



**Associazione Amici del Parco Alto Milanese**  
via Olindo Guerrini, 40 - 21052 Busto Arsizio  
Mail: [amicidelpam@gmail.com](mailto:amicidelpam@gmail.com)

## Notiziario dell'Associazione

*Numero 5 , aprile 2017*

*Cari soci e amici,*

Il desiderio del Notiziario di raccontare tutto ciò che è interessante, questo mese, è soddisfatto dal bel racconto della nostra socia, sul salvataggio di due cani abbandonati nel parco.

Leggetelo, è emozionante. Anche voi inviateci le vostre esperienze, storie, proposte che le pubblicheremo.

### ***L'estate che incontrai due cani abbandonati nel PAM: una storia che insegna!***

*Riceviamo e volentieri pubblichiamo il bel racconto della nostra socia.*

**La scorsa estate** passeggiando tra i sentieri e i prati del parco, con i miei tre cani Pit, Juno e Jackie, mi sono imbattuta in *due cani pastore australiani abbandonati. Madre con figlio*. Notavo la loro presenza, timida e cauta, da almeno due settimane. Finalmente una mattina, con calma e senza fretta, sono riuscita ad avvicinarli. Gli ho messo i guinzagli al collo, come si fa in queste circostanze, per tenerli vicini.

**Poi ho telefonato** alla polizia urbana di Legnano per segnalare l'abbandono, così da attivare il servizio di recupero e ricovero al canile, per le prime cure sanitarie.

**Ma una volta** chiamata la polizia urbana mi si è presentata la prima difficoltà. L'agente al telefono mi ha chiesto prima l'indirizzo, poi la mia posizione nel parco. Ma nemmeno io potevo indicarla. Non sapevo dire se mi trovavo vicino al sentiero S .... ; mi chiedevo: quale sarà? Sapevo che mi trovavo nel PAM, nel bel mezzo di un piccolo boschetto tra Legnano e Borsano, ma non sapevo come dare utili indicazioni sulla mia posizione..... **< si sposti da quella posizione >....** mi suggeriva l'agente. Ma non potevo spostarmi più di tanto, tra i miei cani che tiravano da una parte e i due cani pastore che non volevano uscire dal boschetto. Erano impauriti e non volevano lasciare il luogo che ormai conoscevano.

**Per fortuna**, due persone passate di lì per caso, vedendomi in difficoltà e anch'essi non in grado di individuare il luogo dove eravamo, si sono prestate a trovare l'uscita più vicina di Legnano e il percorso per arrivare a noi.

**Finalmente** dopo due infinite ore sotto il sole caldo... è proprio vero che il clima cambia... infinite ore per i due cani che stavano lì da almeno due settimane, soli e abbandonati, e probabilmente legati ad un albero, visto che portavano una corda strappata al collare, sono riuscita a segnalare all'agente la nostra posizione, così da portare soccorso a quelle povere creature abbandonate da padroni irresponsabili.

**E ora?** Possibile che tutta questa disavventura non serva proprio a niente? E' possibile trasformarla in un'avventura positiva? Riflettendo su questa esperienza e su altre segnalazioni di varia natura, mi sono detta.... ma certo.... come non ho potuto pensarci prima e solo ora mi vengono queste idee!

*Già. Le proposte più semplici ci sembrano sempre così semplici che non le prendiamo in considerazione. Invece spesso sono le migliori!*

**Ecco quale è la mia proposta.** Per facilitare l'orientamento all'interno del PAM, mettere a disposizione dei frequentatori una **APP del parco** con GPS, da scaricare sul cellulare. Migliorare la **odonomastica del parco** con nomi che ci riportano alla storia del parco. **Installare cartelli** (senza alterare l'ambiente) **anche lungo i sentieri, stradine, ingressi secondari, etc.** **Non bastano quelli attuali** .... indicano la distanza da e per alcuni punti e non bastano per orientarsi. Se una persona è sola e limitata nei movimenti, deve poter segnalare la sua posizione con poche mosse facili.

*Al termine di questo mio racconto vorrei serbare la speranza che queste semplici idee siano raccolte dalla nostra associazione .... sono anch'io una socia ... e sottoposte all'attenzione dell'ente parco perché siano realizzate!*

**Nota del Notiziario:** lo faremo! Sono tutte proposte utili che gireremo al Consorzio. Sappiamo che nell'ambito del progetto alternanza scuola –lavoro, la 4 H del liceo Tosi sta progettando una APP del parco. Nel Notiziario N°2 ne abbiamo parlato. Verificheremo il progress per informarvi.

### **Breve resoconto dell'assemblea dei soci!**

*Il 20 aprile si è tenuta l'assemblea ordinaria dei soci che ha approvato i) la relazione rendiconto 2016, ii) la relazione del bilancio di previsione 2017, iii) la quota di iscrizione all'associazione, che per il 2017 rimane di 5€. **Le relazioni approvate le trovate sul sito web dell'associazione!***

Il rendiconto presenta entrate complessive di 3.085€ e spese complessive di 3.267,11€ con un disavanzo di 182,11€, coperto dal fondo comune di riserva. Le spese di pubblicità e di natura commerciale sono state sostenute da terzi e dal Consorzio. Pertanto non sono state contabilizzate nel rendiconto dell'associazione. Il bilancio di previsione 2017, fatto con criterio prudenziale, prevede entrate complessive pari a 1.400€ e uscite pari a 1.660€, con un disavanzo di 260€, che sarà coperto dal fondo comune di riserva.

