



UNIVERSITÀ PER IL TEMPO
LIBERO E LA TERZA ETÀ
"LUISA ROSSI" A.P.S.
VIGEVANO

ANNO ACCADEMICO
2023-24

*“Ci vuole molto tempo
per diventare giovani”.*

Pablo Picasso



**UNIVERSITÀ PER IL TEMPO LIBERO
E LA TERZA ETÀ “LUISA ROSSI” A.P.S.**

VIGEVANO

**PROGRAMMI DEI CORSI
ANNO ACCADEMICO 2023 - 2024**

SEDE DEI CORSI:

Sede centrale - Via San Giacomo, 17/1
Urban Gravity Academy - Via Domenico Pisani, 1

SEGRETERIA

Telefono 0381 691483 – Fax 0381 83122

E-mail: info@utevigevano.it

Sito web: www.utevigevano.it

Pagina facebook: [UNITRE VIGEVANO](https://www.facebook.com/UNITRE.VIGEVANO)

COLLABORANO ALL'INIZIATIVA

- Comune di Vigevano
- Fondazione di Piacenza e Vigevano



PER L'ANNO ACCADEMICO 2023/2024 SI APPLICHERANNO LE EVENTUALI DISPOSIZIONI SANITARIE CHE SARANNO IN VIGORE.

TUTTI SONO INVITATI A RISPETTARE LE NUOVE EVENTUALI REGOLE CHE SI RENDESSERO NECESSARIE CHE VERRANNO RESE NOTE ALL'ATTO DELL'ISCRIZIONE, AFFISSE IN BACHECA O SPECIFICATE NELLE CIRCOLARI.

REGOLAMENTO INTERNO

- 1 - Tutto il lavoro svolto è volontario e gratuito, perciò si può “chiedere”, ma non “pretendere”.
- 2 - L’accesso ai locali è consentito solo ai soci.
- 3 - Il rispetto delle regole è condizione indispensabile per una pacifica convivenza e una ordinata attività didattica, per questo motivo, occorre innanzi tutto rispetto per le persone (docenti, e corsisti) e per le cose (aule, relativi arredi, materiale audiovisivo).
- 4 - Gli orari delle lezioni vanno rispettati, evitando, per quanto possibile, ritardi.
- 5 - Qualsiasi iniziativa – sia dei docenti che dei corsisti – organizzata nell’ambito dell’Università deve essere riferita e concordata con la Segreteria, nonché autorizzata dal Consiglio.
- 6 - Il Consiglio ha la facoltà di variare gli orari programmati, secondo particolari esigenze emerse e non prevedibili.
- 7 - Ogni variazione di orario da parte dei docenti deve essere comunicata tempestivamente in Segreteria.
- 8 - L’Università non risponde delle iniziative che non sono programmate in accordo con l’Università stessa.

PER L’ISCRIZIONE NON È RICHiesto ALCUN TITOLO DI STUDIO E LA FREQUENZA NON OBBLIGA ALLO STUDIO O ALLO SVOLGIMENTO DI COMPITI, NON ESISTONO ESAMI FINALI, LA PARTECIPAZIONE È FINALIZZATA ALL’ARRICCHIMENTO CULTURALE PERSONALE E ALLA SOCIALIZZAZIONE.

NOTIZIE GENERALI

L'Università per il tempo libero e la terza età "Luisa Rossi" A.P.S. è un'associazione senza fine di lucro, apolitica, asindacale e aconfessionale di promozione sociale che ha sede a Vigevano nel complesso "Ex Ursus", via San Giacomo 17/1. Si prefigge:

- di contribuire alla promozione culturale e sociale degli iscritti, per mezzo di corsi, visite e iniziative culturali, turistiche e ricreative;
- di favorire lo svolgersi della vita associativa per un reciproco, proficuo scambio di idee e di informazioni;
- di organizzare convegni, conferenze, gite, pubblicazioni, ricerche e studi per promuovere la conoscenza e il confronto tra culture generazionali diverse.

Possono iscriversi tutti i cittadini maggiorenni, indipendentemente dal titolo di studio posseduto, senza distinzione di razza, religione, nazionalità, previa accettazione dello Statuto dell'Associazione e il pagamento della **quota associativa annuale di € 50** oltre a un contributo di partecipazione ai corsi.

La quota non può essere emessa in detrazione nella denuncia dei redditi in quanto le Università della Terza Età non sono Istituti Universitari autorizzati dalla Stato.

I soci iscritti hanno diritto di frequentare i locali sociali e di partecipare alle iniziative programmate dall'Università.

ISCRIZIONI

Le iscrizioni ai corsi si ricevono presso :

**Segreteria della Università per il tempo libero
e la terza età "Luisa Rossi" A.P.S.**

Via San Giacomo 17/1 - Tel. 0381 691483 -
dal lunedì al venerdì, dalle ore 15 alle ore 18.

SEDE E SVOLGIMENTO DEI CORSI

I corsi si svolgeranno in orario mattutino, pomeridiano e serale, dal lunedì al venerdì.

Poiché gli orari e le sedi possono essere suscettibili di variazioni, prima dell'inizio di ogni corso è opportuno controllarne l'esattezza rivolgendosi alla Segreteria.

Le lezioni inizieranno il *10 ottobre 2023* e saranno sospese nei seguenti periodi:

- Vacanze natalizie *dal 21 dicembre 2022 al 7 gennaio 2024 compresi*
- Vacanze di Carnevale chiusi il *martedì 13 febbraio 2024*
- Vacanze di Pasqua *dal 28 marzo al 2 aprile 2024 compresi*
- Chiusura dell'anno accademico *31 maggio 2024*

PROGRAMMI

Le lezioni si svolgono secondo i programmi di massima esposti nelle pagine seguenti.

Eventuali modifiche di orario che, per motivi organizzativi o per cause impreviste, dovessero rendersi necessarie, saranno esposte in bacheca e possibilmente comunicate agli interessati.

L'attività didattica sarà integrata da conferenze, incontri, nonché da eventuali visite guidate a città, musei, mostre.

Anche di queste iniziative sarà data opportuna comunicazione durante l'anno accademico con affissione in bacheca, tramite il Notiziario inviato gratuitamente a tutti gli iscritti, sul nostro sito:

www.utevigevano.it

e sulla pagina facebook "UNITRE VIGEVANO".

PARTECIPAZIONE

È richiesta e gradita la collaborazione attiva di tutti gli iscritti. In particolare saranno accolti suggerimenti, indicazioni, proposte in ordine alle iniziative didattiche e organizzative.

Collaborazioni volontarie sono particolarmente ben accette per la gestione pratica delle attività (ad esempio: funzionamento della segreteria, gruppi di lavoro, uso e manutenzione degli strumenti didattici, organizzazione di eventi, redazione del Notiziario, ecc.).

MODALITÀ ORGANIZZATIVE

- All'atto dell'iscrizione gli interessati dovranno compilare un apposito modulo, scaricabile anche dal sito internet alla pagina www.utevigevano.it/pdf/news.pdf, dove dovranno essere specificati i dati personali, gli estremi di un documento di identificazione e il codice fiscale. Verrà rilasciato, unitamente alla ricevuta del pagamento, l'elenco dei corsi a cui ci si è iscritti.
- Per i corsi che vengono avviati ad anno accademico inoltrato, l'iscrizione può essere effettuata prima del loro inizio.
- I singoli corsi sono attivati con un minimo numero di iscritti e le iscrizioni vengono accettate sino al numero massimo consentito dalla capienza delle aule o indicato in programma.
- Considerata la gratuità delle prestazioni di tutti i collaboratori e la capienza limitata dei locali disponibili, si fa presente a tutti gli iscritti l'opportunità di una frequenza regolare fino alla conclusione dei corsi, fatti salvi validi motivi di impedimento.
- Essendo il lavoro svolto volontario e gratuito, la disponibilità dei docenti è in ogni caso subordinata ai loro prioritari impegni di lavoro, che possono imporre variazioni in relazione alla data e all'orario di svolgimento del rispettivo corso.
- Questo libretto relativo al programma annuale viene stampato

con molto anticipo, e solo se e quando possibile vengono indicate le date e gli orari dei corsi, che possono, in ogni caso, subire variazioni. I dati mancanti e le variazioni saranno forniti in Segreteria, in bacheca e stampati sul Notiziario con la massima tempestività, appena disponibili.

