



UNITRE

UNIVERSITÀ DELLE TRE ETÀ - APS

Sede di San Raffaele Cimena - Castiglione - Gassino - Sciolze



Elenco delle attività e dei corsi

ANNO ACCADEMICO
2025-2026

www.unitresanraffaele.it



UNITRE

UNIVERSITÀ DELLE TRE ETÀ - APS

Sede di San Raffaele Cimena - Castiglione - Gassino - Sciolze



Elenco delle attività e dei corsi

ANNO ACCADEMICO
2025-2026

www.unitresanraffaele.it

Sede Sociale e Legale dell'Associazione:

San Raffaele Cimena, via Ferrarese 19

Telefono: 3349216592

(orario segreteria)

Orario di segreteria:

Martedì - Mercoledì - Giovedì - Venerdì

dalle 15 alle 17

E-mail: sanraffaelecimena@unitre.net

www.unitresanraffaele.it

Cod. Fisc. 91011570016

CALENDARIO ACCADEMICO

Inaugurazione Anno Accademico

Sabato 11 ottobre 2025 | ore 16

L'inaugurazione dell'Anno Accademico si svolgerà nella Sala Consiliare del Comune di San Raffaele Cimena.

Interverrà il **dr. Giorgio Enrico Cavallo**, storico, con una *Lectio magistralis* dal titolo: **I Thaon de Revel: il territorio, la storia e i protagonisti**

Inizio corsi

Lunedì 13 ottobre 2025

Vacanze di Natale

dal 22 dicembre 2025 al 6 gennaio 2026

Vacanze di Pasqua

dal 2 al 7 aprile 2026

Festività

Sabato 1 novembre 2025

Lunedì 8 dicembre 2025

Sabato 25 aprile 2026

Venerdì 1 maggio 2026

Sabato 2 maggio 2026

Chiusura dei corsi

Venerdì 22 maggio 2026

Chiusura dell'Anno Accademico

Sabato 23 maggio 2026 | ore 16

La cerimonia di chiusura si terrà nella Sala Consiliare del Comune di San Raffaele Cimena

CHI SIAMO

L'UNITRE è una **ASSOCIAZIONE CULTURALE E DI PROMOZIONE SOCIALE**, senza alcun scopo di lucro, avente l'obiettivo di soddisfare gli interessi degli ASSOCIATI, attraverso programmi annuali di corsi, attività di laboratori teorici e pratici, conferenze, proposte di gite culturali, manifestazioni, mostre e spettacoli, con il fine primario di sostenere e favorire l'apprendimento continuo di nuove conoscenze.

UNITRE è altresì momento di aggregazione sociale tra persone di diversa età e, in questo contesto, si pone quindi quale strumento di scambio di esperienze e confronto tra culture generazionali diverse, oltre che costituire un riferimento della diffusione della cultura, in senso lato, sul territorio.

Le parole chiave del nostro agire sono: **EDUCARE, FORMARE, INFORMARE, APRIRSI AL TERRITORIO, CONTRIBUIRE ALLA PROMOZIONE SOCIALE E CULTURALE, PERSEGUIRE FINALITÀ CIVICHE, SOLIDARISTICHE E DI UTILITÀ SOCIALE NELL'INTERESSE GENERALE CHE COSTITUISCE L'OGGETTO SOCIALE DELL'ASSOCIAZIONE.**

Tutto ciò avvalendosi dell'apporto esclusivo di Volontari, quali tutti i Docenti e i Componenti del Consiglio Direttivo.

Gli Associati Docenti, costituiscono il «patrimonio e l'essenza irrinunciabile» dell'esistenza dell'Associazione.

Prestano la loro opera di formazione, educazione e trasferimento del «loro sapere» in modo assolutamente gratuito, avendo quale unico, ma inestimabile «compenso» la soddisfazione e la gratificazione di essere i promotori di un vivere sociale orientato agli Altri.

La Storia dell'Unitre ha origini "lontane" e prende spunto dall'intuizione di Irma Maria Re, fondatrice, presidente e presidente onoraria dell'Unitre, l'Università delle Tre Età.

Di origini umbre, nel 1975, dopo uno dei suoi viaggi in Francia, su esempio dell'iniziativa del prof. Pierre Vellas nel 1980 costituisce formalmente a Torino la prima Associazione denominata "Università della Terza Età". Nel 1993 si costituisce la sede di San Mauro.

Il 6 settembre 1996 nella Sede del comune di San Raffaele Cimena è sottoscritto l'Atto di Costituzione della Università della Terza Età della Sede Unitre di San Raffaele Cimena.

La Sede di San Raffaele Cimena, costituita nel 1996 come Sezione di San Mauro Torinese, assume autonomia amministrativa, organizzativa ed operativa nel 1997.

Dal 2006, con il patrocinio dei comuni di Castiglione T.se e Gassino T.se, la denominazione dell'Associazione diviene Unitre di San Raffaele Cimena-Castiglione-Gassino.

Nel 2017 è costituita anche la sezione distaccata con il patrocinio del comune di Sciolze e l'Associazione assume l'attuale denominazione Unitre di San Raffaele Cimena-Castiglione-Gassino-Sciolze.

Dal 5 settembre 2020 l'associazione è stata riconosciuta quale soggetto di Promozione Sociale (APS). In data 18 febbraio 2022, l'Associazione è stata regolarmente registrata al RUNTS (Registro Unico Nazionale Terzo Settore) con numero di iscrizione 599/TO.

I PRESIDENTI DELL'ASSOCIAZIONE

- Dal 1996 al 1999: **Mario PERCELSI**
- Dal 1999 al 2002: **Elio FALOSI**
- Dal 2002 al 2005: **Fiorenzo ZEPPEGNO**
- Dal 2005 al 2008: **Maria Teresa CASTELLI**
- Dal 2008 al 2011: **Franco DEPAOLI**
- Dal 2011 al 2014: **Franco DEPAOLI**
- Dal 2014 tutt'ora in carica: **Leonardo LOSITO**

ORDINAMENTO E ORGANI SOCIALI

Assemblea degli Associati: è l'organo sovrano ed è composta da tutti gli Associati. Consiglio Direttivo. Presidente: eletto dall'Assemblea degli Associati.

CONSIGLIO DIRETTIVO E COLLABORATORI

Leonardo Losito	Presidente
Franco Depaoli	Vice Presidente - Responsabile eventi e manifestazioni
Maria Teresa Garino	Tesoriere - Segreteria - Coadiutore del Presidente
Maria Pappalardo	Responsabile Segreteria
Loretta Cita	Segreteria
Carla Brusato	Collaboratrice segreteria
Maria Luisa Manuele	Direttore dei Corsi
Giuliano Giacometti	Coadiutore del Direttore dei corsi e Referente Sede di San Raffaele
Giancarlo Berta	Coadiutore del Direttore dei corsi e Referente Sede di Gassino
Gabriella Mosca	Coadiutore del Direttore dei corsi e Referente Sede di Castiglione
Ginevra Rostagno	Coadiutore del Direttore dei corsi - Referente Sede di Sciolze e Coadiutore del Responsabile eventi e manifestazioni
Rolando Malaguti	Responsabile Sito Web
Roberta Buzzatti	Consigliere
Gianfranco De Ferrari	Consigliere
Vittorio Greggio	Consigliere
Antonella Gregio	Consigliere
Angelo Corrà	Socio Onorario

COME ISCRIVERSI

MODALITÀ, QUOTE ASSOCIATIVE E CALENDARIO DI ISCRIZIONE

L'iscrizione all'UNITRE è aperta a tutti purché aventi una età superiore a 18 anni. Non è richiesto alcun titolo di studio. Le attività di **presentazione dei corsi, iscrizioni, inaugurazione e chiusura dell'Anno Accademico** si svolgono presso la **Sede di San Raffaele Cimena, via Ferrarese 19**, secondo le modalità riportate in seguito, sia in ordine agli orari, sia in relazione alle fasce di età.

La quota associativa per l'Anno Accademico in corso, non rimborsabile e non trasferibile, è di € 40:

- comprende l'iscrizione alla sede locale, la quota che spetta alla Associazione Nazionale, come da Statuto, l'assicurazione R.C. e infortuni per ogni iscritto;
- permette la frequenza ai corsi, a tutte le altre iniziative promosse da Unitre e di usufruire dei vantaggi delle convenzioni stipulate.

REGOLAMENTAZIONE DELLE ISCRIZIONI PER FASCE DI ETÀ

Per garantire una equa distribuzione dei partecipanti per fasce di età, l'indicazione del numero massimo è sempre un multiplo di tre.

I corsi e/o laboratori sono divisi per **Aree tematiche**, che facilitano la ricerca secondo i propri interessi, e riportano l'indicazione **Max Studenti**, il cui numero è definito o dalle postazioni disponibili, ad esempio per i corsi di computer, o da quanto convenuto con i Docenti, allo scopo di ottimizzare i livelli di apprendimento.

Per il corrente Anno Accademico i **Corsi** che prevedono un **numero di lezioni uguale o inferiore a 5 sono gratuiti**.

Per la partecipazione agli **altri Corsi** è richiesto il pagamento di una quota, variabile a seconda della materia di insegnamento, di **€ 5 o € 10**, ad eccezione dei **Corsi di lingue**, (Inglese, Francese, Spagnolo, Tedesco), dei **Corsi di computer** e del **Corso di cucina** la cui quota è di **€ 15**.

L'iscrizione può avvenire solo in presenza e/o con delega; non sono ammesse iscrizioni via email o telefoniche.

L'**iscrizione per delega** potrà avvenire, nella giornata relativa alla fascia di età del Delegante, a fronte di una richiesta scritta accompagnata da un documento di riconoscimento del Delegante. Il Delegato potrà essere portatore di una sola delega.

Il **pagamento** delle quote di iscrizione all'Associazione e ai Corsi può avvenire a **mezzo contanti, POS o Satispay**. Nelle giornate, sottoelencate, previste per le iscrizioni non sono ammessi pagamenti tramite bonifico bancario.

CALENDARIO DELLE ISCRIZIONI

Dai 18 ai 62 anni	Sabato	20/09/2025	10,00 - 12,00
	Lunedì	22/09/2025	16,00 - 18,00
Dai 63 ai 69 anni	Sabato	27/09/2025	10,00 - 12,00
	Lunedì	29/09/2025	16,00 - 18,00
Over 70 anni	Mercoledì	24/09/2025	16,00 - 18,00
	Giovedì	25/09/2025	10,00 - 12,00
Tutte le fasce di età	Martedì	30/09/2025	16,00 - 18,00
	Mercoledì	01/10/2025	10,00 - 12,00

Presso la Segreteria dell'UNITRE (Biblioteca di San Raffaele Cimena), durante l'orario delle iscrizioni sarà possibile ricevere, anche telefonicamente, tutte le informazioni riguardanti corsi, orari ecc.

AVVERTENZE

- Per offrire l'opportunità di iscriversi ai Corsi mantenendo il giusto equilibrio tra le richieste e le reali disponibilità di ognuno di essi e per favorire un maggior livello di partecipazione, è prevista l'iscrizione ad un solo corso per i seguenti programmi formativi: corsi di lingua Inglese, escluso il corso di conversazione.
- La partecipazione assidua ai Corsi è requisito determinante per l'apprendimento. La mancata presenza, non giustificata, alle prime due lezioni sarà considerata rinuncia e l'iscritto sarà sostituito dal "primo" degli esclusi al momento dell'iscrizione.
- Le lezioni, per motivi contingenti indipendenti dalla volontà di UNITRE, potranno, in corso d'anno, subire modifiche anche sostanziali, ad oggi non prevedibili, fino all'eventuale annullamento. UNITRE si riserva di apportare, in qualsiasi momento, i necessari adeguamenti a Programma e Calendario, che verranno comunicati tempestivamente nel sito web www.unitresanraffaele.it, tramite l'affissione di avvisi nelle bacheche e con l'invio di messaggi sms, whatsapp o email.
- Nel caso non si raggiunga, nei singoli Corsi, il numero massimo dei partecipanti per fascia di età, le persone iscritte "con riserva" verranno contattate ed inserite in base all'ordine temporale progressivo di iscrizione.

