

Cerchiamo Volontari per Cerchiamo Volontari per
il trasporto assistito oncologico, studenti disabili e anziani. Chiamaci per saperne di più, ti aspettiamo!!!

Cena Sociale venerdì 15 dicembre 2023 ore 20.00

Ristorante Verdi Ricordi a Parma Gran Menu 35,00 € con musica e omaggi Via Casello Poldi, 3, Parma

Dona il Tuo 5XMILLE a Intercral Parma Codice Fiscale 92117940343
per il trasporto gratuito assistito dei pazienti in cura in Oncologia di Parma

Gite Giornaliere

CESENATICO	presepe galleggiante	40,00 €	domenica 3 dicembre
BOCCIONI	Prima del Futurismo Fondazione Magnani Rocca Mamiano	14,00 €	mercoledì 6 dicembre
TORINO	Museo Egizio e le luci d'artista	67,00 €	sabato 9 dicembre
BERGAMO	mostra Yayoi Kaiusama presso Palazzo della Ragione	75,00 €	giovedì 14 dicembre
MERANO	mercatini & terme	60,00 €	sabato 16 dicembre
MANTOVA	Palazzo Te Rubens Rubens a passeggiata guidata nel centro di Mantova	65,00 €	sabato 6 gennaio 2024
EDGAR DEGAS e i suoi amici	Palazzo della Rosa Prati	10,00 €	sabato 6 gennaio
MILANO	Van Gogh Pittore Colto – Museo Kroller-Muller c/o MUDEC	66,00 €	sabato 13 gennaio
OUTLET BARBARINO M.	shopping in libertà tra gli sconti d'inverso	34,00 €	sabato 20 gennaio
MILANO	Morandi 1890/1964 – Palazzo Reale	65,00 €	sabato 27 gennaio
TORINO	Hayez e l'officina del pittore romantico GAM Galleria Civica	,00 €	sabato 3 febbraio
BERGAMO	mostra Yayoi Kaiusama presso Palazzo della Ragione	75,00 €	venerdì 9 febbraio
MILANO	Rodin e la Danza - MUDEC	,00 €	sabato 17 febbraio
ROVERETO MART	museo Mart e casa Depero	,00 €	sabato 24 febbraio
MILANO	Goya la Ribellione della Regione – Palazzo Reale	65,00 €	sabato 2 marzo
GENOVA	Artemisia Gentileschi - Coraggio e Passione - Palazzo Ducale	,00 €	sabato 16 marzo

N.B. Le proposte senza il costo sono in fase di definizione relativamente alla quota e alla data

Volontari X Natura giornate dedicate alla raccolta dei rifiuti nelle aree pubbliche Manchi solo tu e i tuoi amici!

Intercral Parma - Cral Credit Agricole - CSI Parma - Ancescao

Tutte le domeniche alle 9.30 presso le sedi delle rispettive sedi per la pulizia dei

Quartieri: Pablo, Molinetto, Oltretorrente e S Leonardo presso la sede Intercral Parma via Sartori 39 Parma prenotazione obbligatoria

Speciale Capodanno in bus da Parma

Croazia	Rabac, Rovigno cenone incluso	585,00 €	29 dicembre - 2 gennaio
Riviera d'Ulisse	nella terra di Circe, tra miti e leggende	675,00 €	29 dicembre - 2 gennaio
Toscana	alla scoperta della val d'Orca Pienza Montepulciano Arezzo S Quirico	620,00 €	30 dicembre - 2 gennaio
Toscana	5 stelle - Etruschi e Medioevo – Livorno Pisa Peccioli Lucca	585,00 €	30 dicembre - 2 gennaio
Umbria	Assisi Perugia Spello Gubbio Spoleto	525,00 €	30 dicembre - 2 gennaio

Apertura pratica 15,00 - assicurazione annullamento 35,00 €

Incontri con Franca Zanichelli - La terra sotto i nostri piedi Ingresso libero e gratuito 4 appuntamenti GEO

1 incontro presso la sede di Intercral Parma via Sartori 39 Parma e 3 uscite nel territorio nel Parmense

Lunedì 8 gennaio 2024 ore 18.00 presso la sede di Intercral Parma via Sartori, 39 Parma immagini e tavole grafiche si illustrano particolari aspetti delle formazioni rocciose che affiorano nella nostra Provincia. Sono fornite semplici informazioni per comprendere singolari fenomeni che si osservano nelle aree di pianura e nelle prime colline in virtù di eventi fisici e geologici accaduti nel passato.