- Qualora fosse impossibile lo svolgimento di un corso, o il corsista fosse impossibilitato a seguire uno dei corsi scelti, può chiedere il rimborso del relativo costo.
- **L'eventuale cambio di corso si accetta solo dopo la prima lezione frequentata.**



1 ALLENAMENTO COGNITIVO

Docente:	F. DEL SIGNORE E P. TAGLIANI
Numero lezioni:	6
Durata lezione:	1 ora
Giorno e orario:	martedì ore 15
Inizio corso:	05/12/2023
Numero corsisti:	massimo 60
Sede:	Sede centrale, via s. Giacomo 17/1
Costo:	euro 10

PROGRAMMA:

Il 5% dell'intera popolazione mondiale (Alzheimer Disease International, 2019) convive oggi con una forma di decadimento cognitivo dell'invecchiamento, di cui sappiamo ancora poco e per la quale non esistono attualmente terapie risolutive. Circa il 30% dei casi di demenza, secondo quanto riportato dalla letteratura scientifica, potrebbe tuttavia essere evitato attraverso la promozione di stili di vita salutari. Il presente corso intende pertanto aiutare i partecipanti a giocare d'anticipo, fornendo alcune nozioni teoriche sul tema dell'invecchiamento cerebrale e proponendo esercizi pratici per la stimolazione delle principali abilità cognitive, consentendo in tal modo al cervello di mantenersi attivo.



2 ANIMAZIONE TEATRALE

Docente:	MARISA PALOMBELLA
Numero lezioni:	annuale
Durata lezione:	1 ora e mezza
Giorno e orario:	venerdì ore 15,30
Inizio corso:	13/10/2023
Numero corsisti:	massimo 30
Sede:	Urban Gravity Academy, via Pisani 1
Costo:	euro 20

PROGRAMMA:

Un gesto per parlare, tutto il corpo per esprimersi.

L'arte del mimo è l'arte del comunicare per sintesi, di alludere, far immaginare. Il teatro gestuale deriva dal teatro NO giapponese, ha origini ancestrali e nasce come danza religiosa "divertimento degli Dei". L'uso della maschera accentua la stilizzazione dei gesti.

3 APERITIVI E COCKTAIL

Docente:	MARISA PALOMBELLA
Numero lezioni:	10
Durata lezione:	1 ora e mezza
Giorno e orario:	mercoledì ore 17
Inizio corso:	13/03/2024
Numero corsisti:	massimo 15
Sede:	Sede centrale, via s. Giacomo 17/1
Costo:	euro 10

PROGRAMMA:

Un sorso di cultura.

Si gusta l'aperitivo ascoltando temi culturali proposti dagli ospiti che intervengono di volta in volta al nostro "cin cin".

I contributi delle bevande sono a carico dei partecipanti in accordo con la docente.

4 ARCHEOLOGIA IN LOMELLINA

Docente:	STEFANO TOMIATO
Numero lezioni:	8
Durata lezione:	1 ora
Giorno e orario:	martedì ore 17,30
Inizio corso:	23/01/2024
Numero corsisti:	massimo 60
Sede:	Sede centrale, via s. Giacomo 17/1
Costo:	euro 10

PROGRAMMA:

IL VILLAGGIO DEL SIGNOR GEBUIN E ALTRE STORIE

Il territorio lomellino nell'alto medioevo con particolare attenzione alle fonti scritte per l'evoluzione geografico-insediativa

6 ARTISTE: LE LORO OPERE E LE LORO STORIE

Docente:	NIVES TROMBOTTO
Numero lezioni:	6
Durata lezione:	1 ora e mezza
Giorno e orario:	lunedì ore 16
Inizio corso:	04/03/2024
Numero corsisti:	massimo 32
Sede:	Sede centrale, via s. Giacomo 17/1
Costo:	euro 10

PROGRAMMA:

Gli ultimi anni dell'800, che espressero con il Liberty la voglia di bellezza e modernità della Belle Époque e la capacità di fondere arte e industria che determinò la nascita del design. E le provocazioni delle avanguardie e del primo '900: Espressionismo, Futurismo, Dadaismo, Cubismo...
E la partecipazione delle donne a tutti questi eventi.

7 ASCOLTO MUSICALE

Docente:	PIETRO FERRARI
Numero lezioni:	annuale
Durata lezione:	1 ora e mezza
Giorno e orario:	mercoledì ore 15
Inizio corso:	18/10/2023
Numero corsisti:	massimo 60
Sede:	Sede centrale, via s. Giacomo 17/1
Costo:	euro 20

PROGRAMMA:

Ascolto guidato e multimediale delle seguenti opere:

Lirica: I due Foscari e I Masnadieri di Giuseppe Verdi.

Balletto: La bella addormentata, di Piotr Il'ic Ciaikovskij

Sinfonica:

- a) Compositori del Nord Europa;
- b) Tre capolavori di Bach: il Clavicembalo ben Temperato, le Variazioni Goldberg, l'Arte della Fuga

8 BALLI DI GRUPPO A

Docente:	RITA AMICO
Numero lezioni:	annuale
Durata lezione:	1 ora
Giorno e orario:	lunedì ore 15
Inizio corso:	16/10/2023
Numero corsisti:	massimo 25
Sede:	Urban Gravity Academy, via Pisani 1
Costo:	euro 20

PROGRAMMA:

Corso base

Dedicato solo ai principianti, si potranno imparare balli di gruppo per divertirsi e stare in compagnia.

9 BALLI DI GRUPPO B

Docente:	RITA AMICO
Numero lezioni:	annuale
Durata lezione:	1 ora
Giorno e orario:	lunedì ore 16
Inizio corso:	16/10/2023
Numero corsisti:	massimo 25
Sede:	Urban Gravity Academy, via Pisani 1
Costo:	euro 20

PROGRAMMA:

Corso avanzato

Si perfezionerà la tecnica dei balli di gruppo per divertirsi e stare in compagnia.

10 BALLI DI GRUPPO C

Docente:	RITA AMICO
Numero lezioni:	annuale
Durata lezione:	1 ora
Giorno e orario:	martedì ore 15
Inizio corso:	17/10/2023
Numero corsisti:	massimo 25
Sede:	Urban Gravity Academy, via Pisani 1
Costo:	euro 20

PROGRAMMA:

Corso base

Dedicato solo ai principianti, si potranno imparare balli di gruppo per divertirsi e stare in compagnia.



11 BALLI DI GRUPPO D

Docente:	RITA AMICO
Numero lezioni:	annuale
Durata lezione:	1 ora
Giorno e orario:	martedì ore 16
Inizio corso:	17/10/2023
Numero corsisti:	massimo 25
Sede:	Urban Gravity Academy, via Pisani 1
Costo:	euro 20

PROGRAMMA:

Corso avanzato

Si perfezionerà la tecnica dei balli di gruppo per divertirsi e stare in compagnia.

12 BANCARIA

Docente:	MARISA ANTONINI
Numero lezioni:	8
Durata lezione:	1 ora
Giorno e orario:	lunedì ore 15
Inizio corso:	08/01/2024
Numero corsisti:	massimo 32
Sede:	Sede centrale, via s. Giacomo 17/1
Costo:	euro 10

PROGRAMMA:

INVESTIMENTI FINANZIARI.

Risparmio e investimenti.

Concetti sull'operatività, rischio/rendimento, caratteristiche dei vari strumenti finanziari e tipologie di gestione.



13 BORSE IN TESSUTO

Docente:	ANTONELLA COSTA
Numero lezioni:	annuale
Durata lezione:	2 ore
Giorno e orario:	mercoledì ore 10
Inizio corso:	18/10/2023
Numero corsisti:	massimo 12
Sede:	Sede centrale, via s. Giacomo 17/1
Costo:	euro 20

PROGRAMMA:

Laboratorio per la realizzazione di borse in tessuto.

14 BURRACO A

Docente:	ADRIANO TOMASONI
Numero lezioni:	annuale
Durata lezione:	2 ore
Giorno e orario:	venerdì ore 9,30
Inizio corso:	13/10/2023
Numero corsisti:	massimo 20
Sede:	Sede centrale, via s. Giacomo 17/1
Costo:	euro 20

PROGRAMMA:

IMPARIAMO IL BURRACO

Istruzioni come da regolamento FIBUR.

Regole basilari e approccio al gioco



15 BURRACO B

Docente:	ADRIANO TOMASONI
Numero lezioni:	annuale
Durata lezione:	2 ore
Giorno e orario:	venerdì ore 15
Inizio corso:	13/10/2023
Numero corsisti:	massimo 20
Sede:	Sede centrale, via s. Giacomo 17/1
Costo:	euro 20

PROGRAMMA:

IMPARIAMO IL BURRACO

Istruzioni come da regolamento FIBUR

Regole basilari e approccio al gioco

16 CINEFORUM DI FILM MUSICALI

Docente:	PIETRO FERRARI
Numero lezioni:	12 (3 e 17 nov, 1 e 15 dic, 12 e 26 gen, 9 e 23 feb, 8 e 22 mar, 5 e 19 apr)
Durata lezione:	2 ore
Giorno e orario:	venerdì ore 17 cadenza quindicinale
Inizio corso:	03/11/2023
Numero corsisti:	massimo 60
Sede:	Sede centrale, via s. Giacomo 17/1
Costo:	euro 10

PROGRAMMA:

Proiezione, con commento e discussione, di film che hanno come argomento personaggi, temi e professioni connessi al mondo della musica.