I dati personali necessari per la compilazione dell'anagrafica iscritti saranno utilizzati esclusivamente per fini organizzativi e didattici, in conformità e nell'osservanza della normativa vigente (art. 13 del Regolamento Europeo 679/2016). La dichiarazione del consenso al trattamento dei dati personali dovrà essere sottoscritta al momento dell'iscrizione, se non precedentemente rilasciata. In assenza del consenso non si potrà dare corso all'iscrizione. Nel sito, cliccando su "Privacy" in fondo alla pagina "Home" potete scaricare il fac-simile del documento.

Aree tematiche

2025|2026

ARTE E CREATIVITÀ

Calligrafi neofiti.....	62
Calligrafi recidivi.....	63
Creazioni di filo.....	46
Cucina pratica di autunno e primavera.....	36
Decorazioni di seta.....	9
Disegno.....	71
Fotografiamo assieme.....	66
Idee con il pannolenci.....	68
Il fascino del paesaggio all'acquerello.....	43
Intaglio legno e bassorilievo.....	77
Macramè.....	72
Origami.....	35
Pirografia.....	14
Pittura su ceramica.....	23
Pittura su tavola e studio dei grandi maestri.....	70
Pittura: a tuttocolori.....	56
Primi passi nella post produzione fotografica.....	37
Ricamo creativo.....	34

IL NOSTRO BENESSERE

Biodanza principianti.....	44
Biodanza avanzato.....	45
Burraco.....	80
Corso di erboristeria.....	54
Emotivamente.....	48
Ginnastica respiratoria.....	28
Il senso della vita.....	73
L'Astrorologio.....	65
Meditazione dinamica.....	69
Mente e cuore: un laboratorio per vivere e sentire con presenza.....	49
Qi Gong principianti.....	22
Yoga.....	33

LE LINGUE

English audio reading.....	27
Francese - letture e chiacchiere.....	20
Francese avanzato.....	78
Inglese - Conversazione.....	55
Inglese intermedio a Sciolze.....	32
Inglese livello 1 principianti.....	26
Inglese livello 2 elementary.....	50
Inglese livello 3 pre-intermediate.....	52
Inglese livello 4 intermediate.....	25
Spagnolo conversazione.....	31
Spagnolo livello 1.....	30
Spagnolo livello 2.....	64
Spagnolo livello 3.....	21
Tedesco base.....	19
Tedesco intermedio.....	15

IL MONDO INTORNO A NOI

Architetture straordinarie.....	41
Capire l'economia, l'investimento migliore e consapevole.....	79
Chimica quotidiana.....	12
Conosciamo meglio gli organismi sovranazionali.....	76
Dentro il quadro.....	42
Farfalle e giardini.....	53
Innovazione domestica e intelligenza artificiale.....	10
La Scuola di Parigi: Artisti da tutta Europa tra confronto con le Avanguardie ed espressività individuale.....	74
Latino: la lingua madre di molti europei.....	18
Le Api: come un fiore diventa miele.....	47
Lenga, Piante, Bes-ce e Mùsica dël Piemont.....	81
Storia e storie del martedì.....	38

INFORMATICA

Computer intermedio (corso base di Excel).....	11
Computer intermedio (serale).....	58
Computer pratico.....	57
Computer pratico a Sciolze.....	13
Smartphone... cosa devi sapere! (Febbraio).....	17
Smartphone... cosa devi sapere! (Ottobre).....	16

MUSICA BALLO E TEATRO

Balli di gruppo.....	29
Ballo latino americano.....	75
Ballo liscio - corso base.....	59
Ballo liscio corso avanzato.....	40
Canto Corale.....	8
Capire la musica con il Flauto Dolce (basico/intermedio).....	60
Capire la musica con il Flauto Dolce (avanzato).....	61
Dance for fun.....	82
Danze occitane e Balfolk.....	51
Il teatro dialettale piemontese: una storia lunga e prestigiosa.....	24
Teatro piemontese.....	67

INDICE.....	83
-------------	----

Lunedì e mercoledì

CANTO CORALE

GIORNO	LUNEDÌ E MERCOLEDÌ
ORA	21:00-23:00
SEDE	San Raffaele
AULA	Consulta
CONTRIBUTO	5 euro
MAX STUDENTI	50
DOCENTI	DELLEPIANE GARABELLO GIORGIO

La formazione corale polifonica dell'Unitre, articolata nei quattro registri di soprano, contralto, tenore, basso, prosegue il lavoro di affinamento vocale e arricchimento del repertorio. Le variegate modalità espressive del Coro si avvalgono del canto polifonico a cappella, con l'accompagnamento strumentale, e su basi audio originali. L'attività comprende nel curriculum ordinario anche la conoscenza e le esercitazioni di lettura del linguaggio musicale, praticate in modo graduale e personalizzato. Arrangiamenti, partiture, guide e basi audio sono prevalentemente prodotti dal Docente.

Il gruppo viene seguito dalla vocal-coach Anna Maria Borri che, col suo notevole bagaglio tecnico-artistico di soprano lirico, attua il sostanziale miglioramento delle qualità vocali dei cantori.

Il gruppo corale accoglie volentieri nuove adesioni, tenuto conto delle due prove settimanali (minimo una), e dell'aiuto fornito dal materiale digitale condiviso, tramite la piattaforma Dropbox.

Il nostro gruppo corale aderisce all'ACP (Associazione Cori Piemontesi).



NOTA: Il corso si svolge due volte alla settimana, il lunedì e il mercoledì.

OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG
13; 15; 20; 22; 27; 29	3; 5; 10; 12; 17; 19; 24; 26	1; 3; 10; 15; 17	7; 12; 14; 19; 21; 26; 28	2; 4; 9; 11; 16; 18; 23; 25	2; 4; 9; 11; 16; 18; 23; 25; 30	1; 8; 13; 15; 20; 22; 27; 29	4; 6; 11; 13; 18; 20

DECORAZIONI DI SETA

GIORNO	LUNEDÌ
ORA	09:00-11:00
SEDE	Castiglione
AULA	Ex Comune
CONTRIBUTO	10 euro
MAX STUDENTI	12
DOCENTI	GIODICE ROSARIA

La decorazione della seta con la tecnica Serti è di facile realizzazione. Mettere in gioco le abilità che tutte noi possediamo facilita il dar vita a manufatti utili, piacevoli ed allegri. Non da ultimo si condivide il piacere di stare insieme realizzando un futuro progetto comune.



NOTA: Agli iscritti sarà richiesto di provvedere alle spese per l'acquisto di quanto è necessario per l'esecuzione dei lavori.

OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG
	3; 17	1; 15	12; 26	9; 23	9; 23	13; 27	

INNOVAZIONE DOMESTICA E INTELLIGENZA ARTIFICIALE

GIORNO	LUNEDÌ
ORA	15:30-17:00
SEDE	San Raffaele
AULA	Biblioteca
CONTRIBUTO	-
MAX STUDENTI	30
DOCENTI	DE FERRARI GIANFRANCO

L'ambito domestico è un mercato ricco per le innovazioni che vengono continuamente proposte, sia per le attività casalinghe classiche (cottura e conservazione dei cibi, lavaggio, pulizia...), sia per quelle relative al risparmio energetico, alla difesa della casa dalle intrusioni, alle comunicazioni ed alla mobilità. Partendo dalla meccanizzazione delle attività, e proseguendo con l'utilizzo dell'energia elettrica, dell'elettronica e dell'informatica siamo arrivati alla robotica ed alle applicazioni dell'Intelligenza artificiale, sempre più invasive e con evoluzione in continua accelerazione.

Vogliamo dotarci delle basi, semplici e chiare, necessarie per valutare vantaggi e rischi.

Con particolare attenzione a non subire utilizzi impropri dei nuovi sviluppi ed evitare conseguenze magari oggi poco visibili ma destinate a crescere nel futuro.



NOTA: È richiesta l'iscrizione preventiva.

OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG
			26	2; 9; 16			

COMPUTER INTERMEDIO (CORSO BASE DI EXCEL)

GIORNO	LUNEDÌ
ORA	15:00-16:30
SEDE	Gassino
AULA	Aula P.C.
CONTRIBUTO	15 euro
MAX STUDENTI	9
DOCENTI	ROVASIO GIOVANNI

Corso orientato a coloro che già conoscono le funzioni di base del P.C. e desiderano approfondire la conoscenza del programma "Excel".

Programma:

- breve ripasso delle funzioni di base "hardware" e "software" in uso con i programmi Word, Excel, PowerPoint
- esercizi mirati alla creazione di tabelle in Excel in cui impareremo ad inserire alcune semplici formule "matematiche", "logiche" e di "ricerca".
- impareremo a conoscere e registrare una "Macro" con la quale sarà possibile rendere automatica un'azione ripetitiva
- prepareremo una breve presentazione con il programma "PowerPoint" importando e commentando gli esercizi svolti.

Verrà utilizzato il **sistema operativo Windows 10** e l'applicativo **Office 2010**.



NOTA: Sarà possibile utilizzare in aula il proprio P.C.

OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG
13; 20; 27	3; 10; 17; 24	1; 15	12; 19; 26	2; 9; 16; 23	2; 9; 16; 23; 30	13; 20; 27	4; 11; 18

CHIMICA QUOTIDIANA

GIORNO	LUNEDÌ
ORA	15:30-17:00
SEDE	San Raffaele
AULA	Biblioteca
CONTRIBUTO	5 euro
MAX STUDENTI	30
DOCENTI	MANUELE MARIA LUISA

Il filo conduttore di questo corso è scoprire quanto la chimica, la scienza che studia la struttura della materia, sia intrecciata con le mille attività della nostra vita quotidiana, dal primo caffè del mattino alla pulizia dei denti la sera.

Il tema centrale di quest'anno saranno: vitamine, sali minerali, antiossidanti e altri componenti degli integratori tanto pubblicizzati negli ultimi anni. Vedremo l'aspetto chimico di queste sostanze, le funzioni che svolgono nel nostro organismo, in quali alimenti si trovano, a quali normative sono sottoposti.

Inoltre ci sarà sempre spazio per le vostre e mie curiosità!



OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG
13; 20; 27	3; 10; 17; 24	1; 15					

COMPUTER PRATICO A SCIOLZE

GIORNO	LUNEDÌ
ORA	15:00-17:00
SEDE	Sciolze
AULA	Biblioteca piazza Zunino
CONTRIBUTO	15 euro
MAX STUDENTI	9
DOCENTI	SINATRA ROSARIO

Corso orientato a tutti i principianti che, possedendo un P.C., hanno la possibilità di esercitarsi a casa oltre che in aula.

Programma:

- concetti della terminologia di base, hardware e software;
- utilizzo delle funzioni basilari di Word - Excel - PowerPoint e Publisher;
- utilizzo delle funzioni copia/incolla e inserimento immagini;
- memorizzazione e trasferimento dei file con tutti i programmi;
- cenni sull'utilizzo di internet e posta elettronica.



OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG
13; 20; 27	3; 10; 17; 24	1; 15	12; 19; 26	2; 9; 16; 23	2; 9; 16; 23; 30	13; 20; 27	4; 11; 18

PIROGRAFIA

GIORNO	LUNEDÌ
ORA	14:30-16:30
SEDE	Castiglione
AULA	Ex Comune
CONTRIBUTO	10 euro
MAX STUDENTI	12
DOCENTI	CENA SERGIO

Il termine "pirografia" deriva dal greco "scrittura col fuoco" ed è considerata una delle più antiche e rudimentali forme di espressione artistiche che l'uomo ha conosciuto.

Non potendo esibirmi in piazza, mi esprimerò a casa col pirografo. A me sono congeniali tutti gli stili, tanto li brucio, meglio, ... li pirografo.

Provateci anche voi.