Lunedì 22 gennaio 2024 ore 14.30-17.30 Escursione alle Salse di Rivalta Traversetolo Visita ai vulcanetti di fango alle formazioni di calanchi

Lunedì 12 febbraio ore 14.30-17.30 Escursione al Fontanile di Viarolo -Parma Visita al sistema delle risorgive dove confluiscono le acque sotterranee

Incontri per conoscere culture, storie e tradizioni di paesi lontani - da remoto

lunedì 15 gennaio 2024 ore 18.00 per OMAN <https://us06web.zoom.us/j/86402994685?pwd=t3DvZ0kVLaSDY6c0TRVHgbqIP57AB.1>

Incontri alla scoperta delle incognite nascoste Istruzioni per l'uso e l'utilizzo degli strumenti digitali relatore Ing. Diego Rossi

mercoledì 29 novembre ore 16.00 Fascicolo Sanitario utilità, come attivarlo, cambio pw, vantaggi (ricette, prenotazioni, esami...)

conosci qualcuno che ha bisogno di fare due chiacchiere per sconfiggere la solitudine

Pronto, come stai?

Puoi chiamare il 0521.646992 dalle 15.00 alle 17.30 Troverai tanti volontari disponibili ad ascoltare

e condividere emozioni, disagi in serenità. Per ulteriori informazioni puoi chiamare o inviare una mail a presidente@intercralparma.it

Laboratori di Natale al riuso creare piccoli doni e addobbi natalizi utilizzando oggetti che abbiamo in casa

Sabato 2 dicembre 2023 ore 10.00 - Sabato 9 dicembre 2023 ore 10.00 - Domenica 17 dicembre 2023 ore 10.00

presso la biblioteca di Intercral Parma Via Sartori, 39 Parma

4ª Corso Base di Fotografia con Luca Monducci presso Intercral Parma

6 - 13 - 20 - 27 marzo 3 - 10 - 17 aprile 2024 ore 20.30

SOGGIORNI BREVI, LUNGI E LUNGHISSIMI

GRAND TOUR MARCHE	<i>Urbino, Fano, Macerata, Grotte di Frasassi, Fermo.....</i>	460,00€	3 – 6 dicembre
LOFOTEN	<i>aurora boreale tra i fiordi</i>	da 1.570,00 €	3 – 7 dicembre
NEW YORK	<i>un morso di cultura alla grande mela</i>	da 1.690,00 €	5 – 10 dicembre
Crociera Nilo + Hurgada	<i>mare + cultura millenaria</i>	2.700,00 €	2 – 14 gennaio 2024
CAMBOGIA E VIETNAM	<i>nostalgia d'oriente</i>	3.595,00 €	2 – 14 gennaio
INDIA CENTRALE	<i>il popolo libero del libro della giungla</i>	da 3.480,00 €	8 – 22 marzo
OMAN	<i>Sabbie sospese nel tempo</i>	da 2.290,00 €	17 24 marzo
AUSTRALIA	<i>le vie del sogno e gli spazi infiniti</i>	da 7.990,00 €	28 aprile – 18 marzo
TOUR DEI BALCANI	<i>Tirana Pogradec Orhid Bitola Skopje Sofia Transilvania Bucarest</i>	,00 €	maggio
GIAPPONE	<i>il paese gentile</i>	3.470,00 €	20 – 30 maggio
DANZICA E VARSAVIA	<i>da Parma per conoscere le bellezze della Polonia</i>	,00 €	giugno
AMAZZONIA	<i>viaggio nel Parco Naz.le Jauaperi foresta brasiliana</i>	€	27 agosto – 4 settembre
MARE ALBANIA 5 STELLE	<i>Resort Beach Arameras ed escursioni a siti patrimonio Unesco</i>	€	settembre
PANTELLERIA	<i>lava capperi e Zibibbo</i>	da 1.250,00 €	21 – 28 settembre

Quando il Sapere Sconfigge la malattia

Ingresso libero e gratuito

Mercoledì 15 novembre ore 18.00 Prof. G.L. Angelis Dr.ssa F. Vincenzi *Corretta alimentazione per soggetti in età adulta e pediatrica, le malattie legate all'alimentazione*

Mercoledì 22 novembre ore 18.00 Prof. G.L. De' Angelis Prof.ssa F. Gaiani *La Prevenzione e L'importanza dello Screening del cancro del colon-retto*

Mercoledì 29 novembre ore 18.00 Prof. G.L. De' Angelis Dr.ssa F. Fornaroli *Le malattie infiammatorie croniche intestinali, una realtà emergente*

Mercoledì 6 dicembre ore 18.00 Prof. G.L. De' Angelis Prof.ssa F. Gaiani *Moderne applicazioni dell'endoscopia digestiva diagnostica e operativa presso la sede dell'Assistenza Pubblica di Parma via Gorizia, 2/a Parma*

Gran Tour della Giordania 2024 Amman Castelli nel deserto Petra notte in tenda nel deserto e Mar Morto