L'elenco dei film sarà reso noto alla presentazione del libretto dei corsi.

17 CONOSCENZA SCIENTIFICA E CREDO RELIGIOSO A CONFRONTO

Docente:	GIORGIO GALLASSI
Numero lezioni:	5
Durata lezione:	1 ora e mezza
Giorno e orario:	martedì ore 17
Inizio corso:	17/10/2023
Numero corsisti:	60
Sede:	Sede centrale, via s. Giacomo 17/1
Costo:	euro 10

PROGRAMMA:

Gli ultimi decenni hanno visto progressi straordinari della conoscenza scientifica. Obiettivo del corso è analizzare come si modificano i rapporti tra scienza e religione (cattolica) alla luce dei nuovi scenari. Verranno inizialmente forniti cenni storici sulla dialettica tra scienza e religione per poi identificare e analizzare alcuni tra i temi oggi più caldi quali: La scienza può dimostrare l'esistenza o la non esistenza di Dio? Quale la genesi dell'Universo: Big Bang o Fiat Lux? La teoria dell'evoluzione della specie è accettabile per la teologia? Quale rapporto tra Adamo ed Eva e omo Sapiens? La morale tra rivelazione e neuroetica; Manipolazioni genetiche, fino a che punto? ...e se non fossimo soli nell'universo?



18 CONOSCERE LA BIBBIA

Docente:	ANGELA TRIGO
Numero lezioni:	5
Durata lezione:	1 ora
Giorno e orario:	mercoledì ore 16
Inizio corso:	07/02/2024
Numero corsisti:	massimo 25
Sede:	Sede centrale, via s. Giacomo 17/1
Costo:	euro 10

PROGRAMMA:

L'evento della Resurrezione di Gesù ha un seguito nella Ascensione e nella Pentecoste.

Da cosa nasce allora il "glorioso fallimento" delle prime comunità cristiane?

Saranno proposti alcuni brani degli Atti degli Apostoli.

19 CUCINA A

Docente:	GRAZIA CARRARO ROSSANIGO
Numero lezioni:	12
Durata lezione:	1 ora
Giorno e orario:	giovedì ore 15
Inizio corso:	12/10/2023
Numero corsisti:	massimo 25
Sede:	Sede centrale, via s. Giacomo 17/1
Costo:	euro 10

PROGRAMMA:

Secondo corso di cucina storica. "*Leccornie ducali alla corte sforzesca*".

Continuiamo il nostro viaggio per scoprire nuovi aspetti e nuove ricette della cucina medievale.

20 CUCINA B

Docente:	MARISA ANTONINI
Numero lezioni:	8
Durata lezione:	1 ora
Giorno e orario:	lunedì ore 15
Inizio corso:	23/10/2023
Numero corsisti:	massimo 32
Sede:	Sede centrale, via s. Giacomo 17/1
Costo:	euro 10

PROGRAMMA:

RICETTE SENZA SPRECHI.

Accorgimenti e consigli per limitare gli sprechi in cucina.

La cucina del recupero: ridurre e riutilizzare avanzi e preparare piatti poveri ma non meno gustosi.

Qualche pratica dimostrazione.

21 CUCINA IN VIAGGIO

Docente:	VERONICA CAMPOLI
Numero lezioni:	6
Durata lezione:	1 ora
Giorno e orario:	lunedì ore 16
Inizio corso:	04/03/2024
Numero corsisti:	massimo 20
Sede:	Sede centrale, via s. Giacomo 17/1
Costo:	euro 10

PROGRAMMA:

Uno degli aspetti più interessanti di un viaggio è immergersi in una cultura differente dalla nostra, conoscerne le usanze, le tradizioni, i sapori.

Racconti, fotografie e ricette da Giappone, India, Iran, Uzbekistan, Caraibi e Florida, Nord Africa e Asia Minore.

22 CULTURA CLASSICA

Docente:	LAURA PASQUINO
Numero lezioni:	12
Durata lezione:	1 ora
Giorno e orario:	mercoledì ore 18
Inizio corso:	11/10/2023
Numero corsisti:	massimo 60
Sede:	Sede centrale, via s. Giacomo 17/1
Costo:	euro 10

PROGRAMMA:

Catullo, Carmi.

Lettura e commento di un'antica, ma sempre attuale, autobiografia in versi.

23 DECORAZIONI IN STOFFA E POLISTIRENE

Docente:	NATALINA DONDI
Numero lezioni:	annuale
Durata lezione:	1 ora e mezza
Giorno e orario:	giovedì ore 10
Inizio corso:	12/10/2023
Numero corsisti:	massimo 10
Sede:	Sede centrale, via s. Giacomo 17/1
Costo:	euro 20

PROGRAMMA:

Decorazioni natalizie in polistirolo e stoffa quali palline per albero di Natale, palle per contenere un'eventuale sorpresa, campane e ghirlande da appendere, centri tavola.



24 DIRITTO CIVILE PROGREDITO A TEMI

Docente:	DINO RABAI
Numero lezioni:	10
Durata lezione:	1 ora
Giorno e orario:	giovedì ore 18
Inizio corso:	19/10/2023
Numero corsisti:	massimo 60
Sede:	Sede centrale, via s. Giacomo 17/1
Costo:	euro 10

PROGRAMMA:

La proprietà - Libro III Codice civile: il condominio negli edifici.
Le obbligazioni - Libro IV Codice civile: i contratti di compravendita, le locazioni, la mediazione, l'appalto, il mutuo, la fideiussione.

La perdita dei diritti: prescrizione e decadenza.

Un pizzico di Storia del diritto: i Longobardi e l'editto di Rotari.

25 DISEGNO A

Docente:	GIAN MAURO BANZOLA
Numero lezioni:	annuale
Durata lezione:	2 ore
Giorno e orario:	lunedì ore 10
Inizio corso:	16/10/2023
Numero corsisti:	minimo 7 massimo 25
Sede:	Sede centrale, via s. Giacomo 17/1
Costo:	euro 20

PROGRAMMA:

Corso base

Il corso fornirà le basi essenziali per realizzare semplici disegni a mano libera con matita, sanguigna, carboncino, penna biro, senza trascurare la formazione artistico-umana della persona. Non sono necessarie precedenti esperienze in campo artistico: il corso è rivolto a tutti.

Materiali occorrenti: fogli da disegno ruvidi tipo Fabriano, una matita 2B, una matita 4B o 6B, gomma per matita, gomma pane, temperino.

26 DISEGNO B

Docente:	GIAN MAURO BANZOLA
Numero lezioni:	annuale
Durata lezione:	2 ore
Giorno e orario:	mercoledì ore 10
Inizio corso:	18/10/2023
Numero corsisti:	minimo 7 massimo 25
Sede:	Sede centrale, via s. Giacomo 17/1
Costo:	euro 20

PROGRAMMA:

Corso avanzato.

Il corso vuole fornire le basi per realizzare semplici opere pittoriche a pastello acquerellabile, acquerello, tempera, o acrilico su tela, senza trascurare la formazione artistico-umana della persona. Il corso è naturale proseguimento del corso base A ed è rivolto a chi possiede già una buona conoscenza del disegno.

Materiali occorrenti: da concordare col docente alla prima lezione.

27 ENOLOGIA

Docente:	ENZA PINA GIANFORTE
Numero lezioni:	12
Durata lezione:	1 ora e mezza
Giorno e orario:	martedì ore 10,30
Inizio corso:	06/02/2024
Numero corsisti:	massimo 60
Sede:	Sede centrale, via s. Giacomo 17/1
Costo:	euro 10

PROGRAMMA:

DA NORD A SUD.

Dalla vigna alla bottiglia continua...

Percorso enologico alla scoperta delle migliori aree vitivinicole italiane attraversando tutte le regioni.

28 FILOSOFIA

Docente:	NORMA GUARNASCHELLI
Numero lezioni:	8
Durata lezione:	1 ora
Giorno e orario:	martedì ore 15
Inizio corso:	30/01/2024
Numero corsisti:	massimo 60
Sede:	Sede centrale, via s. Giacomo 17/1
Costo:	euro 10

PROGRAMMA:

FILOSOFIA DEL TEMPO E DELLA STORIA.

Cercheremo di riflettere sul senso del tempo e della storia, nella filosofia occidentale dalle origini, e nella nostra esperienza soggettiva

29 FILOSOFIA ORIENTALE A BASE

Docente:	MAURO RAMACCIATI
Numero lezioni:	annuale
Durata lezione:	1 ora
Giorno e orario:	giovedì ore 17
Inizio corso:	19/10/2023
Numero corsisti:	massimo 15
Sede:	Sede centrale, via s. Giacomo 17/1
Costo:	euro 20

PROGRAMMA:

Conoscenza dei corpi sottili dell'uomo. Capacità dell'uomo e suoi sviluppi.