NOTA: Agli iscritti sarà richiesto di provvedere alle spese per l'acquisto di quanto è necessario per l'esecuzione dei lavori.

OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG
20	3; 17	1; 15	12; 26	9; 23	9; 23	13; 27	11

TEDESCO INTERMEDIO

GIORNO	LUNEDÌ
ORA	20:30-22:00
SEDE	San Raffaele
AULA	Auletta Biblioteca
CONTRIBUTO	15 euro
MAX STUDENTI	12
DOCENTI	CASALE PIERA

Il corso è dedicato a coloro che intendono rinfrescare e/o consolidare la conoscenza della lingua.

Viene utilizzato un libro di testo (composto da due volumi):

SCHAU MAL!

vol. A ISBN 978-88-08-34494-6

vol. B ISBN 978-88-08-76526-0

Autori: Bertocchi, Catani, Greiner

Ed. Zanichelli



Si consiglia di contattare la docente prima di procedere con l'acquisto.

NOTA: Agli iscritti sarà richiesto di provvedere alle spese per l'acquisto di quanto è necessario per le attività di lettura.

OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG
13; 20; 27	3; 10; 17; 24	1; 15	12; 19; 26	2; 9; 16; 23	2; 9; 16; 23; 30	13; 20; 27	4; 11; 18

SMARTPHONE... COSA DEVI SAPERE! (OTTOBRE)

GIORNO	LUNEDÌ
ORA	17:30-19:00
SEDE	San Raffaele
AULA	Biblioteca
CONTRIBUTO	10 euro
MAX STUDENTI	15
DOCENTI	PIGNATTA ROBERTO

- 1) Cosa è uno smartphone, la storia e l'evoluzione, Android, iOS, Windows Phone. Struttura, SIM. Accensione, manutenzione e prime operazioni. Personalizzazione.
- 2) Funzioni principali ed uso, Versione SO. Impostazioni. Telefonia. Rubrica. Messaggistica/Chat: SMS, MMS, WhatsApp, Chiamate VoIP. Cloud e backup. Cenni piani tariffari, Portabilità del numero.
- 3) Impostazioni e uso dei dati, Impostazioni principali. Pannello Notifica. File. Dati mobile. WiFi, Bluetooth, Tethering . NFC. Reti 2.5G/3G/4G/4G LTE/5G.
- 4) App e loro aggiornamento, Google Play e Apple Store. Account. Notifiche. Internet. GPS. Email e PEC. Browser e navigazione. Google Gmail. Google Maps. Fotocamera. Codice QR. Introduzione office per smartphone.
- 5) La sicurezza, i concetti base per l'uso dello smartphone in sicurezza. Password. Verifica multi fattoriale. Truffe. URL e dominio. Come proteggere lo smartphone.
- 6) Esercitazioni sull'uso dello smartphone.



OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG
27	3; 10; 17; 24	1					

SMARTPHONE... COSA DEVI SAPERE! (FEBBRAIO)

GIORNO	LUNEDÌ
ORA	17:30-19:00
SEDE	San Raffaele
AULA	Biblioteca
CONTRIBUTO	10 euro
MAX STUDENTI	15
DOCENTI	PIGNATTA ROBERTO

- 1) Cosa è uno smartphone, la storia e l'evoluzione, Android, iOS, Windows Phone. Struttura, SIM. Accensione, manutenzione e prime operazioni. Personalizzazione.
- 2) Funzioni principali ed uso, Versione SO. Impostazioni. Telefonia. Rubrica. Messaggistica/Chat: SMS, MMS, WhatsApp, Chiamate VoIP. Cloud e backup. Cenni piani tariffari, Portabilità del numero.
- 3) Impostazioni e uso dei dati, Impostazioni principali. Pannello Notifica. File. Dati mobile. WiFi, Bluetooth, Tethering . NFC. Reti 2.5G/3G/4G/4G LTE/5G.
- 4) App e loro aggiornamento, Google Play e Apple Store. Account. Notifiche. Internet, GPS. Email e PEC. Browser e navigazione. Google Gmail. Google Maps. Fotocamera. Codice QR. Introduzione office per smartphone.
- 5) La sicurezza, i concetti base per l'uso dello smartphone in sicurezza. Password. Verifica multi fattoriale. Truffe. URL e dominio. Come proteggere lo smartphone.
- 6) Esercitazioni sull'uso dello smartphone.



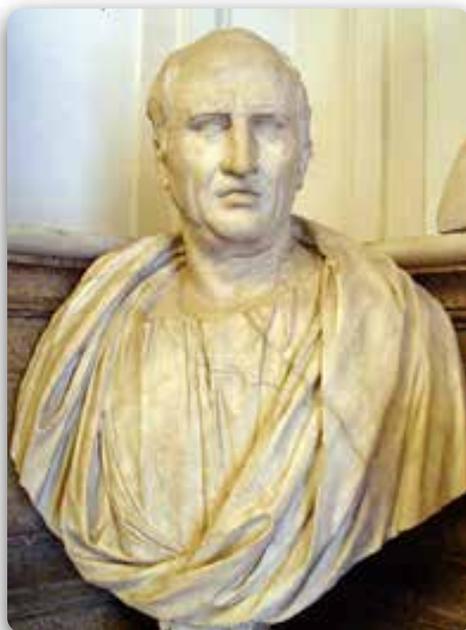
OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG
				23	2; 9; 16; 23; 30		

LATINO: LA LINGUA MADRE DI MOLTI EUROPEI

GIORNO	LUNEDÌ
ORA	16:00-17:30
SEDE	San Raffaele
AULA	Sala Seniores
CONTRIBUTO	5 euro
MAX STUDENTI	12
DOCENTI	GIOLI PIERA

Continuiamo dritti per la nostra strada: non cambia l'obiettivo principale (recupero o acquisizione di competenze linguistiche latine), non cambia l'impostazione del corso (nessuna pedanteria, ammesse le divagazioni, sottolineatura delle particolarità grammaticali ad ogni possibile occasione): il tutto attraverso la lettura/traduzione di brani scelti, secondo l'ispirazione del periodo o del momento, tra gli autori più significativi.

E soprattutto: BANDO ALLA NOIA!



OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG
13; 20; 27	3; 10; 17; 24	1; 15	12; 19; 26	2; 9; 16; 23	2; 9; 16; 23; 30	13; 20; 27	4; 11; 18

TEDESCO BASE

GIORNO	LUNEDÌ
ORA	20:30-21:45
SEDE	San Raffaele
AULA	Biblioteca
CONTRIBUTO	15 euro
MAX STUDENTI	12
DOCENTI	VIANO GIUSEPPE

Le lezioni saranno dedicate ai nuovi iscritti e a coloro che, pur avendo già frequentato il corso, intendono consolidare o rinfrescare le proprie basi linguistiche. Nella seconda parte dell'anno si leggerà un libro, scelto appositamente per migliorare la pronuncia.



OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG
13; 20; 27	3; 10; 17; 24	1; 15	12; 19; 26	2; 9; 16; 23	2; 9; 16; 23; 30	13; 20; 27	4; 11; 18

FRANCESE - LETTURE E CHIACCHIERE

GIORNO	LUNEDÌ
ORA	16:15-17:45
SEDE	San Raffaele
AULA	Auletta Biblioteca
CONTRIBUTO	15 euro
MAX STUDENTI	12
DOCENTI	MELLO GROSSO M. CRISTINA

On a envie de vérifier notre connaissance du français?

On a une bonne maîtrise de la langue?

Alors... donnons-nous rendez-vous une heure tous les quinze jours au cours de laquelle nous lirons et commenterons journaux, passages littéraires, poèmes que nous proposerons collégalement.

Ne vous attendez donc pas à un professeur mais, tout simplement, à une coordinatrice d'un groupe de lecture.

Allez! Montez à bord!



OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG
20	3; 17	1; 15	12; 26	9; 23	9; 23	13; 27	11

SPAGNOLO LIVELLO 3

GIORNO	LUNEDÌ
ORA	14:30-16:00
SEDE	San Raffaele
AULA	Auletta Biblioteca
CONTRIBUTO	15 euro
MAX STUDENTI	12
DOCENTI	AUTINO MARCELLO

È un corso di terzo livello rivolto a coloro che hanno già una conoscenza di base della lingua spagnola.

Affronteremo la grammatica dando spazio a letture di autori contemporanei e alla conversazione.



OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG
13; 20; 27	3; 10; 17; 24	1; 15	12; 19; 26	2; 9; 16; 23	2; 9; 16; 23; 30	13; 20; 27	4; 11; 18

QI GONG PRINCIPIANTI

GIORNO	LUNEDÌ
ORA	19:30-20:30
SEDE	Castiglione
AULA	Salone Polivalente
CONTRIBUTO	10 euro
MAX STUDENTI	30
DOCENTI	NARETTO ROSSO PAOLA

Il Qi Gong è un'antica pratica Cinese denominata "Arte di lunga vita".

Il significato del termine è **Qi = Energia**, mentre **Gong = lavoro/movimento**, quindi attraverso il simbolismo degli ideogrammi che lo rappresentano si può capire meglio i suoi principi ed effetti, ovvero muovere la nostra energia per dare equilibrio al nostro corpo.

Il Qi Gong è un'attività psicofisica che mira al ripristino e al mantenimento della salute del corpo, della mente e delle emozioni. I movimenti lenti abbinati ad una idonea respirazione, migliorano l'elasticità del corpo, il tono muscolare e influenzano positivamente tutto l'organismo e l'energia fisica che il corpo possiede naturalmente.

Gli esercizi di Qi Gong sono fonte di una serie di piacevoli sensazioni corporee: agilità, lucidità, prontezza, serenità, equilibrio.



NOTA: Si consiglia abbigliamento comodo, scarpe da ginnastica o calze antiscivolo; non è necessario il tappetino.

OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG
	3; 10; 17; 24	1; 15					

PITTURA SU CERAMICA

GIORNO	LUNEDÌ
ORA	17:00-19:00
SEDE	Gassino
AULA	Aula P.C.
CONTRIBUTO	10 euro
MAX STUDENTI	9
DOCENTI	TROPEA ROSETTA MARIA

Trasformare un semplice oggetto in un'opera d'arte del tutto personale è un'esperienza gratificante.

La pittura su ceramica offre la possibilità di esprimere la propria creatività perché decorare un piatto, una tazza permette di dare vita a pezzi unici e speciali.

Nel corso si potranno imparare le tecniche necessarie per personalizzare, secondo la propria ispirazione, oggetti quotidiani che diventeranno così elementi decorativi.

Gli iscritti dovranno provvedere in modo autonomo alla cottura dei propri manufatti.



NOTA: Agli iscritti sarà richiesto di provvedere alle spese per l'acquisto di quanto è necessario per l'esecuzione dei lavori.

OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG
				2; 9; 16; 23	2; 9; 16; 23; 30	13; 20; 27	

IL TEATRO DIALETTALE PIEMONTESE: UNA STORIA LUNGA E PRESTIGIOSA

GIORNO	LUNEDÌ
ORA	17:00-18:30
SEDE	San Raffaele
AULA	Biblioteca
CONTRIBUTO	-
MAX STUDENTI	30
DOCENTI	TRIVERO SECONDINO

Tre conferenze ci faranno conoscere il nostro **teatro popolare dialettale piemontese**, partendo dalle origini, sino ai giorni nostri. Una breve storia del nostro beneamato teatro in dialetto piemontese, analizzando i personaggi di spicco (autori, attrici, attori registi...) che lo hanno reso grande, sia a livello professionale che amatoriale.

La bibliografia di riferimento sarà la seguente: *Indagine enciclopedia sul teatro piemontese*, a cura di Domenico Seren Gay, ed. Priuli e Verlucca editori.

Alla storia del teatro piemontese da Giovanni Toselli ai giorni nostri, Massimo Scaglione, ed. Piemonte in Bancarella.

Alla storia del teatro dialettale piemontese, Domenico Seren Gay, ed. Piemonte in Bancarella.