*La contabilità dell'associazione è stata tenuta in modo ordinato con criterio di competenza che nel caso specifico è anche di cassa, poiché a fine 2016, non risultano né residui attivi e neppure passivi.*

In cassa, alla data di oggi, grazie ad entrate da liberalità 2017 sono disponibili 1000€, di cui 430,44€ sotto la voce fondo comune di riserva.

### **Prossimi Eventi: Segnatevi queste date!**

**21 maggio: “ Il parco che Passione!” Più avanti trovate un'anteprima dell'evento!**

**2 giugno : “Jazz and Wine”. In occasione della Festa delle Repubblica riproponiamo l'incontro tra musica, degustazione vini, cibo e prodotti del PAM e tante altre cose!**

**Riceverete via mail il ricco programma dei due eventi.**

***I due eventi sono resi possibili dalle ampie collaborazioni di aziende, associazioni e volontari dell'associazione. Li ringraziamo!***

## **Anteprima Evento 21 maggio: 2° edizione “Il Parco che Passione”!**

Ritrovo alle 14,30 presso la Baitina, ingresso Castellanza.

Anche quest'anno riproponiamo l'evento **“Il parco che passione”** in collaborazione con il **Comitato Genitori Rodari**. *E' un appuntamento che propone attività educative ed esperienze all'aria aperta, per vivere e condividere il parco e la sua natura. E' rivolto a bambini , ragazzi e loro famiglie.*

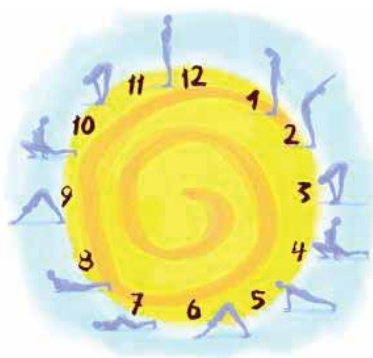
Il programma di quest'anno è: i) **la pulizia del parco**. Distribuiremo guanti e sacchetti per la raccolta dei rifiuti lungo un percorso simbolico; ii) **la potatura degli alberi con il “tree climbing”, tecnica di arrampicata studiata per salire sull'albero con corde ed eseguire la potatura** . L'esercitazione sarà eseguita da operatori esperti della società Ikebana di Castellanza di Francesco Adani; iii) **“il saluto al sole nel parco” per raccontare una storia fantasiosa degli animali del parco con le posizioni dello yoga**. Il saluto sarà guidato da Susanna Cesarini, Asd Artha, sociologa e counsellor, insegnante di yoga di Castellanza. Sotto trovate la finestra di approfondimento dell'esercizio che verrà proposto.

**Vi aspettiamo numerosi con i vostri amici!**

### **Yoga: il 21 maggio scopriamo il saluto al sole nel parco!**

*Con questo articolo, Susanna Cesarini, ci introduce nel mondo dello yoga. Anticipa le posizioni dello yoga della storia fantasiosa con gli animali che sarà raccontata il 21 maggio al “roccolo”!*

**Il Saluto al Sole** è una delle pratiche più note dello Yoga: consiste in una serie di 12 posizioni ripetute in sequenza, seguendo un preciso modello di respirazione. Ha come obiettivo di risvegliare il corpo e la mente, ed è un bel modo di dare avvio della giornata.



**L'origine del saluto al sole non è chiara.** Nei veda, antichi testi sacri indiani, si parla di un rituale di saluto al sole nascente, ma senza riferimento alla pratica fisica. Si trovano tracce della sequenza a partire dal 1920, quindi in epoca moderna, e l'ipotesi è che vi sia stata l'influenza della ginnastica come è concepita in occidente, per creare una sequenza ottimale per scaldare e allenare il corpo.

*Immagine tratta da*  
[www.yogajournal.it/saluto-al-sole-surya-namaskar](http://www.yogajournal.it/saluto-al-sole-surya-namaskar)

**Il Saluto al Sole** è adatto sia agli *adulti sia ai bambini*, proprio per la sua natura dinamica e per la facilità di muoversi nella sequenza delle posizioni. **Domenica 21 maggio** partecipando all'evento **“Il parco che Passione”** , immersi nel bel scenario naturale del **“Roccolo”**, vi condurremo alla scoperta di una storia fantasiosa, rivolta ai bambini e ragazzi e loro genitori,

praticando *il Saluto al Sole*. Sarà un momento divertente e di ben-essere per tutti i partecipanti, che impareranno come sia facile calmare la mente, le ansie e lo stress, con la pratica del respiro sincronizzato con i movimenti del corpo.

## ***Tesseramento 2017***

***Amici, il tesseramento dei soci del 2017 è partito!*** Chi volesse prenotare la tessera può farlo via mail e al prossimo evento del 21 maggio!

## ***Programmi ed eventi 2017***

Il programma di massima delle iniziative del 2017 è stato approvato dall'assemblea ordinaria dei soci e lo trovate nella relazione del bilancio di previsione 2017. Nel Notiziario di ogni mese troverete l'evento o eventi in programma.

Chi volesse può inviare all'indirizzo mail dell'associazione proposte da sottoporre al consiglio direttivo. Saremo lieti di parlarne insieme.

## ***SPAZIO AI SOCI***

Se volete inviarci articoli, proposte, idee saremo lieti di prenderne visione e aprire una rubrica che dia la parola ai Soci e simpatizzanti;

Oppure se volete partecipare attivamente alle nostre iniziative e darci una mano nell'organizzazione delle stesse scrivete a:

**[amicidelpam@gmail.com](mailto:amicidelpam@gmail.com)**