Ricerca delle nostre funzioni.



30 FILOSOFIA ORIENTALE B AVANZATO

Docente:	MAURO RAMACCIATI
Numero lezioni:	annuale
Durata lezione:	1 ora
Giorno e orario:	giovedì ore 18
Inizio corso:	19/10/2023
Numero corsisti:	massimo 15
Sede:	Sede centrale, via s. Giacomo 17/1
Costo:	euro 20

PROGRAMMA:

Confronto fra le varie correnti di pensiero orientale e occidentale.

La ricerca del sé. L'uomo e oltre.

31 FLORITERAPIA: FIORI DI BACH

Docente:	CAVALLOTTI PAOLA RITA
Numero lezioni:	12
Durata lezione:	1 ora
Giorno e orario:	mercoledì ore 18
Inizio corso:	08/11/2023
Numero corsisti:	massimo 32
Sede:	Sede centrale, via s. Giacomo 17/1
Costo:	euro 10

PROGRAMMA:

La floriterapia è una terapia naturale che utilizza le essenze di fiori selvatici per prevenire e curare qualsiasi disagio, semplice da utilizzare, completamente priva di effetti collaterali, estremamente economica. È talmente conosciuta che può essere considerata una delle più diffuse al mondo.

In questo corso imparerete a conoscere questo straordinario strumento e ad utilizzarlo in completa autonomia.

Conosciamo i Fiori di Bach: quali e quanti sono, come e quando utilizzarli.

Conosciamo i fiori australiani: quali e quanti sono, come e quando utilizzarli.

32 FRANCESE A BASE

Docente:	SARA MOMBELLI
Numero lezioni:	annuale
Durata lezione:	1 ora
Giorno e orario:	mercoledì ore 9,30
Inizio corso:	11/10/2023
Numero corsisti:	massimo 32
Sede:	Sede centrale, via s. Giacomo 17/1
Costo:	euro 20

PROGRAMMA:

Fondamenti di grammatica.

Argomenti e situazioni della vita quotidiana, presentarsi, formulare richieste.

Lecture di attualità

33 FRANCESE B MEDIO

Docente:	SARA MOMBELLI
Numero lezioni:	annuale
Durata lezione:	1 ora
Giorno e orario:	mercoledì ore 10,30
Inizio corso:	11/10/2023
Numero corsisti:	massimo 32
Sede:	Sede centrale, via s. Giacomo 17/1
Costo:	euro 20

PROGRAMMA:

Ripasso introduttivo della grammatica base. I tempi del passato, futuro e condizionale. Passivo. Pronomi indefiniti, pronomi relativi e dimostrativi.

Conversazione. Lecture su argomenti di attualità e testi di letteratura.

34 GEOGRAFIA

Docente:	SILVANO PANIZZARDI
Numero lezioni:	annuale
Durata lezione:	1 ora
Giorno e orario:	lunedì ore 17
Inizio corso:	16/10/2023
Numero corsisti:	massimo 60
Sede:	Sede centrale, via s. Giacomo 17/1
Costo:	euro 20

PROGRAMMA:

Le città e le loro piazze: immagini, funzioni, storie (II parte)

35 GINNASTICA DOLCE A

Docente:	ENRICA FERRARI
Numero lezioni:	annuale
Durata lezione:	1 ora
Giorno e orario:	mercoledì ore 10,45
Inizio corso:	18/10/2023
Numero corsisti:	massimo 25
Sede:	Urban Gravity Academy, via Pisani 1
Costo:	euro 20

PROGRAMMA:

Ginnastica posturale: esercizi di respirazione, di mobilizzazione, coordinazione ed equilibrio.

Rafforzamento del sistema muscolare e miglioramento degli apparati respiratori ed articolari.

Obbligatorio certificato medico di idoneità.



36 I COLORI DEL JAZZ

Docente:	MASSIMO VILLA
Numero lezioni:	13
Durata lezione:	1 ora
Giorno e orario:	giovedì ore 10
Inizio corso:	07/03/2024
Numero corsisti:	massimo 25
Sede:	Sede centrale, via s. Giacomo 17/1
Costo:	euro 10

PROGRAMMA:

Livello base.

La vicenda e i protagonisti nelle "stagioni" che caratterizzano un'espressione musicale in continua evoluzione.

37 I MISTERI DELLA STORIA

Docente:	MARIA TERESA BOCCA
Numero lezioni:	annuale
Durata lezione:	1 ora
Giorno e orario:	martedì ore 15
Inizio corso:	10/10/2023
Numero corsisti:	massimo 32
Sede:	Sede centrale, via s. Giacomo 17/1
Costo:	euro 20

PROGRAMMA:

CALENDARIO. I miti, le leggende, i riti magici per ogni mese dell'anno.



38 INFORMATICA A BASE

Docente:	BARTOLOMEO GILARDONI
Numero lezioni:	15
Durata lezione:	1 ora e mezza
Giorno e orario:	giovedì ore 10
Inizio corso:	12/10/2023
Numero corsisti:	10
Sede:	Sede centrale, via s. Giacomo 17/1
Costo:	euro 50

PROGRAMMA:

Il Personal Computer: notizie generali, storia, glossario, acronimi.
Hardware e Software: componenti, sistema operativo, cartelle, file, applicazioni.
Videoscrittura (Winword)
Fogli di calcolo (Excel)
Nozioni di internet (World Wide Web). Posta elettronica.
Operatività in multitasking.
Varie ed eventuali.

39 INGLESE A PER LA SOPRAVVIVENZA

Docente:	MELITA GILARDI
Numero lezioni:	annuale
Durata lezione:	1 ora
Giorno e orario:	martedì ore 17,30
Inizio corso:	17/10/2023
Numero corsisti:	massimo 25
Sede:	Sede centrale, via s. Giacomo 17/1
Costo:	euro 20

PROGRAMMA:

Semplici conversazioni di carattere generale per sopravvivere.
Livello pre-intermedio.
Riflessioni grammaticali.
È necessaria almeno una conoscenza elementare della lingua e delle strutture.

40 INGLESE B INTERMEDIO

Docente:	LAURA GIGLIO
Numero lezioni:	annuale
Durata lezione:	1 ora e mezza
Giorno e orario:	mercoledì ore 15
Inizio corso:	18/10/2023
Numero corsisti:	massimo 12
Sede:	Sede centrale, via s. Giacomo 17/1
Costo:	euro 20

PROGRAMMA:

Corso per partecipanti con conoscenza di base della lingua. Lettura e commento di testi dai quali prendere spunto per approfondire le regole. Conversazione facile.

41 INGLESE C CONVERSAZIONE

Docente:	MELITA GILARDI
Numero lezioni:	annuale
Durata lezione:	1 ora
Giorno e orario:	martedì ore 16,30
Inizio corso:	17/10/2023
Numero corsisti:	massimo 20
Sede:	Sede centrale, via s. Giacomo 17/1
Costo:	euro 20

PROGRAMMA:

PARLIAMO INGLESE

Visione di filmati tratti da reti straniere, lettura di articoli di giornale e discussione dei contenuti.

Livello intermedio/avanzato. E' necessaria una discreta padronanza della lingua scritta e parlata.



42 LA FINANZA: NASCITA ED EVOLUZIONE

Docente:	ADELE COLLI FRANZONE BONZANINI
Numero lezioni:	6
Durata lezione:	1 ora
Giorno e orario:	giovedì ore 16
Inizio corso:	14/03/2024
Numero corsisti:	massimo 32
Sede:	Sede centrale, via s. Giacomo 17/1
Costo:	euro 10

PROGRAMMA:

I termini e gli aspetti finanziari sono oggi divenuti di uso quotidiano.

Capirne l'origine e lo sviluppo, unitamente alle implicazioni con altri ambiti disciplinari, è sempre più necessario.

43 LABORATORIO DI SCRITTURA CON LETTURA EMOZIONALE

Docente:	IDA DANERI
Numero lezioni:	annuale
Durata lezione:	1 ora e mezza
Giorno e orario:	giovedì 17
Inizio corso:	19/10/2023
Numero corsisti:	massimo 15
Sede:	Sede centrale, via s. Giacomo 17/1
Costo:	euro 20

PROGRAMMA:

Letture con commento critico ed emozionale dei racconti scritti dai corsisti.

I testi sono sottoposti a preventiva correzione da parte dell'insegnante, poi condivisa con tutti i corsisti, con relative spiegazioni dettagliate.

