolazione (esclusi i centri prelievo decentrati che sono a titolo gratuito), verrà rilasciata regolare fattura esente IVA ai sensi dell'art. 10 n. 18 DPR 26/10/72 n. 633 e successive modifiche, soggetta a ritenuta d'acconto del 20% e rivalsa del 4% per contributo previdenziale ex art. 8 DL n. 103 del 10/2/96.

Oltre allo stretto rapporto con i medici di famiglia e al coordinamento con i servizi di territorio, sono state attivate collaborazioni con:

- le Associazioni di Volontariato (SOMS, AUSER, Protezione Civile)
- le Municipalità che hanno interesse ad offrire ai propri cittadini servizi aggiuntivi a quelli in essere
- Enti e Strutture già operanti nel settore socio-sanitario e assistenziale (ConSORZI Socio Assistenziali, servizio Telemedicina).

Per ricevere informazioni riguardanti i servizi infermieristici forniti dal Comune, contattare l'AIOPP al numero telefonico **388 9999121** o consultare l'ambulatorio infermieristico presso il Comune, nelle giornate indicate a calendario (vedi Montalenghese marzo 2012).

*(Tiziana Quarise per l'Associazione AIOPP)*

## Orari di apertura al pubblico degli Uffici Comunali

	Ufficio Anagrafe	Uff. Ragioneria	Uff. Tecnico	Uff. Polizia Mun.
Lunedì	CHIUSO	CHIUSO	CHIUSO	CHIUSO
Martedì	dalle 09,30 alle 11,30	dalle 09,30 alle 11,30	dalle 09,30 alle 11,30	dalle 9,30 alle 10,30
Mercoledì	dalle 09,30 alle 11,30	CHIUSO	CHIUSO	dalle 9,30 alle 11,30
Giovedì	dalle 09,30 alle 11,30	dalle 09,30 alle 11,30	dalle 09,30 alle 11,30	CHIUSO
Venerdì	CHIUSO	CHIUSO	CHIUSO	CHIUSO
Sabato	dalle 09,30 alle 11,30	dalle 09,30 alle 11,30	dalle 09,30 alle 11,30	CHIUSO

**Attenzione:** distribuzione BUONI MENSA e SACCHETTI ROSA per la raccolta indifferenziata SOLO MERCOLEDÌ E SABATO dalle 9,30 alle 11,30

**Il Sindaco e gli Assessori in agosto ricevono previo appuntamento**

## Orari di apertura degli ambulatori medici

	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
Montalenghe	<b>BOLONOTTO</b> 13.30 – 14.30		<b>BESSOLO</b> 8.30 – 12.00		
San Giorgio	<b>BESSOLO</b> 9.00 – 12.00	<b>BESSOLO</b> 15.00 – 18.00 <b>BOLONOTTO</b> 14.00 – 15.00	<b>FUSCO</b> 9.00 – 11.00 <b>BOLONOTTO</b> 9.00 – 10.00	<b>BESSOLO</b> 15.00 – 18.00 <b>BOLONOTTO</b> 14.00 – 15.00	<b>BESSOLO</b> 9.00 – 12.00 <b>FUSCO</b> 9.00 – 11.00
San Giusto	<b>FUSCO</b> 9.00 – 11.00	<b>FUSCO</b> 18.00 – 20.00		<b>FUSCO</b> 12.00 – 14.00	
Cuceglio				<b>BESSOLO</b> 8.30 – 10.00	<b>BOLONOTTO</b> <b>9.10 – 10.10</b>

## Orari di apertura della Biblioteca Comunale – Casa Meinardi

Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato
<b>15.30 – 17.00</b>	CHIUSO	<b>15.30 – 17.00</b>	<b>15.30 – 17.00</b>	CHIUSO	<b>15.30 – 17.00</b>

## Farmacia Dottoressa Calogera Russo

Giorno di chiusura MARTEDÌ .

## Chiesa Beata Vergine Delle Grazie

Orario SS. Messe: giovedì ore 9.00 - sabato ore 17.00 – domenica ore 10.00

Orario Ufficio Parrocchiale: primo e terzo martedì del mese ore 16.00 – 17.00,  
secondo e quarto giovedì del mese ore 9.30 – 10.30

## Priorato San Carlo

Orario SS. Messe: Domenica ore 8.30 – altri giorni ore 7.30

**Municipio di Montalenghe**  
**Guardia medica**  
**Carabinieri Pronto intervento**

**011 9839458**  
**0124 518 111**  
**112**

**Farmacia Dott. Russo** **011 9839812**  
**Emergenza sanitaria** **118**  
**Vigili del fuoco** **115**