



Care e cari Sestesi,

Anche questa estate vi segnaliamo i servizi del Comune che rimarranno aperti anche a luglio e agosto per venire incontro alle vostre esigenze.

- **UFFICIO ANZIANI E DISABILI** - Via B. Croce, 12: si occupa di ASSISTENZA DOMICILIARE, PASTI A DOMICILIO, TELESOCORSO (i servizi sono a pagamento in base all'Attestazione ISEE)

Tel. 02 24968900  
022496753/757

- **NUMERO VERDE EMERGENZA CALDO**

AUSER Filo d'Argento  
**800995988**

il numero verde è attivo tutti i giorni 24 ore su 24

- **AUSER Sesto San Giovanni tel. 0224417094**

luglio: dal lunedì al venerdì 9.30 - 12.00 e 15.30 - 18.00  
dal 31/07 al 01/09: dal lunedì al venerdì 9.30 - 12.00

**Dal 14/08 al 18/08 Chiusura totale**

Ricordatevi inoltre che i truffatori sono sempre in agguato, perciò diffidate degli sconosciuti. In caso di dubbio chiamate i seguenti numeri:

- **Carabinieri 112** - Pronto Intervento 0224121300 (Via L. Pirandello, 235)
- **Guardia di Finanza 117** - Comando Compagnia 0222470037 (Via Corridoni, 26)
- **Polizia Locale 022496859** (Via Volontari del Sangue, 1) **emergenza 0226225050**
- **Polizia di Stato 113** - Per informazioni generali 022488211 (Via Fiume, 2)
- **Vigili del Fuoco 115** - Per informazioni generali 0222475433 (Via G. Rovani 213)
- **Pronto soccorso sanitario - 118**

*Vi ricordiamo anche che è possibile chiamare sempre per qualsiasi emergenza:*

- **Numero unico di emergenza (NUE)**



#### **Servizio di continuità assistenziale ATS - Città di Milano - Carlo Marx 111**

Garantisce l'assistenza medica domiciliare o ambulatoriale negli orari in cui non ci sono il medico di famiglia o il pediatra di libera scelta.

Servizio notturno dalle ore 20.00 alle ore 8.00

Il sabato e la domenica, prefestivi e festivi infrasettimanali il servizio di continuità assistenziale sarà aperto durante le ore diurne (8.00 - 20.00).

Nei giorni feriali, durante l'arco della giornata, rivolgetevi al vostro Medico di Medicina Generale.



Per trascorrere qualche ora all'aperto e partecipare ad iniziative ricreative, potete anche rivolgerVi ai:

### **CENTRI ANZIANI DI SESTO SAN GIOVANNI**

#### **ACAT**

**Via Tonale, 40 - 02 2404294**

Aperto luglio e agosto: 14.30 -18.30

Chiusura estiva: dal 06/08 al 27/08

#### **PARPAGLIONA**

**Via G. Cantore, 145 - 0224860174**

Aperto luglio e agosto: 14.45 - 18.00 - Domenica chiuso

Chiusura estiva: dal 13 agosto al 27 agosto

#### **CENTRO SOCIO CULTURALE ANZIANI**

**Via Milano, 183 - 022424465**

Aperto luglio e agosto: 14.00 - 18.30

#### **TENEBIACO**

**Via XX Settembre, 90 - 0226225636**

Aperto luglio e agosto: 14.30 - 18.30

Chiusura estiva: dal 10 al 29 agosto

#### **CENTRO CULTURALE RICREATIVO C. "NULLO" BULGARELLI"**

**Via Boccaccio, 385 - 3357584366**

Chiusura estiva: luglio e agosto

#### **VI.PE. - VILLAGGIO PELUCCA**

**Via Pelucca, 1 - 3343528790**

Aperto luglio e agosto: 14.30 -17.30

Chiusura estiva: dal 13 al 20 agosto

Chiuso la domenica

#### **CIRCOLO COOPERATIVO ANPI**

**Via C. da Sesto, 113 - 0222470966 o 0224167133**

**Estate Insieme** dal 2 giugno a metà settembre

martedì tombolata: 16.00 – 18.30 (Entrata Libera)

giovedì ballo liscio: 16.00 -18.30 (Ingresso € 2,50)

venerdì e sabato ballo liscio: 21.00 - 24.00 (Ingresso € 7,50)

Vi ricordiamo infine alcune semplici regole dettate dall'autorità sanitaria per un'estate in salute:

- mangiare poco e spesso e cibi leggeri;
- bere spesso acqua o bevande non ghiacciate e non gasate;
- eliminare alcolici;
- non interrompere o sostituire di vostra iniziativa le medicine prescritte dal medico;
- cercare di mantenere in penombra l'ambiente in cui si vive;
- quando si esce proteggere testa e occhi, evitare comunque di uscire nelle ore più calde della giornata;
- indossare vestiti chiari e di fibre naturali;
- bagnarsi con acqua fredda per abbassare la temperatura del corpo in caso di mal di testa provocato da colpo di sole;
- coprirsi quando si passa da un ambiente caldo ad uno climatizzato.

A tutti voi i migliori auguri per un'estate divertente e serena.