44 LE GRANDI DONNE DELLA MONARCHIA INGLESE

Docente:	ANNAMARIA RUGGERI
Numero lezioni:	8
Durata lezione:	1 ora
Giorno e orario:	mercoledì ore 16
Inizio corso:	18/10/2023
Numero corsisti:	massimo 25
Sede:	Sede centrale, via s. Giacomo 17/1
Costo:	euro 10

PROGRAMMA:

Le donne che hanno reso grande la monarchia inglese. Impariamo a conoscere le regine del passato per capire la Royal Family del presente.

45 LETTERATURA CLASSICA E CONTEMPORANEA

Docente:	PAOLA CARNEVALE SCHIANCA
Numero lezioni:	12
Durata lezione:	1 ora
Giorno e orario:	mercoledì ore 17
Inizio corso:	18/10/2023
Numero corsisti:	massimo 32
Sede:	Sede centrale, via s. Giacomo 17/1
Costo:	euro 10

PROGRAMMA:

GLI ETERNI SECONDI: LA LETTERATURA DEI PERSONAGGI SECONDARI.

A scuola ci soffermiamo sui grandi nomi dei personaggi letterari (e meno male!). Questo corso però vuole rivolgere i riflettori sui personaggi cosiddetti secondari, sulle "comparse" delle grandi storie che magari occupano lo spazio di un capitolo o di un canto, ma che senza di loro l'intera opera perderebbe di bellezza e tanta umanità. Spazieremo dalla cultura classica, a quella moderna e contemporanea, strizzando l'occhio al mondo della musica e del cinema.

46 LETTERATURA ITALIANA A

Docente:	MARIATERESA BOCCA CORSICO PICCOLINO
Numero lezioni:	annuale
Durata lezione:	1 ora
Giorno e orario:	mercoledì ore 17
Inizio corso:	11/10/2023
Numero corsisti:	massimo 60
Sede:	Sede centrale, via s. Giacomo 17/1
Costo:	euro 20

PROGRAMMA:

1 - MARIA CALLAS per i 100 anni dalla nascita. Vita e attività artistica dell'usignolo greco che non fu mai felice.

2 - TUTTI I PROFUMI DELLA LETTERATURA - Profumi che ispirano le pagine di romanzi e poesie: vere opere d'arte destinate a durare nel tempo.

47 LETTERATURA ITALIANA B

Docente:	ORAZIO ROSSANIGO
Numero lezioni:	12 a cadenza quindicinale (6 e 20 nov, 4 e 18 dic, 8 e 22 gen, 5 e 19 feb, 4 e 18 mar, 8 e 22 apr)
Durata lezione:	1 ora
Giorno e orario:	lunedì ore 16
Inizio corso:	06/11/2023
Numero corsisti:	massimo 60
Sede:	Sede centrale, via s. Giacomo 17/1
Costo:	euro 10

PROGRAMMA:

Nel 150enario della morte del Manzoni lettura di alcuni passi dei Promessi Sposi per capirne la sempiterna attualità.

48 LETTURE DANTESCHE

Docente:	LAURA PASQUINO
Numero lezioni:	12
Durata lezione:	1 ora
Giorno e orario:	mercoledì ore 18
Inizio corso:	07/02/2024
Numero corsisti:	massimo 60
Sede:	Sede centrale, via s. Giacomo 17/1
Costo:	euro 10

PROGRAMMA:

Lettura, analisi e commento di DANTE, Purgatorio, canti XIX-XXIV

49 LOMELLINA, PERCORSI D'ARTE E STORIA

Docente:	EDOARDO MAFFEO
Numero lezioni:	15
Durata lezione:	1 ora
Giorno e orario:	martedì ore 17
Inizio corso:	06/02/2024
Numero corsisti:	massimo 32
Sede:	Sede centrale, via s. Giacomo 17/1
Costo:	euro 10

PROGRAMMA:

Proseguimento corso iniziato nel 2021.

Itinerari alla scoperta della Lomellina, terra di storia e di storie, di borghi antichissimi, forziere di preziosi ma poco conosciuti tesori d'arte e cultura.



50 MACRAMÈ E CHIACCHIERINO NAVETTA E AGO

Docente:	ANGELA RANA
Numero lezioni:	annuale
Durata lezione:	2 ore e mezza
Giorno e orario:	giovedì ore 9,30
Inizio corso:	19/10/2023
Numero corsisti:	massimo 12
Sede:	Sede centrale, via s. Giacomo 17/1
Costo:	euro 20

PROGRAMMA:

Annodiamo fili colorati di vari materiali per il macramè e usiamo la navetta o l'ago per il chiacchierino per realizzare con la nostra fantasia ciò che ci serve: borse, capi di abbigliamento, oggetti arredo, fiori, bordure e pizzi e oggettistica per le festività varie. Se uniamo pietre, perline ecc. produrremo bijoux originali e esclusivi.

51 NARRANONNI

Docente:	MARIA FERNANDA MENENDEZ
Numero lezioni:	15
Durata lezione:	1 ora e mezza
Giorno e orario:	venerdì ore 17
Inizio corso:	27/10/2023
Numero corsisti:	massimo 35
Sede:	Sede centrale, via s. Giacomo 17/1
Costo:	euro 10

PROGRAMMA:

Narranonni è un percorso di carattere artistico e sociale, nel quale la voce, l'orecchio, il corpo, la vista, le mani e i mondi (interni ed esterni) vengono attivamente sollecitati nell'atto di narrare e di ascoltare. Si narra una storia non solo con la bocca, si inizia a narrare dal momento che si entra in un luogo qualsiasi, con il corpo, i vestiti, con i profumi, con i silenzi e le risate. Lo scopo del percorso è multiplo e agisce a doppio binario, con ricaduta sia sull'adulto narratore, sia sui bambini che lo ascoltano, interagiscono e ne fanno tesoro. L'essere nonno è una metafora: un adulto disposto a donare la propria storia.

52 NUTRIZIONE

Docente:	GABRIELLA ZAMBONIN
Numero lezioni:	8
Durata lezione:	1 ora
Giorno e orario:	da definire
Inizio corso:	
Numero corsisti:	
Sede:	da definire
Costo:	euro 10

PROGRAMMA:

- Nutrizione e invecchiamento
- Breve sintesi dei corsi precedenti
- Inflammaging
- Diete a confronto
- Mindful eating: la consapevolezza alimentare

53 PALEOANTROPOLOGIA

Docente:	AMEDEO DE VINCENZI
Numero lezioni:	13
Durata lezione:	1 ora e mezza
Giorno e orario:	lunedì ore 17
Inizio corso:	16/10/2023
Numero corsisti:	massimo 25
Sede:	Sede centrale, via s. Giacomo 17/1
Costo:	euro 10

PROGRAMMA:

- 1 - L'esplosione della vita: dalle prime cellule alle scimmie antropomorfe
- 2 - Gli ominidi: come son comparsi, come si sono evoluti
- 3 - Il genere HOMO: i nostri primi antenati che hanno colonizzato il pianeta
- 4- Gli ultimi antenati: Neanderthal, Denisoviani, Homo longi
- 5 - L'eredità dei Neanderthal: Cosa ci hanno lasciato, quanto di loro abbiamo oggi
- 6 - I Sapiens: quando siamo comparsi, come eravamo
- 7 - La diffusione dei Sapiens: come e quando abbiamo colonizzato il pianeta

54 PHOTOSHOP A BASE

Docente:	GIANLUIGI CARELLI
Numero lezioni:	8
Durata lezione:	1 ora
Giorno e orario:	lunedì ore 15
Inizio corso:	16/10/2023
Numero corsisti:	massimo 15
Sede:	Sede centrale, via s. Giacomo 17/1
Costo:	euro 10

PROGRAMMA:

FOTORITOCOCCO.

E' indispensabile possedere un PC portatile (Windows 10) con mouse e Photoshop in una versione la più recente possibile. Una buona conoscenza del funzionamento del computer è fondamentale. Agli iscritti verrà data una serie di fotografie su cui lavorare in classe o anche a casa. Il corso, se necessario, sarà integrato con nozioni di fotografia

55 PHOTOSHOP B AVANZATO

Docente:	GIALUIGI CARELLI
Numero lezioni:	8
Durata lezione:	1 ora
Giorno e orario:	lunedì ore 15
Inizio corso:	08/01/2024
Numero corsisti:	massimo 15
Sede:	Sede centrale, via s. Giacomo 17/1
Costo:	euro 10

PROGRAMMA:

FOTOMANIPOLAZIONE.