Storia del teatro piemontese, Giovanni Drovetti, ed. Rattero Torino.

Il teatro nelle lingue del piemonte dal 1970 al 2011, Secondino Trivero, Stefano Trombin e Vittorio Rustichelli.



NOTA: È richiesta l'iscrizione preventiva

OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG
						13; 20; 27	

INGLESE LIVELLO 4 INTERMEDIATE

GIORNO	MARTEDÌ
ORA	09:30-11:30
SEDE	San Raffaele
AULA	Biblioteca
CONTRIBUTO	15 euro
MAX STUDENTI	21
DOCENTI	RINETTI LUGIA

Approfondimento delle conoscenze acquisite, privilegiando l'apprendimento del lessico e delle abilità comunicative. Si prevede di dare progressivamente più spazio ad attività di scrittura e di parlato. Utilizzeremo anche testi di canzoni e brani di letteratura.



OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG
14; 21; 28	4; 11; 18; 25	2; 9; 16	13; 20; 27	3; 10; 17; 24	3; 10; 17; 24; 31	14; 21; 28	5; 12; 19

INGLESE LIVELLO 1 PRINCIPIANTI

GIORNO	MARTEDÌ
ORA	09:30-11:00
SEDE	Castiglione
AULA	Ex Comune
CONTRIBUTO	15 euro
MAX STUDENTI	15
DOCENTI	CATANIA ENZA

Nel primo anno di approccio alla lingua inglese, sarà importante fornire sicure basi grammaticali: verbi ausiliari (be, have, do); tempi verbali (present simple, present continuous); forme verbali (affermativa, negativa, interrogativa); introduzione all'uso degli articoli, degli aggettivi possessivi; singolare e plurale; pronomi personali. Sarà importante anche iniziare a costruirsi un vocabolario con esercizi utilizzando vari tipi di fonti.



OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG
14; 21; 28	4; 11; 18; 25	2; 9; 16	13; 20; 27	3; 10; 17; 24	3; 10; 17; 24; 31	14; 21; 28	5; 12; 19



ENGLISH AUDIO READING

GIORNO	MARTEDÌ
ORA	10:50-12:20
SEDE	Gassino
AULA	Aula P.C.
CONTRIBUTO	15 euro
MAX STUDENTI	18
DOCENTI	VILLA LUIGI ONORATO

L'obiettivo del corso è il mantenimento delle proprie abilità linguistiche (leggere, ascoltare, parlare e scrivere) in inglese ed eventualmente svilupparle ulteriormente; la lezione quindi avrà luogo soprattutto in lingua inglese. Il corso è rivolto a discenti del livello linguistico B2, ma le attività saranno adattate alle effettive competenze del gruppo. Le attività saranno spesso organizzate in coppie ed in piccoli gruppi affinché ogni partecipante abbia maggiori occasioni di parlare; si richiede quindi un numero minimo di partecipanti indispensabile per rendere la lezione più varia e stimolante.

Le attività previste sono:

- lettura di un paio di classici della letteratura inglese (costo circa 10 € cad. versione cartacea + audio) semplificati al livello B2.2 o C1;
- ascolto di testi recitati da attori professionisti e madrelingua e di cui poi si parlerà e scriverà brevemente.

Non verranno tralasciate le digressioni grammaticali o digressioni con brevi video o con canzoni.

Compatibilmente con i programmi delle compagnie inglesi itineranti, si proporrà la partecipazione ad uno spettacolo teatrale in lingua inglese presso un teatro cittadino.

NOTA: Agli iscritti sarà richiesto di provvedere alle spese per l'acquisto di quanto è necessario per le attività di lettura.

OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG
28	4; 11; 18; 25	2; 9; 16	13; 20; 27	3; 10; 17; 24	3; 10; 17; 24; 31	14; 21; 28	

GINNASTICA RESPIRATORIA

GIORNO	MARTEDÌ
ORA	18:00-19:15
SEDE	Castiglione
AULA	Salone Polivalente
CONTRIBUTO	10 euro
MAX STUDENTI	36
DOCENTI	VANNI VENIERO

Sempre giovani con UNI3 e la mia Ginnastica Respiratoria perché:

- l'invecchiamento non è una strada a senso unico;
- possiamo modificare lo stato dei nostri organi interni;
- camminare, andare in bicicletta e nuotare aumentano il volume dei polmoni anche del 15%;
- gradualmente l'attività motoria con assetti, posture, curve fisiologiche morbide, gabbia toracica e vertebre elastiche inseriranno magnificamente la catena cinetica;
- una respirazione perfetta aumenta la capacità vitale dei polmoni mantenendo un ritmo cardiaco in armonia.



Il respiro è il legame che unisce una forma fisica sana con un cuore forte e tenace, una mente efficiente e un'anima libera!

Da Argonauta ad Astronauta e ora noi Polmonauta.

Vi aspetto...

NOTA: Si richiede abbigliamento da ginnastica e tappetino.

OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG
14; 21; 28	4; 11; 18; 25	2; 9; 16	13; 20; 27	3; 10; 17; 24	3; 10; 17; 24; 31	14; 21; 28	5; 12; 19

BALLI DI GRUPPO

GIORNO	MARTEDÌ
ORA	20:30-21:45
SEDE	Castiglione
AULA	Salone Polivalente
CONTRIBUTO	10 euro
MAX STUDENTI	60
DOCENTI	DE BERNARDI FULVIA

La serata è un'occasione per imparare i passi e i movimenti dei principali balli di gruppo in compagnia e senza dover necessariamente ballare in coppia.



OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG
21	4; 18	2; 16	13; 27	10; 24	10; 24	14; 28	12

SPAGNOLO LIVELLO 1

GIORNO	MARTEDÌ
ORA	14:30-16:00
SEDE	San Raffaele
AULA	Biblioteca
CONTRIBUTO	15 euro
MAX STUDENTI	15
DOCENTI	AUTINO MARCELLO

Lo spagnolo o castigliano è una lingua appartenente al gruppo delle lingue romanze della famiglia delle lingue indoeuropee. Secondo alcune classificazioni è la seconda lingua più parlata al mondo in termini assoluti (si tratta di circa 406 milioni di parlanti), mentre è la seconda per numero di madrelingua, dopo il cinese.



OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG
14; 21; 28	4; 11; 18; 25	2; 9; 16	13; 20; 27	3; 10; 17; 24	3; 10; 17; 24; 31	14; 21; 28	5; 12; 19

SPAGNOLO CONVERSAZIONE

GIORNO	MARTEDÌ
ORA	09:30-10:30
SEDE	Gassino
AULA	Aula P.C.
CONTRIBUTO	15 euro
MAX STUDENTI	15
DOCENTI	LOMBARTE DEL CASTILLO AMALIA

Il corso prevede la lettura di un libro in lingua castigliana. Di settimana in settimana verranno assegnate pagine e/o capitoli da leggere che serviranno di spunto per la lezione di conversazione. Oltre alla lettura del libro, si lavorerà sul vocabolario e sulla pronuncia. Per partecipare a questo corso si richiede un livello di spagnolo A1-A2 come minimo; essere in grado di capire i contenuti di una lettura in lingua castigliana, di conversare e di leggere l'idioma.



NOTA: *Agli iscritti sarà richiesto di provvedere alle spese per l'acquisto di quanto è necessario per le attività di lettura.*

OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG
14; 21; 28	4; 11; 18; 25	2; 9; 16	13; 20; 27	3; 10; 17; 24	3; 10; 17; 24; 31	14; 21; 28	5; 12; 19

INGLESE INTERMEDIO A SCIOLZE

GIORNO	MARTEDÌ
ORA	17:00-18:30
SEDE	Sciolze
AULA	Biblioteca piazza Zunino
CONTRIBUTO	15 euro
MAX STUDENTI	15
DOCENTI	LAWRY CLARINDA MARY

Il corso è il naturale proseguimento di quello precedente ed è mirato ad avvicinare la comprensione dell'inglese tramite un approccio attivo basato sull'utilizzo della grammatica, comprensione, lettura e dialogo.

Inizialmente è previsto un ripasso di quanto appreso lo scorso anno che potrà permettere anche l'inserimento di nuovi partecipanti, considerando che quest'anno il gruppo parte dal livello B2.



OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG
14; 21; 28	4; 11; 18; 25	2; 9; 16	13; 20; 27	3; 10; 17; 24	3; 10; 17; 24; 31	14; 21; 28	5; 12; 19

YOGA

GIORNO	MARTEDÌ
ORA	09:30-11:00
SEDE	San Raffaele
AULA	Consulta
CONTRIBUTO	10 euro
MAX STUDENTI	24
DOCENTI	GRAZIANO GIUSEPPE, ZUMKELLER GILBERTO

Tecnica di rilassamento orientale adatta a tutte le età.

Il movimento ginnico dolce, per tenere allenato il corpo ai movimenti del quotidiano.

Il rilassamento, per liberarci dalle tensioni.



NOTA: Si richiede: tuta da ginnastica, calze in cotone, stuoia e asciugamano.

OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG
14; 21; 28	4; 11; 18; 25	2; 9; 16	13; 20; 27	3; 10; 17; 24	3; 10; 17; 24; 31	14; 21; 28	5; 12; 19

RICAMO CREATIVO

GIORNO	MARTEDÌ
ORA	15:00-17:00
SEDE	Gassino
AULA	Aula P.C.
CONTRIBUTO	10 euro
MAX STUDENTI	15
DOCENTI	PASTORE CARMEN

Si realizzeranno progetti con l'applicazione delle diverse tecniche di ricamo, nessuna esclusa, approfondendo la conoscenza delle origini e tradizioni storiche. Tutti, che si tratti di principianti o più esperti, potranno abbellire, trasformare o progettare, ma non confezionare, capi di abbigliamento, accessori, complementi arredo casa. Anche con semplici punti si avranno oggetti unici e personalizzati, creati con le proprie mani. Nei mesi primaverili, uno degli incontri previsti dal calendario del corso, si svolgerà fuori sede. In tale occasione si organizzerà la visita ad un museo e/o luogo che avrà un interesse, oltre che storico, di legame con gli argomenti che verranno trattati al corso.



NOTA: Agli iscritti sarà richiesto di provvedere alle spese per l'acquisto di quanto è necessario per l'esecuzione dei lavori.

OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG
21; 28	4; 11; 18; 25	2; 9; 16	13; 20; 27	3; 10; 17; 24	3; 10; 17; 24; 31	7; 14; 21; 28	5; 12; 19

ORIGAMI

GIORNO	MARTEDÌ
ORA	15:00-17:00
SEDE	Castiglione
AULA	Ex Comune
CONTRIBUTO	10 euro
MAX STUDENTI	12
DOCENTI	BATTUELLO ANNA MARIA

Oru = Piegare Kami = Carta

Per gli orientali, ed in particolare per i giapponesi, l'origami ha un profondo significato simbolico e religioso e affonda le sue radici nei tratti più particolari della loro cultura. Nella percezione occidentale invece, l'origami è un divertimento e uno sfoggio di abilità manuali, utile a smaltire lo stress. Per noi sarà l'occasione per imparare a manipolare la carta ed ottenere oggetti sempre più complessi... divertendoci.



NOTA: Agli iscritti sarà richiesto di provvedere alle spese per l'acquisto di quanto è necessario per l'esecuzione dei lavori.

OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG
14; 21; 28	4; 11; 18; 25	2; 9; 16	13; 20; 27	3; 10; 17; 24	3; 10; 17; 24; 31	14; 21; 28	5; 12; 19

CUCINA PRATICA DI AUTUNNO E PRIMAVERA

GIORNO	MARTEDÌ
ORA	15:30-19:00
SEDE	Sciolze
AULA	Cucina parrocchiale
CONTRIBUTO	15 euro
MAX STUDENTI	15
DOCENTI	MELISON FRANCESCA

Nel corso realizzeremo una serie di manicaretti appetitosi e sfiziosi per portare un po' di varietà nella cucina di tutti i giorni. Approfondiremo e metteremo in pratica le basi e le tecniche di cucina e con qualche trucco, renderemo tutto più facile e piacevole. Al termine della preparazione... assaggeremo il nostro menù.