7 – 14 febbraio	1.505,00 €	14 – 21 febbraio	1.565,00 €	21 – 28 febbraio	1.580,00 €	28 febbraio - 6 marzo	1.595,00 €
6 – 13 marzo	1.595,00 €	13 – 20 marzo	1.720,00 €	20 – 27 marzo	1.720,00 €	27 marzo – 3 aprile Pasqua	1.865,00 €
3 – 10 aprile	1.750,00 €	10 -17 aprile	1.770,00 €	17 -24 aprile	1.780,00 €	24 aprile – 1 maggio	1.795,00 €
2 – 9 ottobre	1.695,00 €	9 – 16 ottobre	1.695,00 €	16 – 23 ottobre	1.730,00 €	23 – 30 ottobre	1.730,00 €

Assicurazione annullamento 85/65,00 € cambio \$/€ 1,09 Passaporto apertura pratica 26,00 € a persona

Con Card 266,00 € **abbonamenti alla GAZZETTA DI PARMA 12 mesi 2024 con i buoni cartacei 322,00 €**

NUOVI ABBONATI ATTIVAZIONE GRATUITA DAL 14 DICEMBRE scadenza sottoscrizione entro il 10.12.2023

UMBERTO BOCCIONI Primo del Futurismo mercoledì 6 dicembre ore 14.00 Visita guidata, ingresso con M. Rossi 14,00€

Percorso di filosofia moderna in collaborazione con La Fionda – circolo di Parma

giovedì 11 aprile 2024 ore 18.30	Renè Descartes (Cartesio)	prof. F. Cappcetti
giovedì 18 aprile 2024 ore 18.30	Thomas Hobbes	prof. M. Baldassari
mercoledì 24 aprile 2024 ore 18.30	Baruch Spinoza	prof. F. Cappcetti
giovedì 2 maggio 2024 ore 18.30	Immanuel Kant	prof. Puglisi
giovedì 9 maggio 2024 ore 18.30	Friedrich Hegel	prof. D. Melegari

gli incontri sono gratuiti e si terranno presso la sede Intercral Parma via Sartori, 39 Parma prenotazione è gratuita

il biowatching: come osservare la natura rassegna d'incontri informativi e formativi **F. Mezzatesta e F. Zanichelli**

Ingresso libero e gratuito presso la sede di Intercral Parma via Sartori 39 Parma

Giovedì 1 febbraio 2024 ore 18.00 *Come riuscire ad osservare la biodiversità (come usare il binocolo, i manuali illustrati, il taccuino d'appunti, ecc..)*

Giovedì 15 febbraio 2024 ore 18.00 *Focus sulla fauna: mammiferi e uccelli, farfalle e tracce*

Giovedì 29 febbraio 2024 ore 18.00 *Scoprire i diversi ambienti e la flora delle nostre zone*

Concerto di inizio anno e consegna del premio San Silvestro ai volontari silenziosi

domenica 7 gennaio 2024 ore 16.30 con i Parma Brass Casa della Musica - P.le San Francesco,1 Parma -ingresso gratuito

TOUR DELEL ISOLE – LE PERLE DEL GOLFO 2024 IN TRENO Ischia– Capri - Procida

Dal 14 al 18 aprile 2024	595,00 € a pp in doppia	Dal 12 al 16 maggio	590,00 € a pp in doppia
Dal 9 al 13 giugno 2024	625,00 € a pp in doppia	Dal 7 al 11 luglio	660,00 € a pp in doppia
Dal 15 al 19 settembre 2024	630,00 € a pp in doppia	Dal 13 al 17 ottobre	595,00 € a pp in doppia

In bus da Parma o da Reggio Emilia Mediopadana – camera singola 100,00 €

Mini tour Campania partenza da Parma in bu e in treno da Mediopadana Napoli/Costiera Amalfitana/Pompei/Reggia Caserta

Dal 11 al 15 aprile in bus	560,00 € in doppia	Dal 11 al 14 aprile in treno	440,00 € in doppia
Dal 21 al 25 aprile in bus	570,00 € in doppia	Dal 21 al 24 aprile in treno	445,00 € in doppia
Dal 02 al 06 maggio in bus	570,00 € in doppia	Dal 02 maggio al 5 maggio in treno	445,00 € in doppia
Dal 19 al 23 maggio in bus	595,00 € in doppia	Dal 19 al 22 maggio in treno	460,00 € in doppia
Dal 22 al 26 settembre in bus	595,00 € in doppia	Dal 22 al 25 settembre in treno	460,00 € in doppia
Dal 06 al 10 ottobre in bus	595,00 € in doppia	Dal 6 al 9 ottobre in treno	460,00 € in doppia
Dal 20 ottobre al 2 novembre in bus	570,00 € in doppia	Dal 29 ottobre al 1 novembre in treno	445,00 € in doppia
Dal 7 al 11 dicembre in bus	595,00 € in doppia	Dal 7 al 10 dicembre in treno	460,00 € in doppia