Stessi requisiti del corso base con l'aggiunta per percorso "fotoritocco"

56 PILATES TOTAL BODY

Docente: ADELAIDE D'ECCLESIIIS
Numero lezioni: 13
Durata lezione: 1 ora
Giorno e orario: martedì ore 11
Inizio corso: 10/10/2023
Numero corsisti: massimo 20
Sede: Urban Gravity Academy, via Pisani 1
Costo: euro 10

PROGRAMMA:

- riscaldamento iniziale
- esercizi di consapevolezza del respiro
- esercizi di allineamento della colonna vertebrale
- esercizi di rafforzamento della muscolatura del corpo
- esercizi di rieducazione posturale
- esercizi di miglioramento della flessibilità
- esercizi di miglioramento dell'equilibrio

È indispensabile il certificato medico di idoneità

57 PILATES TOTAL BODY CON PICCOLI ATTREZZI

Docente: ADELAIDE D'ECCLESIIIS
Numero lezioni: 13
Durata lezione: 1 ora
Giorno e orario: giovedì ore 16
Inizio corso: 12/10/2023
Numero corsisti: massimo 20
Sede: Urban Gravity Academy, via Pisani 1
Costo: euro 10

PROGRAMMA:

Livello intermedio

- riscaldamento iniziale
- esercizi di consapevolezza del respiro
- esercizi di allineamento della colonna vertebrale
- esercizi di rafforzamento della muscolatura del corpo
- esercizi di rieducazione posturale
- esercizi di miglioramento della flessibilità
- esercizi di miglioramento dell'equilibrio

È indispensabile il certificato medico di idoneità

58 PITTURA ACRILICA DI VARIE TECNICHE

Docente:	MONIQUE GUICHARD
Numero lezioni:	annuale
Durata lezione:	2 ore
Giorno e orario:	martedì ore 9,30
Inizio corso:	17/10/2023
Numero corsisti:	massimo 15
Sede:	Sede centrale, via s. Giacomo 17/1
Costo:	euro 20

PROGRAMMA:

IL SIGNOR ACRILICO.

59 POESIE IN DIALETTO

Docente:	ANGELO PENZA
Numero lezioni:	10
Durata lezione:	1 ora e mezza
Giorno e orario:	venerdì ore 10
Inizio corso:	13/10/2023
Numero corsisti:	massimo 60
Sede:	Sede centrale, via s. Giacomo 17/1
Costo:	euro 10

PROGRAMMA:

Poesie dialettali.

Raccolta di parole obsolete o dimenticate del nostro dialetto.

Curiosità, voci e richiami.

Espressioni e detti. Giochi e mestieri. Il Ticino.



60 PSICOLOGIA DEI TEMPI MODERNI

Docente:	MARIANNA CORDONE
Numero lezioni:	6
Durata lezione:	1 ora e mezza
Giorno e orario:	martedì ore 9,30
Inizio corso:	16/01/2024
Numero corsisti:	massimo 60
Sede:	Sede centrale, via s. Giacomo 17/1
Costo:	euro 10

PROGRAMMA:

La psicologia segue i cambiamenti che caratterizzano la società. Le tematiche attuali sono sicuramente differenti rispetto a quelle di inizio 900.

In questo corso si affronteranno argomenti relativi alla quotidianità di ciascuno, analizzando comportamenti, emozioni e criticità ad essi legati.

Alcuni argomenti affrontati: la tecnologia; l'identità; ansie e paure.

61 PSICOLOGIA FEMMINILE

Docente:	MARIANNA CORDONE
Numero lezioni:	6
Durata lezione:	1 ora e mezza
Giorno e orario:	martedì ore 10
Inizio corso:	17/10/2023
Numero corsisti:	massimo 60
Sede:	Sede centrale, via s. Giacomo 17/1
Costo:	euro 10

PROGRAMMA:

In questo corso verranno presi in considerazione aspetti del vissuto che caratterizza l'essere donna, a partire da aspetti peculiari del ciclo di vita fino all'essere parte della società stessa. Il punto di vista sarà ovviamente quello psicologico ed il focus sarà su aspetti emotivi e comportamentali.

Argomenti trattati: donna e ciclo (di vita); il corpo che cambia; il mondo del lavoro; essere madre...oppure no; sicurezza.

62 PSICOLOGIA NELLA TERZA ETÀ

Docente:	F. DEL SIGNORE E P. TAGLIANI
Numero lezioni:	6
Durata lezione:	1 ora
Giorno e orario:	martedì ore 15
Inizio corso:	09/04/2024
Numero corsisti:	max 60
Sede:	Sede centrale, via s. Giacomo 17/1
Costo:	euro 10

PROGRAMMA:

Nel corso della vita il modo di vivere le proprie reazioni emotive cambia, durante la terza età assume nuove forme e significati. Le emozioni sono un mondo complesso e influenzato da numerosi fattori.

Cercheremo di stimolare la consapevolezza sul mondo emotivo di ciascuno, esplorando le singole emozioni, proponendo spunti di approfondimento e confrontandoci sui diversi vissuti emotivi dei partecipanti. Accenneremo alle principali forme psicopatologiche come depressione, ansia, disturbi del sonno e dell'appetito, in quanto la conoscenza è il primo passo verso la cura.

63 PSICOMOTRICITÀ E COMUNICAZIONE

Docente:	FRANZOSO MARIA GRAZIA
Numero lezioni:	10
Durata lezione:	1 ora
Giorno e orario:	mercoledì ore 15,30
Inizio corso:	07/02/2024
Numero corsisti:	massimo 12
Sede:	Urban Gravity Academy, via Pisani 1
Costo:	euro 10

PROGRAMMA:

La comunicazione attraverso il movimento, il gesto, la parola, l'emozione, e il sentimento.

Utilizzo di tecniche diverse per espandere il clima comunicativo. Stimolazioni sensoriali, cognitive della memoria.

64 QUANTUM-TOUCH

Docente:	GIORGIO ZAMPOLLO
Numero lezioni:	10
Durata lezione:	1 ora
Giorno e orario:	mercoledì ore 9,30
Inizio corso:	18/10/2023
Numero corsisti:	massimo 10
Sede:	Urban Gravity Academy, via Pisani 1
Costo:	euro 10

PROGRAMMA:

Quantum Touch è un metodo di guarigione naturale che funziona con l'energia vitale del corpo. Ci insegna come focalizzare, amplificare, e dirigere questa energia, per una vasta gamma di interventi con risultati incredibili.

Si impara attraverso tecniche di respirazione, meditazione e imposizione delle mani.

65 SARTORIA A

Docente:	CARLA AJELLO ZORZOLI
Numero lezioni:	annuale
Durata lezione:	2 ore
Giorno e orario:	lunedì ore 10
Inizio corso:	16/10/2023
Numero corsisti:	massimo 10
Sede:	Sede centrale, via s. Giacomo 17/1
Costo:	euro 20

PROGRAMMA:

Insegnare a eseguire riparazioni
Basi per la confezione sartoriale personale



66 SARTORIA B

Docente:	CARLA AJELLO ZORZOLI
Numero lezioni:	annuale
Durata lezione:	2 ore
Giorno e orario:	venerdì ore 15
Inizio corso:	20/10/2023
Numero corsisti:	10
Sede:	Sede centrale, via s. Giacomo 17/1
Costo:	euro 20

PROGRAMMA:

Insegnare a eseguire riparazioni
Basi per la confezione sartoriale personale

67 SCRITTURA CREATIVA

Docente:	IDA DANERI
Numero lezioni:	15
Durata lezione:	1 ora e mezza
Giorno e orario:	lunedì ore 17
Inizio corso:	05/02/2024
Numero corsisti:	massimo 15
Sede:	Sede centrale, via s. Giacomo 17/1
Costo:	euro 10

PROGRAMMA:

Tipologie tecniche di narratori e punto di vista.



68 SOCIOLOGIA A

Docente:	GIUSEPPINA NICOLA PERONI
Numero lezioni:	10
Durata lezione:	1 ora
Giorno e orario:	lunedì ore 18
Inizio corso:	16/10/2023
Numero corsisti:	massimo 15
Sede:	Sede centrale, via s. Giacomo 17/1
Costo:	euro 10

PROGRAMMA:

L'ARTE DEL VIAGGIARE

1) Racconti di esperienze di viaggio documentate da proiezioni fotografiche.

2) Progettazione di gite e viaggi, da concordare con i corsisti e da costruire insieme.

Le lezioni saranno interattive per cui si limita il numero dei partecipanti ad un massimo di 15.



69 SOCIOLOGIA B

Docente:	GIUSEPPINA NICOLA PERONI
Numero lezioni:	10
Durata lezione:	1 ora
Giorno e orario:	lunedì ore 18
Inizio corso:	05/02/2024
Numero corsisti:	massimo 15
Sede:	Sede centrale, via s. Giacomo 17/1
Costo:	euro 10

PROGRAMMA:

COMUNICAZIONE E BENESSERE PERSONALE

- Promozione della conoscenza dei principi fondamentali della comunicazione umana
- Incrementare l'autoconsapevolezza dei propri stili comunicativi e sviluppare le proprie abilità di comunicazione efficace:
 - a) far capire agli altri il proprio punto di vista
 - b) comprendere le motivazioni e i problemi dell'interlocutore
 - c) scoprire il ruolo del comportamento non verbale
 - d) assumere il punto di vista degli altri
- Apertura a nuove esperienze
- Tecniche di relazione per comunicare in modo sereno e positivo

Verranno forniti esercizi e tecniche pratiche per migliorare il proprio viver quotidiano.