NOTA: Agli iscritti sarà richiesto di condividere le spese per l'acquisto dei prodotti necessari all'esecuzione del menù.

OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG
	4; 11; 18; 25				3; 10; 17; 24		

PRIMI PASSI NELLA POST PRODUZIONE FOTOGRAFICA

GIORNO	MARTEDÌ
ORA	15:00-17:00
SEDE	San Raffaele
AULA	Sala Seniores
CONTRIBUTO	-
MAX STUDENTI	9
DOCENTI	FERRERO ALBERTO, LO SAVIO GIOVANNI

Un ciclo di quattro incontri per tutti coloro che non si accontentano più delle immagini preconfezionate dalle moderne fotocamere, ma vogliono dare un'impronta personale alle loro fotografie imparando a gestire i parametri essenziali che regolano il mondo del "digital imaging".

Per potersi iscrivere è tassativo possedere un P.C. portatile di recente costruzione con un processore a 64 bit che abbia almeno 16 GB di RAM e il software Adobe Photoshop in qualsiasi versione dalla CC del 2013 in poi.



NOTA: È richiesta l'iscrizione preventiva. Bisogna disporre di un proprio P.C. portatile.

OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG
14; 21; 28	4						

STORIA E STORIE DEL MARTEDÌ

GIORNO	MARTEDÌ
ORA	17:00-18:30
SEDE	San Raffaele
AULA	Biblioteca
CONTRIBUTO	-
MAX STUDENTI	40
DOCENTI	MANUELE MARIA LUISA

Maria Luisa Manuele ha avuto l'intuizione di raccogliere sotto il titolo "Storia e storie del martedì", conferenze di autori diversi e su argomenti diversi, ma con un tratto comune: la curiosità per la storia dell'Uomo, delle sue vicende, dei suoi interessi, delle sue passioni.

Gli autori ci accompagneranno in un viaggio dalle tragedie della guerra ai divertimenti del teatro e del Carnevale. La cornice è unica, i contenuti affatto diversi.



OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG
28	11			3; 10; 17	10; 17; 24; 31		

Silvio Bertotto

28 ottobre 2025

Storia e storie del grande fiume. San Raffaele Cimena, Gassino e Castiglione tra Savoia e Monferrato.

11 Novembre 2025

Prigionieri alleati a Castiglione durante la seconda guerra mondiale. Una storia poco nota.

Mario Marino

3 febbraio • 10 febbraio • 17 febbraio 2026

Letteratura e infanzia

C'è stato un tempo in cui i libri toccavano il cuore dei bambini e degli adolescenti. Non parliamo di un'epoca poi così lontana, ma di anni in cui la tecnologia non la faceva da padrona su giovani menti che spiccavano voli di fantasia ad alta quota emotiva. Tutti i diversamente giovani, chi più chi meno, ci sono passati. Il sottoscritto, figlio del tempo che ha prodotto boomers a volontà, vorrebbe riproporre quei viaggi fantastici: e quindi si andrà da Dickens, che mi strappò le prime lacrime con David e Oliver, ai nostrani adolescenti di quel tenero cuore di De Amicis e del ribelle Pinocchio, per approdare poi alle figure novecentesche di Torless, Tonio Kroger e l'inquieto giovane Holden, simbolo dell'inadeguatezza giovanile valido in tutti i tempi. Buon viaggio a tutti i lettori!

Giorgio Enrico Cavallo

10 marzo • 17 marzo • 24 marzo • 31 marzo 2026

Storia del folklore e delle maschere del Piemonte: l'importanza delle tradizioni popolari.

NOTA: È richiesta l'iscrizione preventiva!

BALLO LISCIO CORSO AVANZATO

GIORNO	MARTEDÌ
ORA	21:00-23:00
SEDE	Castiglione
AULA	Salone Polivalente
CONTRIBUTO	10 euro
MAX STUDENTI	20
DOCENTI	IMPERA SILVANO

Il corso è rivolto a chi ha familiarità con i passi base di questa disciplina e a chi ha frequentato proficuamente il corso base.

Ricordate però: si balla in due e quindi ci si iscrive in due!

Non si accettano iscrizioni singole.

ATTENZIONE Nelle seguenti date: 21 ottobre; 4 e 18 novembre; 2 e 16 dicembre; 13 e 27 gennaio; 10 e 24 febbraio; 10 e 24 marzo; 14 e 28 aprile; 12 maggio il corso si svolgerà dalle ore 22 alle ore 23.



NOTA: In fase di iscrizione e nella propria fascia d'età, la ballerina iscriverà il ballerino anche se di fascia diversa. Le coppie totali saranno N° 10.

OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG
14; 21 ; 28	4 ; 11; 18 ; 25	2 ; 9; 16	13 ; 20; 27	3; 10 ; 17; 24	3; 10 ; 17; 24 ; 31	14 ; 21; 28	5; 12 ; 19

ARCHITETTURE STRAORDINARIE

GIORNO	MERCOLEDÌ
ORA	15:00-16:30
SEDE	Gassino
AULA	Aula P.C.
CONTRIBUTO	-
MAX STUDENTI	21
DOCENTI	TOSCHINO FEDERICA

Opere dal fascino immenso, simboli della nostra epoca, emblema dell'ingegno umano, idee di architetti visionari. Percorrendo insieme 5 opere architettoniche tra le più straordinarie al mondo, scopriremo come la bellezza dell'architettura contemporanea possa sorprenderci trasformando le nostre città in veri e propri musei a cielo aperto, rappresentando un'innovazione audace e una visione che sfida i limiti dell'immaginazione.

Edifici che lasciano senza fiato e rimangono impressi nella memoria collettiva, capaci di collegare il loro utilizzo alla creatività umana e all'ingegneria più avanzata. Incontro tra visioni artistiche e progressi nella costruzione.



NOTA: È richiesta l'iscrizione preventiva.

OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG
	5; 12; 19; 26	3					

DENTRO IL QUADRO

GIORNO	MERCOLEDÌ
ORA	17:00-18:30
SEDE	Gassino
AULA	Aula P.C.
CONTRIBUTO	5 euro
MAX STUDENTI	18
DOCENTI	CASASSA MARIA

MANGIARE CON GLI OCCHI

Il cibo nell'arte dall'antichità ai nostri giorni con valenza antropologica, sociale, culturale, simbolica e sacra. Un percorso fra i tanti pittori che hanno rappresentato il cibo in pittura nelle diverse declinazioni.



OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG
15; 22; 29	5; 12; 19						

IL FASCINO DEL PAESAGGIO ALL'ACQUERELLO

GIORNO	MERCOLEDÌ
ORA	09:30-11:30
SEDE	Gassino
AULA	Aula P.C.
CONTRIBUTO	10 euro
MAX STUDENTI	18
DOCENTI	D'ANTONIO GIUSEPPE

Il fascino del paesaggio all'acquerello: un per-corso formativo che ha come obiettivo primario il coinvolgimento alla passione per la pittura en plein air all'acquerello.

Si articola su quattro punti principali, strumenti essenziali per poter operare con maggiore scioltezza:

- 1) materiali professionali e attrezzature
- 2) il soggetto (fasi preliminari e fasi operative)
- 3) i quattro pilastri dell'acquerello
- 4) oltre la tecnica.

Tali punti (descritti anche in una presentazione che verrà proiettata nei primi incontri), saranno oggetto di riflessione ed applicazione costante per tutta la durata del per-corso.



NOTA: Agli iscritti sarà richiesto di provvedere alle spese per l'acquisto di quanto è necessario per l'esecuzione dei lavori.

OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG
15; 29	12; 26	10	21	4; 18	4; 18	1; 15; 29	13

BIODANZA PRINCIPIANTI

GIORNO	MERCOLEDÌ
ORA	08:45-10:00
SEDE	San Raffaele
AULA	Consulta
CONTRIBUTO	10 euro
MAX STUDENTI	21
DOCENTI	BILI DONATELLA, MURILLO EMBUN MARINA

Perché?

Iscriversi al corso è un piccolo atto di coraggio perché del Sistema Biodanza si conosce poco o nulla. Biodanza accoglie tutti, indistintamente, è il gruppo che dà vita alla formazione; se ti senti pronto a metterti in movimento, aperto a nuove esperienze sarai il benvenuto. Pensaci.



Cosa si fa?

C'è un momento di accoglienza e di parola, con esposizione della teoria in programma oppure spazio per esprimersi sull'esperienza del precedente incontro. Seguirà la parte esperienziale dove la musica susciterà il movimento per esprimere l'emozione, il tutto senza proferire parola, così da sospendere la quotidiana sovrarichiesta cognitiva; useremo la testa per altro. Eviteremo bracciali, collane, orologi e spegneremo il cellulare. Tutto qui.

Ancora una cosa

Questo è "work in progress", un lavoro che si sviluppa a seconda delle esigenze del gruppo perciò nel corso dell'anno saranno possibili cambiamenti e l'integrazione di più gruppi in diversi orari, sempre nella mattinata.

NOTA: Ai partecipanti verrà richiesto di contribuire alle spese e alla pulizia della sala. Non è necessario saper danzare. Si consiglia un abbigliamento comodo e calze antiscivolo.

OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG
15; 22; 29	5; 12; 19; 26	3; 10; 17	7; 14; 21; 28	4; 11; 18; 25	4; 11; 18; 25	1; 8; 15; 22; 29	6; 13; 20

BIODANZA AVANZATO

GIORNO	MERCOLEDÌ
ORA	10:00-11:40
SEDE	San Raffaele
AULA	Consulta
CONTRIBUTO	10 euro
MAX STUDENTI	21
DOCENTI	BILI DONATELLA, MURILLO EMBUN MARINA

Nel corso avanzato sapete già che il programma lo si scopre e lo si crea insieme. Ci sarà la parte verbale alla quale seguirà quella vivenciale con la partecipata presenza di ognuno.

Sapete come vestirvi, calzarvi, svestirvi e scalzarvi, senza bracciali, collane, orologi.

Del cellulare non se ne parla nemmeno.

Sapete anche che questo è un "work in progress", un lavoro che si sviluppa a seconda delle esigenze del gruppo perciò nel corso dell'anno saranno possibili cambiamenti e l'integrazione di più gruppi in diversi orari, sempre nella mattinata e che dal terzo anno in avanti potrete essere invitati a supportare il gruppo principianti o altre iniziative.

Pronti ad andare avanti?

Ci si vede, allora.



NOTA: Ai partecipanti verrà richiesto di contribuire alle spese e alla pulizia della sala. Non è necessario saper danzare. Si consiglia un abbigliamento comodo e calze antiscivolo.

OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG
15; 22; 29	5; 12; 19; 26	3; 10; 17	7; 14; 21; 28	4; 11; 18; 25	4; 11; 18; 25	1; 8; 15; 22; 29	6; 13; 20

CREAZIONI DI FILO

GIORNO	MERCOLEDÌ
ORA	15:00-17:00
SEDE	Castiglione
AULA	Ex Comune
CONTRIBUTO	10 euro
MAX STUDENTI	15
DOCENTI	PASTORE CARMEN

Niente è più divertente ed entusiasman-
te che vedere crescere dalle proprie
mani e dalla propria fantasia un oggetto
o un capo di abbigliamento o ridare vita
a qualcosa che giace inutilizzato nell'ar-
madio da anni.

E come possiamo farlo? Prendendo in
mano del filato di lana e/o cotone e ap-
plicando una tecnica. Dai più tradizio-
nali ferri e uncinetto ad altre tecniche
quali punch needle, tapestry, boutis,
stampwork, applicazione di perline e
altro ancora, tutto rivisitato in chiave
moderna.

Il corso è rivolto a chi ha voglia di cono-
scere nuove tecniche e dare libero sfogo
alla propria creatività.

Nei mesi primaverili, uno degli incontri
previsti dal calendario del corso, si svolgerà fuori sede. In tale occasione si organiz-
zerà la visita ad un museo e/o un luogo di interesse sia storico che attinente agli
argomenti del corso.



NOTA: *Agli iscritti sarà richiesto di provvedere alle spese per l'acquisto di quanto è necessario per l'esecuzione dei lavori.*

OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG
22; 29	5; 12; 19; 26	3; 10; 17	7; 14; 21; 28	4; 11; 18; 25	4; 11; 18; 25	1; 8; 15; 22; 29	6; 13; 20

LE API: COME UN FIORE DIVENTA MIELE

GIORNO	MERCOLEDÌ
ORA	17:15-18:30
SEDE	Gassino
AULA	Aula P.C.
CONTRIBUTO	5 euro
MAX STUDENTI	21
DOCENTI	GOBBIN ADOLFO

Entriamo nell'affascinante universo di questi preziosi e insostituibili insetti. Scopriamo come si svolge la vita in un alveare. Conosceremo e assaggeremo il prodotto principe che questi incredibili e minuscole creature sono in grado di donarci.

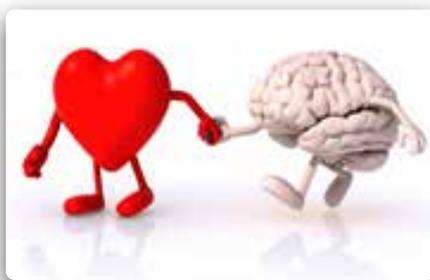


OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG
					4; 11; 18; 25	1; 8	

EMOTIVAMENTE

GIORNO	MERCOLEDÌ
ORA	09:30-11:00
SEDE	San Raffaele
AULA	Biblioteca
CONTRIBUTO	-
MAX STUDENTI	21
DOCENTI	BOGGIO MARZET MARILIA

La parola emozione deriva da “muovere”, inteso sia come movimento fisico che dell’animo. Quando proviamo un’emozione dentro di noi sta avvenendo un movimento che sconfinava dalle nostre sensazioni consuete; la nostra psiche è sottoposta a uno scombussolamento; si ride anche se si è indisposti, si versano lacrime di gioia, avviene tutto e il contrario di tutto.



Tuttavia se gli stati d’animo avessero sempre il sopravvento sarebbe impossibile regolare la propria vita o relazionarsi con le persone in modo costruttivo.

Essere emotivamente intelligenti vuol dire essere in grado di riconoscere le proprie emozioni, senza parlare genericamente di “ansia” o “gioia” o “paura” o “insicurezza” ma avere anche l’abilità di individuare i sintomi che derivano da tali stati d’animo e interiorizzarne la conoscenza così da poterli riconoscere e non restarne travolti quando si manifestano.

NOTA: È richiesta l’iscrizione preventiva.

OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG
			7; 14; 21; 28	4			

MENTE E CUORE: UN LABORATORIO PER VIVERE E SENTIRE CON PRESENZA

GIORNO	MERCOLEDÌ
ORA	09:00-11:00
SEDE	San Raffaele
AULA	Biblioteca
CONTRIBUTO	-
MAX STUDENTI	30
DOCENTI	GIANASSO VALERIA

In un mondo che corre veloce, imparare ad abitare il momento presente con consapevolezza è un dono prezioso.

Questo laboratorio è un invito a rallentare, ad ascoltare se stessi e gli altri con attenzione e gentilezza, per vivere con più pienezza e autenticità.

Attraverso un percorso esperienziale e riflessivo, esploreremo insieme i temi della mindfulness, dell'intelligenza emotiva, delle neuroscienze affettive, dell'ascolto attivo e della comunicazione non violenta.

Alternando momenti teorici, pratiche guidate e condivisioni di gruppo, impareremo a riconoscere le nostre emozioni, a coltivare la presenza mentale e a comunicare in modo empatico e costruttivo.

Non è richiesta alcuna esperienza precedente: solo il desiderio di mettersi in gioco con mente aperta e cuore curioso.

Un laboratorio per chi desidera vivere con più equilibrio, comprendere meglio se stesso e creare relazioni più sane e profonde.



NOTA: È richiesta l'iscrizione preventiva.

OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG
					4; 11; 18; 25		

INGLESE LIVELLO 2 ELEMENTARY

GIORNO	MERCOLEDÌ
ORA	09:30-11:00
SEDE	Castiglione
AULA	Ex Comune
CONTRIBUTO	15 euro
MAX STUDENTI	15
DOCENTI	BASSO BERT SILVIA

Il corso è il naturale proseguimento di quello precedente e prevede:

- ripasso iniziale;
- tempi verbali (past simple, past continuous);
- introduzione al futuro;
- pronomi possessivi;
- phrasal verbs e question tags.

Si prevede di utilizzare vari tipi di fonti allo scopo anche di ampliare il lessico e iniziare semplici dialoghi.



OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG
15; 22; 29	5; 12; 19; 26	3; 10; 17	7; 14; 21; 28	4; 11; 18; 25	4; 11; 18; 25	1; 8; 15; 22; 29	6; 13; 20

DANZE OCCITANE E BALFOLK

GIORNO	MERCOLEDÌ
ORA	21:00-22:30
SEDE	Castiglione
AULA	Salone Polivalente
CONTRIBUTO	10 euro
MAX STUDENTI	60
DOCENTI	PILONE LUCIANO

Le danze popolari fanno parte della nostra cultura e tornano ad aggregare danzatori, giovani e meno giovani, nelle piazze e nelle nostre feste locali.

Il corso è destinato a chi vuole danzare, non per esibirsi, ma per ritrovare gioia, movimento e socialità!

Partendo dai balli dell'Occitania piemontese, a noi più vicina, nucleo portante dei nostri balfolk, aggiungeremo poi danze bretoni, basche, fiamminghe parlando della loro storia ed evoluzione. Senza dimenticare il galateo e le regole di questi balli.

Attendiamo i cavalieri a braccia aperte, ma non badiamo al genere.

L'iscrizione in coppia è gradita, ma noi balliamo: da soli, in coppia, in quattro, in sei, in otto, in gruppo!

Ti aspettiamo!



NOTA: *L'iscrizione in coppia è gradita ma non obbligatoria... ci mancano sempre i cavalieri!*

OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG
15; 22; 29	5; 12; 19; 26	3; 10; 17	7; 14; 21; 28	4; 11; 18; 25	4; 11; 18; 25	1; 8; 15; 22; 29	6; 13; 20

INGLESE LIVELLO 3 PRE-INTERMEDIATE

GIORNO	MERCOLEDÌ
ORA	14:30-16:00
SEDE	San Raffaele
AULA	Biblioteca
CONTRIBUTO	15 euro
MAX STUDENTI	15
DOCENTI	ARNO' GABRIELLA

Approfondimento delle conoscenze acquisite, privilegiando l'apprendimento del lessico e delle abilità comunicative. Si prevede di dare progressivamente più spazio ad attività di scrittura e di parlato.



OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG
15; 22; 29	5; 12; 19; 26	3; 10; 17	7; 14; 21; 28	4; 11; 18; 25	4; 11; 18; 25	1; 8; 15; 22; 29	6; 13; 20

FARFALLE E GIARDINI

GIORNO	MERCOLEDÌ
ORA	15:00-16:30
SEDE	Gassino
AULA	Aula P.C.
CONTRIBUTO	5 euro
MAX STUDENTI	18
DOCENTI	BIMA GIANNI

Per definizione consideriamo le farfalle esseri viventi emblematici della bellezza della natura; ma cosa sappiamo in dettaglio riguardo la loro vita e le loro relazioni con l'ambiente circostante? Sappiamo identificare le principali specie che osserviamo nei nostri giardini?

Nel corso approfondiremo argomenti quali il ciclo vitale (uovo, bruco, crisalide, adulto); la morfologia, i comportamenti ed abitudini, la loro stretta correlazione con il regno vegetale.



Di conseguenza vedremo come una gestione "orientata" del nostro orto e/o giardino può favorirne la diffusione. Analizzeremo inoltre le principali specie ed impareremo a riconoscerle.

OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG
						8; 15; 22; 29	6; 13

CORSO DI ERBORISTERIA

GIORNO	MERCOLEDÌ
ORA	15:00-16:30
SEDE	Sciolze
AULA	Biblioteca piazza Zunino
CONTRIBUTO	5 euro
MAX STUDENTI	15
DOCENTI	CAMILLO ROSA

Un tempo i rimedi a base di erbe e piante facevano parte di quel patrimonio culturale scambiato all'interno della famiglia e tramandato di generazione in generazione.

Successivamente l'uso delle piante venne messo da parte a favore di un crescente clima di fiducia verso la tecnologia e la disponibilità di farmaci di sintesi; negli ultimi anni però i progressi dell'analisi scientifica hanno consentito di isolare le specifiche sostanze attive nelle piante, di identificare parte delle loro proprietà e di utilizzarle.

Molti farmaci, anche di uso comune, hanno alla base complessi derivati dai vegetali. Su queste osservazioni è basato il corso che potrà essere di aiuto nel fornirci le basi per conoscere ed utilizzare le piante, fresche o essiccate, e i loro estratti naturali.



OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG
			7; 14; 21; 28	4; 11; 18; 25	4; 11; 18; 25	1	

INGLESE - CONVERSAZIONE

GIORNO	GIOVEDÌ
ORA	09:30-10:30
SEDE	San Raffaele
AULA	Auletta Biblioteca
CONTRIBUTO	15 euro
MAX STUDENTI	15
DOCENTI	O'NEILL LIZ

Let's talk!

An hour of English conversation where we can talk about anything or everything that interests you.

Participants must have a good level of English as everyone is invited to join the conversation.



OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG
16; 23; 30	6; 13; 20; 27	4; 11; 18	8; 15; 22; 29	5; 12; 19; 26	5; 12; 19; 26	9; 16; 23; 30	7; 14; 21

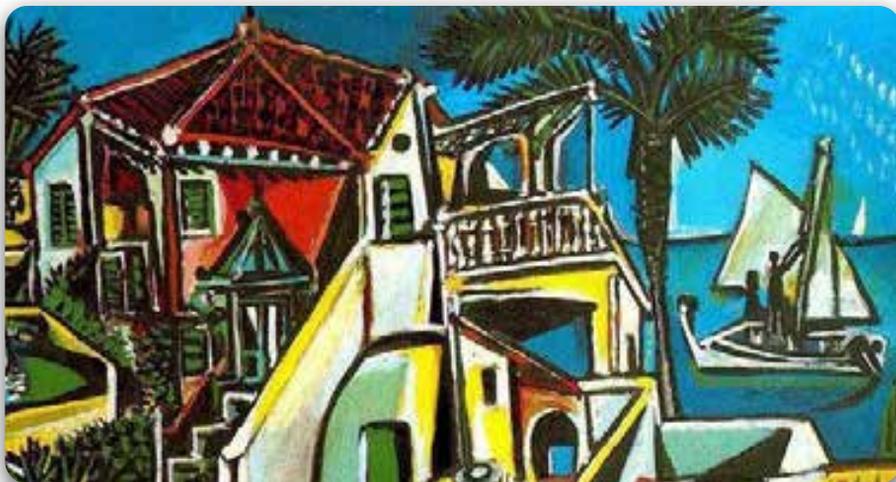
PITTURA: A TUTTOCOLORE

GIORNO	GIOVEDÌ
ORA	17:00-18:30
SEDE	Gassino
AULA	Aula P.C.
CONTRIBUTO	10 euro
MAX STUDENTI	15
DOCENTI	CASASSA MARIA

Ci sono pittori che trasformano il sole in una macchia gialla, ma ci sono altri che con l'aiuto della loro arte e della loro intelligenza, trasformano una macchia gialla nel sole...

P. Picasso

Il corso è indirizzato a tutti coloro che pur non sapendo disegnare vogliono avvicinarsi alla magia del colore, sperimentando tutte le tecniche possibili.