Le lezioni saranno interattive per cui si limita il numero dei partecipanti ad un massimo di 15



70 SPAGNOLO A

Docente:	ELIGIO MEDA
Numero lezioni:	annuale
Durata lezione:	1 ora e mezza
Giorno e orario:	lunedì ore 10
Inizio corso:	16/10/2023
Numero corsisti:	massimo 25
Sede:	Sede centrale, via s. Giacomo 17/1
Costo:	euro 20

PROGRAMMA:

Corso base. Non solo grammatica.

Il corso è rivolto a tutti coloro che desiderano imparare/ri-passare attraverso letture, filmati, esercizi ecc. le basi della morfologia e della sintassi della lingua spagnola.

71 SPAGNOLO B

Docente:	ELIGIO MEDA
Numero lezioni:	8
Durata lezione:	1 ora e mezza
Giorno e orario:	mercoledì ore 15
Inizio corso:	13/03/2024
Numero corsisti:	massimo 20
Sede:	Sede centrale, via s. Giacomo 17/1
Costo:	euro 10

PROGRAMMA:

Livello avanzato. Conoscere la Spagna.

Consolidamento e approfondimento della lingua attraverso letture, traduzioni, video e presentazioni in lingua spagnola.

Argomento: città, personaggi e la loro storia.



72 STORIA CONTEMPORANEA

Docente:	ALESSANDRO BERTUCCI
Numero lezioni:	annuale
Durata lezione:	1 ora
Giorno e orario:	lunedì ore 18
Inizio corso:	16/10/2023
Numero corsisti:	massimo 60
Sede:	Sede centrale, via s. Giacomo 17/1
Costo:	euro 20

PROGRAMMA:

Geopolitica delle Grandi Potenze.

Storia europea e mondiale dalla Grande Guerra ai giorni nostri.

73 STORIA DEL CRISTIANESIMO

Docente:	DON CESARE SILVA
Numero lezioni:	10
Durata lezione:	1 ora
Giorno e orario:	martedì ore 15
Inizio corso:	10/10/2023
Numero corsisti:	massimo 25
Sede:	Sede centrale, via s. Giacomo 17/1
Costo:	euro 10

PROGRAMMA:

Il corso si propone di continuare il percorso iniziato l'anno scorso illustrando i punti "caldi" della storia del Cristianesimo a cominciare dall'età alto-medievale. In particolare:

- 1 - i barbari e il cristianesimo
- 2 - l'evangelizzazione e il paganesimo
- 3 - eresie (prima parte)
- 4 - il monachesimo
- 5 - la nascita del potere temporale
- 6 - eresie (seconda parte)
- 7 - il feudalesimo
- 8 - vescovi e città
- 9 - il cristianesimo nelle campagne
- 10 - "mille, non più mille"

74 STORIA DELLA MEDICINA

Docente:	AMEDEO DE VINCENZI
Numero lezioni:	10
Durata lezione:	1 ora e mezza
Giorno e orario:	martedì ore 15
Inizio corso:	16/01/2024
Numero corsisti:	massimo 25
Sede:	Sede centrale, via s. Giacomo 17/1
Costo:	euro 10

PROGRAMMA:

La preistoria: Neanderthal e Sapiens, come si curavano. La medicina egizia.

Ippocrate. La medicina greca. La medicina romana. Galeno. La medicina araba. La medicina medievale. Il cinquecento. Il seicento. Il settecento.

L'ottocento. La rivoluzione terapeutica. Le grandi scoperte del novecento.

La spagnola e le pandemie degli ultimi cento anni.

75 STORIA DELL'ARTE

Docente:	GIUSEPPE CASTELLI
Numero lezioni:	annuale
Durata lezione:	1 ora e mezza
Giorno e orario:	venerdì ore 15
Inizio corso:	20/10/2023
Numero corsisti:	massimo 60
Sede:	Sede centrale, via s. Giacomo 17/1
Costo:	euro 20

PROGRAMMA:

Arte al femminile. Viaggio tra artefici e modelle dal Rinascimento ad oggi.

76 STORIA DELLE DONNE. DONNE NELLA STORIA

Docente:	EMILIA BARONE
Numero lezioni:	10
Durata lezione:	1 ora
Giorno e orario:	lunedì ore 17
Inizio corso:	16/10/2023
Numero corsisti:	massimo 32
Sede:	Sede centrale, via s. Giacomo 17/1
Costo:	EURO 10

PROGRAMMA:

La donna nelle varie epoche storiche. Le civiltà matriarcali. Donne che hanno cambiato la storia. Nascita del pensiero femminista.

77 STORIA MEDIEVALE A

Docente:	FABRIZIO RABACHIN
Numero lezioni:	8
Durata lezione:	1 ora e mezza
Giorno e orario:	giovedì ore 15
Inizio corso:	19/10/2023
Numero corsisti:	massimo 60
Sede:	Sede centrale, via s. Giacomo 17/1
Costo:	euro 10

PROGRAMMA:

"Secoli bui" è l'etichetta che accompagna il Medioevo, che buio invece non fu per niente. Candele e innumerevoli altri manufatti nottetempo illuminavano gli interni delle case, palazzi, botteghe e taverne.

Accompagnavano gli amanti nei loro spostamenti illeciti, indicavano le abitazioni delle prostitute, illuminavano le strade durante le processioni, brillavano in chiesa. Paradossalmente con il coprifuoco le fiamme si accendevano. Facciamo ancora più luce in questo fantastico periodo storico.

78 STORIA MEDIEVALE B

Docente:	FABRIZIO RABACHIN
Numero lezioni:	8
Durata lezione:	1 ora e mezza
Giorno e orario:	giovedì ore 15
Inizio corso:	18/01/2024
Numero corsisti:	massimo 60
Sede:	Sede centrale, via s. Giacomo 17/1
Costo:	euro 10

PROGRAMMA:

I PROFUMI NELLE SOCIETÀ ANTICHE

Pochi temi riescono a unire con grazia, arte, storia, scienza come quello dei profumi.

Essi da millenni accompagnano lo sviluppo delle società umane.

Attraversando le varie implicazioni storiche, culturali, simboliche, politiche e religiose, cercheremo di percorrere una parte del nostro passato per capire, per quanto volatili e impalpabili, quanto i profumi siano stati e siano una parte importante della nostra vita.



79 STORIA, LETTERATURA E ARTE

Docente:	MARIUCCIA PASSADORE
Numero lezioni:	annuale
Durata lezione:	1 ora e mezza
Giorno e orario:	giovedì ore 16,30
Inizio corso:	26/10/2023
Numero corsisti:	massimo 60
Sede:	Sede centrale, via s. Giacomo 17/1
Costo:	euro 20

PROGRAMMA:

Il corso, come continuazione degli argomenti trattati nell'anno precedente, prevede l'esame degli eventi più importanti dal 1919 al 1939, con particolare riferimento ai paesi extraeuropei e all'Italia.

Verranno presi in esame anche gli autori di opere letterarie e artistiche ispirate ai fatti storici.

80 TAROCCHI

Docente:	VERONICA CAMPOLI
Numero lezioni:	6
Durata lezione:	1 ora
Giorno e orario:	lunedì ore 16
Inizio corso:	15/01/2024
Numero corsisti:	massimo 20
Sede:	Sede centrale, via s. Giacomo 17/1
Costo:	euro 10

PROGRAMMA:

LA SAPIENZA DELLE CARTE

Oltre l'aspetto divinatorio: prenderemo in esame i 22 arcani maggiori approfondendo i loro significati psicologici, filosofici e di meditazione.

Impareremo a conoscere i significati degli accostamenti per capire di più noi stessi e il mondo che ci circonda.

81 TEDESCO A BASE SOFT

Docente:	MARGHERITA MOLTENI
Numero lezioni:	annuale
Durata lezione:	1 ora
Giorno e orario:	giovedì ore 15
Inizio corso:	19/10/2023
Numero corsisti:	massimo 25
Sede:	Sede centrale, via s. Giacomo 17/1
Costo:	euro 20

PROGRAMMA:

Il corso è dedicato a tutti coloro che sono curiosi non solo della lingua tedesca, ma anche degli usi, costumi, tradizioni, abitudini, curiosità e caratteristiche del popolo tedesco. Le regole grammaticali verranno spiegate in modo semplice e diretto senza ausilio di grammatiche.

È mia intenzione cercare di rendere più semplice e piacevole l'approccio con la lingua tedesca, considerata da sempre ostica e dura (come il suo popolo!)

82 TEDESCO B AVANZATO

Docente:	MARGHERITA MOLTENI
Numero lezioni:	annuale
Durata lezione:	1 ora
Giorno e orario:	giovedì ore 16
Inizio corso:	19/10/2023
Numero corsisti:	massimo 25
Sede:	Sede centrale, via s. Giacomo 17/1
Costo:	euro 20

PROGRAMMA:

Approfondimento della sintassi e della grammatica con esercizi, letture e traduzioni. Si ascolterà tramite CD la lettura di un libro in tedesco e si faranno esercizi scritti e orali.

83 TUTTI IN SCENA

Docente:	MARIATERESA BOCCA CORSICO PICCOLINO
Numero lezioni:	annuale
Durata lezione:	1 ora
Giorno e orario:	martedì ore 16
Inizio corso:	10/10/2023
Numero corsisti:	massimo 20
Sede:	Sede centrale, via s. Giacomo 17/1
Costo:	euro 20

PROGRAMMA:

L'OFFICINA DELLA PAROLA

Percorso di crescita teatrale e personale attraverso la lettura e l'interpretazione di un testo.

84 UNCINETTO - FREEFORM - FORCELLA - TRICOTTINO

Docente:	ANGELA RANA
Numero lezioni:	annuale
Durata lezione:	2 ore e mezza
Giorno e orario:	venerdì ore 9,30
Inizio corso:	13/10/2023
Numero corsisti:	massimo 12
Sede:	Sede centrale, via s. Giacomo 17/1
Costo:	euro 20

PROGRAMMA:

Nuove idee e innovazione nell'uso dell'uncinetto (free form e forcella) per creare, con forme libere, fiori ecc. utilizzando filati diversi e di vari colori.

Un nuovo look per sciarpe, cappelli, borse, maglie, ecc.

Bijoux colorati e di classe. Animali pompon e amigurumi.

Utilizzo del tricottino per creare col tubolare di tutto e di più.

85 VIGEVANO NELL'ETA' DI LUDOVICO

Docente:	EDOARDO MAFFEO
Numero lezioni:	10
Durata lezione:	1 ora
Giorno e orario:	martedì ore 17
Inizio corso:	17/10/2023
Numero corsisti:	massimo 32
Sede:	Sede centrale, via s. Giacomo 17/1
Costo:	euro 10

PROGRAMMA:

Un Duca, la sua corte e una "quasi città". Storia, personaggi, arte e cultura nella Vigevano degli anni di Ludovico il Moro.

86 VIGEVANO NELL'OTTOCENTO

Docente:	DINO RABAI
Numero lezioni:	10
Durata lezione:	1 ora
Giorno e orario:	giovedì ore 18
Inizio corso:	11/01/2024
Numero corsisti:	massimo 60
Sede:	Sede centrale, via s. Giacomo 17/1
Costo:	euro 10

PROGRAMMA:

Sesto corso di rassegna di personaggi: sindaci, vescovi, imprenditori; grandi opere nella città, temi sociali, storie e leggende, curiosità in un secolo di crescita e di progresso, da Napoleone al socialismo liberale, che ha segnato il passaggio di Vigevano da borgo a città. Con puntate sui secoli XVIII e XX.



87 VIVERE LA MONTAGNA

Docente:	GIUSEPPE FRAU CLUB ALPINO ITALIANO DI VIGEVANO
Numero lezioni:	8
Durata lezione:	1 ora e mezza
Giorno e orario:	martedì ore 16
Inizio corso:	20/02/2024
Numero corsisti:	massimo 60
Sede:	Sede centrale, via s. Giacomo 17/1
Costo:	euro 10

PROGRAMMA:

Alla scoperta della montagna dei Vigevanesi, il Monte Rosa, e del suo rifugio "Città di Vigevano" al Col d'Olen.

Un viaggio negli spazi immensi dell'America del Sud.

Sulle tracce dei Walser nelle valli alpine del Piemonte e della Valle d'Aosta, dove storia e leggenda si fondono, creando un paesaggio ricco di fascino e di mistero.



INDICE

ALLENAMENTO COGNITIVO	pag. 11
ANIMAZIONE TEATRALE	" 12
APERITIVI E COCKTAIL.....	" 12
ARCHEOLOGIA IN LOMELLINA.....	" 13
ARTISTE: LE LORO OPERE E LE LORO STORIE	" 13
ASCOLTO MUSICALE	" 14
BALLI DI GRUPPO A	" 14
BALLI DI GRUPPO B / C	" 15
BALLI DI GRUPPO D	" 16
BANCARIA.....	" 16
BORSE IN TESSUTO	" 17
BURRACO A	" 17
BURRACO B.....	" 18
CINEFORUM DI FILM MUSICALI.....	" 18
CONOSCENZA SCIENTIFICA E CREDO RELIGIOSO A CONFRONTO..."	19
CONOSCERE LA BIBBIA	" 20
CUCINA A.....	" 20
CUCINA B.....	" 21
CUCINA IN VIAGGIO	" 21
CULTURA CLASSICA.....	" 22
DECORAZIONI IN STOFFA E POLISTIRENE	" 22
DIRITTO CIVILE PROGREDITO A TEMI	" 23
DISEGNO A.....	" 23
DISEGNO B.....	" 24
ENOLOGIA	" 24
FILOSOFIA	" 25
FILOSOFIA ORIENTALE A BASE	" 25

FILOSOFIA ORIENTALE B AVANZATO	pag. 26
FLORITERAPIA: FIORI DI BACH	" 26
FRANCESE A BASE.....	" 27
FRANCESE B MEDIO.....	" 27
GEOGRAFIA	" 28
GINNASTICA DOLCE A.....	" 28
I COLORI DEL JAZZ.....	" 29
I MISTERI DELLA STORIA	" 29
INFORMATICA A BASE	" 30
INGLESE PER LA SOPRAVVIVENZA	" 30
INGLESE B INTERMEDIO	" 31
INGLESE C CONVERSAZIONE.....	" 31
LA FINANZA: NASCITA ED EVOLUZIONE.....	" 32
LABORATORIO DI SCRITTURA CON LETTURA EMOZIONALE	" 32
LE GRANDI DONNE DELLA MONARCHIA INGLESE	" 33
LETTERATURA CLASSICA E CONTEMPORANEA	" 33
LETTERATURA ITALIANA A / B.....	" 34
LETTURE DANTESCHE	" 35
LOMELLINA, PERCORSI D'ARTE E STORIA	" 35
MACRAMÈ, CHIACCHIERINO, NAVETTA E AGO.....	" 36
NARRANONNI.....	" 36
NUTRIZIONE	" 37
PALEOANTROPOLOGIA	" 37
PHOTOSHOP A BASE.....	" 38
PHOTOSHOP B AVANZATO	" 38
PILATES TOTAL BODY	" 39
PILATES TOTAL BODY CON PICCOLI ATTREZZI	" 39
PITTURA ACRILICA DI VARIE TECNICHE.....	" 40
POESIE IN DIALETTO	" 40

PSICOLOGIA DEI TEMPI MODERNI.....	pag. 41
PSICOLOGIA FEMMINILE	" 41
PSICOLOGIA NELLA TERZA ETA'	" 42
PSICOMOTRICITA' E COMUNICAZIONE.....	" 42
QUANTUM-TOUCH	" 43
SARTORIA A	" 43
SARTORIA B	" 44
SCRITTURA CREATIVA	" 44
SOCIOLOGIA A	" 45
SOCIOLOGIA B	" 46
SPAGNOLO A.....	" 47
SPAGNOLO B.....	" 47
STORIA CONTEMPORANEA.....	" 48
STORIA DEL CRISTIANESIMO	" 48
STORIA DELLA MEDICINA	" 49
STORIA DELL'ARTE	" 49
STORIA DELLE DONNE, DONNE NELLA STORIA.....	" 50
STORIA MEDIEVALE A	" 50
STORIA MEDIEVALE B	" 51
STORIA LETTERATURA E ARTE	" 52
TAROCCHI	" 52
TEDESCO A BASE SOFT	" 53
TEDESCO B AVANZATO.....	" 53
TUTTI IN SCENA	" 54
UNCINETTO - FREEFORM - FORCELLA - TRICOTINO.....	" 54
VIGEVANO NELL'ETA' DI LUDOVICO.....	" 55
VIGEVANO NELL'OTTOCENTO.....	" 55
VIVERE LA MONTAGNA	" 56

Orari	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
9,00					
10,00					
11,00					
15,00					
16,00					
17,00					
18,00					
21,00					



Con il patrocinio
dell'Amministrazione
Comunale di Vigevano

in collaborazione con



UGART