NOTA: Agli iscritti sarà richiesto di provvedere alle spese per l'acquisto di quanto è necessario per l'esecuzione dei lavori.

OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG
16; 23; 30	6; 13; 20; 27	4; 11; 18	8; 15; 22; 29	5; 12; 19; 26	5; 12; 19; 26	9; 16; 23; 30	7; 14; 21

COMPUTER PRATICO

GIORNO	GIOVEDÌ
ORA	09:30-11:00
SEDE	San Raffaele
AULA	Biblioteca
CONTRIBUTO	15 euro
MAX STUDENTI	12
DOCENTI	LEPRONI LUCIANO, CONTRINO ARCANGELA

Corso per persone dotate di personal computer e software Microsoft Office da portare e utilizzare in aula dotata di wi-fi.

Usando Word e fotografie trasferite da smartphone, si proporranno esempi di documenti che i partecipanti al corso dovranno generare sui loro computer.

A seguire si faranno esempi di rapporti di viaggio (scritte + foto), di presentazioni Power Point da vedere su TV, di fotolibri da stampare.



NOTA: *Bisogna disporre di un proprio P.C., dotato di software Microsoft Office, da portare e utilizzare in aula dotata di wi-fi.*

OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG
30	6; 13; 20; 27	4; 11; 18	8; 15; 22; 29	5; 12; 19; 26			

COMPUTER INTERMEDIO (SERALE)

GIORNO	GIOVEDÌ
ORA	21:00-22:30
SEDE	Gassino
AULA	Aula P.C.
CONTRIBUTO	15 euro
MAX STUDENTI	9
DOCENTI	VELARDO PIERLUIGI

Corso per coloro che avendo già acquisito i concetti di base del P.C. desiderano poter ampliare le proprie conoscenze in Word - Excel - PowerPoint e Publisher. Lo faremo con esercizi mirati alla creazione di tabelle elaborate con semplici formule, organizzando trasferimenti di documenti su memorie interne ed esterne (CD-USB-HD).



OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG
16; 23; 30	6; 13; 20; 27	4; 11; 18	8; 15; 22; 29	5; 12; 19; 26	5; 12; 19; 26	9; 16; 23; 30	7; 14; 21

BALLO LISCIO - CORSO BASE

GIORNO	GIOVEDÌ
ORA	21:15-22:30
SEDE	Castiglione
AULA	Palestra Pezzani
CONTRIBUTO	10 euro
MAX STUDENTI	20
DOCENTI	IMPERA SILVANO

Nel corso verrà dato spazio all'apprendimento dei passi base del ballo liscio senza però trascurare il percorso di apprendimento di chi si era già avvicinato a questa disciplina.

Ricordare però: si balla in due e quindi ci si iscrive in due!

Non si accettano iscrizioni singole.



NOTA: All'ingresso della palestra si richiede di cambiare le scarpe. In fase di iscrizione e nella propria fascia d'età, la ballerina iscriverà il ballerino anche se di fascia diversa. Le coppie totali saranno N° 10.

OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG
16; 23; 30	6; 13; 20; 27	4; 11; 18	8; 15; 22; 29	5; 12; 19; 26	5; 12; 19; 26	9; 16; 23; 30	7; 14; 21

CAPIRE LA MUSICA CON IL FLAUTO DOLCE (BASICO/INTERMEDIO)

GIORNO	GIOVEDÌ
ORA	09:15-10:45
SEDE	Castiglione
AULA	Ex Comune
CONTRIBUTO	10 euro
MAX STUDENTI	9
DOCENTI	DE FERRARI GIANFRANCO

Il corso ha lo scopo di avvicinare la comprensione della musica con l'utilizzo attivo del flauto dolce. Con l'impiego di flauti delle quattro taglie principali (soprani, contralti, tenori e bassi) si aprirà l'accesso allo studio di semplici brani polifonici vari e stimolanti, con la soddisfazione del costante miglioramento.

I nuovi partecipanti, anche totalmente

digiuni, troveranno un percorso di facile inserimento che li porterà ben presto ad utilizzare un flauto, da scegliere in una delle quattro misure, ma tutti con diteggiatura barocca, disponibili in versione molto economica.

Per favorire il percorso didattico individuale e l'aggregazione in sottogruppi per fare musica d'insieme, sarà possibile concordare il passaggio da un corso all'altro e l'eventuale partecipazione ad entrambi.



NOTA: Agli iscritti sarà richiesto di provvedere in proprio allo strumento prescelto e concordato con il docente.

OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG
16; 23; 30	6; 13; 20; 27	4; 11; 18	8; 15; 22; 29	5; 12; 19; 26	5; 12; 19; 26	9; 16; 23; 30	7; 14; 21

CAPIRE LA MUSICA CON IL FLAUTO DOLCE (AVANZATO)

GIORNO	GIOVEDÌ
ORA	11:00-12:30
SEDE	Castiglione
AULA	Ex Comune
CONTRIBUTO	10 euro
MAX STUDENTI	9
DOCENTI	DE FERRARI GIANFRANCO

Il corso è dedicato agli allievi degli anni precedenti (ed eventualmente anche di altra provenienza) che abbiano maturato un minimo di tecnica e, soprattutto, le conoscenze e la sensibilità che permettono, senza nessuna necessità di virtuosismo, di fare e comunicare musica con passione.

Con la disponibilità di un immenso repertorio che spazia dalla fine del Medio Evo ad oggi, con particolare ricchezza nei periodi rinascimentale e barocco. E con la possibilità dell'eventuale inserimento, in qualche caso, di strumenti a percussione e tastiera.

Per favorire il percorso didattico individuale e l'aggregazione in sottogruppi per fare musica d'insieme, sarà possibile concordare il passaggio da un corso all'altro e l'eventuale partecipazione ad entrambi.



NOTA: Agli iscritti sarà richiesto di provvedere in proprio allo strumento prescelto e concordato con il docente.

OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG
16; 23; 30	6; 13; 20; 27	4; 11; 18	8; 15; 22; 29	5; 12; 19; 26	5; 12; 19; 26	9; 16; 23; 30	7; 14; 21

CALLIGRAFI NEOFITI

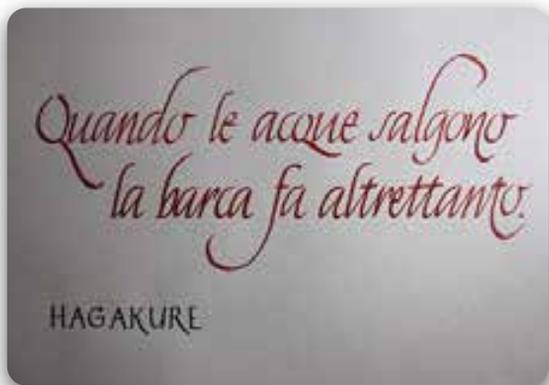
GIORNO	GIOVEDÌ
ORA	14:45-16:45
SEDE	Gassino
AULA	Aula P.C.
CONTRIBUTO	10 euro
MAX STUDENTI	15
DOCENTI	BENINI RENATO

Che senso può avere praticare la calligrafia oggi?

La calligrafia, ovvero l'arte di scrivere bene, contribuisce alla salute di mente e corpo. Può sembrare un'affermazione bizzarra ma ha solide basi scientifiche.

Scrivere a mano ed esercitare la grafia, infatti, attiva zone del cervello fondamentali al nostro benessere, potenziando il linguaggio, il pensiero e la manualità. Inoltre, esercita la pazienza ed aumenta la capacità di concentrazione, rafforzando la memoria e la capacità di controllare ansia e stress.

È una forma di espressione che trasformeremo, nei limiti delle nostre capacità, in arte e scopriremo una disciplina che, a partire dalla Cancelleresca o Italica, attraverso il Gotico, il Corsivo Inglese e l'Onciale, con semplici esercizi, ci permetterà di sviluppare una grafia personale e creativa.



NOTA: Agli iscritti sarà richiesto di provvedere alle spese per l'acquisto di quanto è necessario per l'esecuzione dei lavori.

OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG
16; 30	13; 27	11	8; 22	5; 19	5; 19	16	7; 21

CALLIGRAFI RECIDIVI

GIORNO	GIOVEDÌ
ORA	14:45-16:45
SEDE	Gassino
AULA	Aula P.C.
CONTRIBUTO	10 euro
MAX STUDENTI	15
DOCENTI	BENINI RENATO

Che senso può avere CONTINUARE a praticare la calligrafia oggi?

Il corso è dedicato agli allievi degli anni precedenti che intendono continuare e approfondire i vari stili calligrafici, mantenendo e sviluppando la manualità già acquisita.

Dalla Cancelleresca o Italicò, base di partenza del corso per neofiti, all'Onciale già sviluppati, ci cimenteremo con le scritture gotiche quale la spigolosa Textura, per poi passare all'eleganza del Corsivo Inglese.

Le attività saranno adattate alle competenze del gruppo e non tralasceranno quanto già sviluppato nei corsi precedenti.

*Leave your plastic rodents
at home for a weekend
and rediscover the delights
of a simpler technology.*

NOTA: Agli iscritti sarà richiesto di provvedere alle spese per l'acquisto di quanto è necessario per l'esecuzione dei lavori.

OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG
23	6; 20	4; 18	15; 29	12; 26	12; 26	23	14

SPAGNOLO LIVELLO 2

GIORNO	GIOVEDÌ
ORA	14:30-16:00
SEDE	San Raffaele
AULA	Biblioteca
CONTRIBUTO	15 euro
MAX STUDENTI	15
DOCENTI	AUTINO MARCELLO

Il corso è rivolto a coloro che possiedono una buona conoscenza della lingua spagnola.

Si perfezionerà la grammatica.

Leggeremo e tradurremo autori contemporanei.



OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG
16; 23; 30	6; 13; 20; 27	4; 11; 18	8; 15; 22; 29	5; 12; 19; 26	5; 12; 19; 26	9; 16; 23; 30	7; 14; 21

L'ASTROLOGICO

GIORNO	GIOVEDÌ
ORA	17:30-19:00
SEDE	San Raffaele
AULA	Biblioteca
CONTRIBUTO	5 euro
MAX STUDENTI	30
DOCENTI	TESTAGROSSA ROSARIO

Esiste un tempo per fare le cose ed un tempo per rimandarle.

Corso di Astrologia: nozioni base per principianti e studi avanzati per chi la conosce. La mission è: conoscere meglio se stessi e ricercare un equilibrio con gli altri.



OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG
16; 23	13; 20	11; 18	15; 22; 29	5; 12; 26	12; 19; 26	9; 16	14; 21

FOTOGRAFIAMO ASSIEME

GIORNO	GIOVEDÌ
ORA	15:00-17:00
SEDE	Castiglione
AULA	Ex Comune
CONTRIBUTO	10 euro
MAX STUDENTI	21
DOCENTI	FERRERO ALBERTO, LO SAVIO GIOVANNI

Il corso vuole essere l'occasione per analizzare l'attuale mondo della fotografia digitale confrontandolo con il tradizionale metodo a pellicola per scoprire cosa abbiamo perso e cosa abbiamo guadagnato nel tempo.

Nei nostri appuntamenti quindicinali affronteremo obbligatoriamente un po' di indispensabile teoria, ma soprattutto faremo tanta pratica. Nei primi incontri ci confronteremo con l'aspetto compositivo e creativo della fotografia in modo da migliorare immediatamente il risultato finale, successivamente approfondiremo la tecnica fotografica.

Non è necessario nessun prerequisito.

È caldamente consigliato il possesso di una fotocamera digitale di qualsiasi categoria e prezzo. Sarà possibile usare lo smartphone al posto della macchina fotografica, ma diventerà decisamente più complicato potere mettere in pratica quanto vi verrà suggerito.



OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG
23	6; 20	4; 18	15; 29	12; 26	12; 26	9; 23	7

TEATRO PIEMONTESE

GIORNO	GIOVEDÌ
ORA	20:15-22:30
SEDE	Gassino
AULA	Centro Primo Levi
CONTRIBUTO	5 euro
MAX STUDENTI	15
DOCENTI	MOSCA GABRIELLA

Obiettivo del corso di teatro è mettere in scena, a conclusione dell'anno accademico, un nuovo spettacolo scelto nel vasto repertorio del teatro dialettale.

È importante ricordare che un'attività teatrale, seppur a livello amatoriale, comporta impegno nello studio e, soprattutto, una costante e puntuale partecipazione alle prove.

All'iscrizione sarà necessaria una conoscenza diretta dei nuovi allievi, anche per valutare il numero dei possibili partecipanti. In tal senso per i nuovi iscritti è previsto un colloquio preliminare.



OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG
16; 23; 30	6; 13; 20; 27	4; 11; 18	8; 15; 22; 29	5; 12; 19; 26	5; 12; 19; 26	2; 9; 16; 23; 30	7; 14; 21

IDEE CON IL PANNOLENCI

GIORNO	GIOVEDÌ
ORA	09:30-11:00
SEDE	San Raffaele
AULA	Sala Seniores
CONTRIBUTO	5 euro
MAX STUDENTI	12
DOCENTI	ROLANDO MARIA TERESA

Sono Maria Teresa Rolando, ho cominciato per curiosità a seguire un corso sulla creazione di fiori in pannolenci. In seguito mi sono appassionata a questo hobby e ho creato, seguendo tutorial animati (gufi, elefanti, orsetti ecc.), bamboline, gnomi, lanterne e molti altri oggetti. Mi impegno soprattutto nei periodi di festività quali Natale, Pasqua, nascite e compleanni.



Vuoi provare anche tu a creare con me?

NOTA: Agli iscritti sarà richiesto di provvedere alle spese per l'acquisto di quanto è necessario per l'esecuzione dei lavori.

OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG
16, 23, 30	6, 13, 20, 27	4, 11, 18					

MEDITAZIONE DINAMICA

GIORNO	VENERDÌ
ORA	17:00-18:30
SEDE	Castiglione
AULA	Salone Polivalente
CONTRIBUTO	10 euro
MAX STUDENTI	18
DOCENTI	PETRARCHIN DAMIANA

Verranno sperimentate varie tecniche di Meditazione create da Maestri Orientali ma adatte all'uomo Occidentale. La tecnica è un mezzo che ci aiuta nel raggiungimento di una Mente quieta e più silenziosa. Quindi, prima applichiamo la tecnica e poi... il Dono, la possibilità dello sbocciare della Meditazione "Entrare in contatto con la propria Essenza".

Alcune dirette esperienze che chiariscono e danno Valore al lavoro svolto negli Incontri:

"Se meditare in posizione fissa e silente ti risulta difficile, soprattutto se vivi una vita frenetica, questo tipo di pratica ti permette di usare tutto il corpo, scaricando le tensioni e portando consapevolezza ad ogni parte di te... imparando a lasciare un po' in disparte la Mente".

"Movimento, danza, libertà, connessione con se stessi... puro Benessere."

"Nella Meditazione ci si perde... e ci si ritrova con la gioia nel Cuore".

"La Meditazione mi aiuta a dar voce a quanto c'è di più intimo e profondo dentro di me, regalandomi equilibrio, gioia e serenità".



NOTA: Si consiglia di indossare indumenti comodi e di portare sempre il materassino.

OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG
17; 24; 31	7; 14; 21; 28	5; 12; 19	9; 16; 23; 30	6; 13; 20; 27	6; 13; 20; 27	10; 17; 24	8; 15; 22

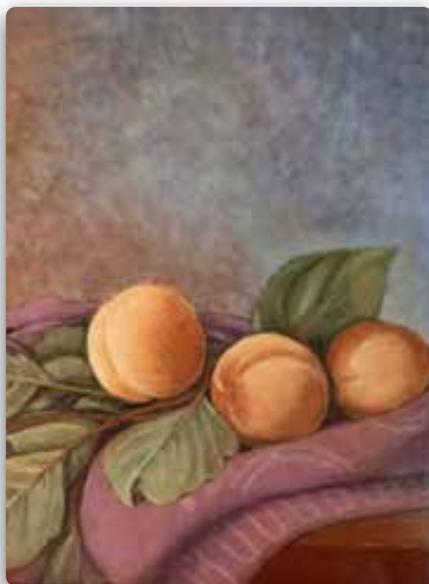
PITTURA SU TAVOLA E STUDIO DEI GRANDI MAESTRI

GIORNO	VENERDÌ
ORA	09:30-11:30
SEDE	Castiglione
AULA	Ex Comune
CONTRIBUTO	10 euro
MAX STUDENTI	12
DOCENTI	PAPA MARIA GRAZIA

Il corso si prefigge di avvicinare i partecipanti alla tecnica delle antiche pitture su tavola (dal XIII secolo) riscoprendo il fascino dei materiali naturali tipici di questo genere pittorico, come il gesso e i pigmenti naturali.

Impareremo la preparazione dei fondi a gesso e colla, realizzeremo dei colori con tuorlo d'uovo e la tecnica della pittura a velatura e infine verniceremo i nostri capolavori.

I soggetti spazieranno dalla pittura sacra alle nature morte e agli ambienti naturali.



NOTA: *Agli iscritti sarà richiesto di provvedere alle spese per l'acquisto di quanto è necessario per l'esecuzione dei lavori.*

OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG
17; 24; 31	7; 14; 21; 28	5; 12; 19	9; 16; 23; 30	6; 13; 20; 27	6; 13; 20; 27	10; 17; 24	8; 15; 22

DISEGNO

GIORNO	VENERDÌ
ORA	15:30-17:30
SEDE	Gassino
AULA	Aula P.C.
CONTRIBUTO	10 euro
MAX STUDENTI	15
DOCENTI	FARINA GIAN PIETRO

Il disegno è il fondamento di tutte le espressioni artistiche ed è una premessa indispensabile teorica e operativa per ogni artista.

Il disegno è la più antica espressione descrittiva dell'uomo dagli albori della civiltà (es. i graffiti).

Disegnare allena l'occhio all'osservazione, al paragone, al giudizio.

Queste sono le prerogative che si prefigge il laboratorio per ottenere, soprattutto con l'uso del carboncino, la capacità di mantenere e modellare le tonalità, la luce e sfumature, conferendo al disegno il migliore risultato visivo.



NOTA: Agli iscritti sarà richiesto di provvedere alle spese per l'acquisto di quanto è necessario per l'esecuzione dei lavori.

OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG
24	7; 21	5; 19	9; 23	6; 20	6; 20	10; 24	8

MACRAMÈ

GIORNO	VENERDÌ
ORA	15:00-17:00
SEDE	Castiglione
AULA	Ex Comune
CONTRIBUTO	10 euro
MAX STUDENTI	15
DOCENTI	OLIVERO GIOVANNA

Dopo aver acquisito le tecniche di base dell'arte del macramè, con nodi semplici e inizio di nodi più complessi, verranno introdotte tecniche più elaborate.

Agli iscritti dei corsi precedenti verrà inoltre proposta un'ulteriore tecnica del pizzo MARGHERETE e CAVANDOLI.

Quest'anno ci proponiamo di realizzare oggetti decorativi e per arredamento.



NOTA: *Agli iscritti sarà richiesto di provvedere alle spese per l'acquisto di quanto è necessario per l'esecuzione dei lavori.*

OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG
17; 24; 31	7; 14; 21; 28	5; 12; 19	9; 16; 23; 30	6; 13; 20; 27	6; 13; 20; 27	10; 17; 24	8; 15; 22

IL SENSO DELLA VITA

GIORNO	VENERDÌ
ORA	15:00-16:30
SEDE	San Raffaele
AULA	Biblioteca
CONTRIBUTO	5 euro
MAX STUDENTI	30
DOCENTI	CARTELLA PIETRO ANDREA

La vita è qualcosa di magico e poco conosciuto anche se tutti ne facciamo esperienza.

Vi sono cose che ci accadono alle quali non sappiamo dare spiegazione ed altre che vorremmo ci accadessero ma non si realizzano mai.

Perché alcune di esse si ripetono senza che le si possano fermare in alcun modo? Perché siamo quelli che siamo? Perché ci sentiamo diversi e separati dagli altri? Che relazioni ci sono tra vita e morte? È vero che la vita non finisce mai ed è sempre un cambiamento continuo ed inaspettato? Quali sono le leggi fondamentali della vita e come governano la nostra esistenza?

Queste sono solo alcune delle domande che affronteremo insieme, il più possibile liberi da preconcetti e convinzioni consolidate, per poter vedere le cose da una diversa ed insolita prospettiva.



OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG
			9; 16; 23; 30	6; 13; 20; 27	6; 13; 20; 27		

LA SCUOLA DI PARIGI: ARTISTI DA TUTTA EUROPA TRA CONFRONTO CON LE AVANGUARDIE ED ESPRESSIVITÀ INDIVIDUALE

GIORNO	VENERDÌ
ORA	15:00-17:00
SEDE	San Raffaele
AULA	Biblioteca
CONTRIBUTO	-
MAX STUDENTI	30
DOCENTI	GOLZIO MIRELLA



All'inizio del XX secolo Parigi continua ad essere la capitale dell'Arte e il centro propulsore della modernità in cui si recano artisti e intellettuali di tutto il mondo alla ricerca di stimoli per la creatività, di una vita lontana dalle convenzioni sociali e della notorietà in campo artistico.

Analizzate negli anni scorsi le avanguardie artistiche nate a Parigi come il Cubismo, il Fauvismo e il Surrealismo, animate da artisti quali Picasso, Braque, Matisse e Dalí, il nostro viaggio continua con la presentazione della "Scuola di Parigi", termine che individua un gruppo eterogeneo di artisti provenienti da tutta Europa che, dall'inizio del secolo alla Seconda guerra mondiale, pur confrontandosi con i protagonisti delle Avanguardie, non aderiscono ai loro programmi e preferiscono una interpretazione personale delle proprie istanze artistiche, spesso legata alla cultura dei Paesi di provenienza.

Artisti come l'italiano Amedeo Modigliani, il russo Marc Chagall, il rumeno Costantin Brancusi, assieme a Chaim Soutine, Maurice Utrillo e Tsuguharu Foujita hanno realizzato opere pittoriche e scultoree sintetiche e creative che influenzeranno generazioni di artisti.

NOTA: È richiesta l'iscrizione preventiva.

OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG
24; 31	7; 14; 21						

BALLO LATINO AMERICANO

GIORNO	VENERDÌ
ORA	21:15-22:45
SEDE	Castiglione
AULA	Palestra Pezzani
CONTRIBUTO	10 euro
MAX STUDENTI	36
DOCENTI	FEMIA ROSA MARIA, VALENDINO SALVATORE

Ci proviamo, eccoci: vi presentiamo i balli latino americani, e quindi Salsa, Bachata, e Merengue.

Senza grosse pretese vi proponiamo un programma di passi base di questi balli di grande popolarità anche grazie al loro essere allegri, musicali, vivaci e sensuali. Divertimento, allegria e compagnia assicurati.



NOTA: All'ingresso della palestra si richiede di cambiare le scarpe. In fase di iscrizione la ballerina iscriverà il ballerino anche se di fascia diversa. Le coppie totali saranno N° 18.

OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG
24	7; 21	5; 19	9; 23	6; 20	6; 20	10; 24	8; 22

CONOSCIAMO MEGLIO GLI ORGANISMI SOVRANAZIONALI

GIORNO	VENERDÌ
ORA	15:00-16:30
SEDE	San Raffaele
AULA	Biblioteca
CONTRIBUTO	-
MAX STUDENTI	30
DOCENTI	DEPAOLI FRANCO

In questi incontri ci prefiggiamo di approfondire la conoscenza dei principali organismi sovranazionali, dei loro diversi organi e competenze.

- ONU, NATO, OCSE: considerazioni generali e rappresentazioni geopolitiche
- ONU e le sue svariate agenzie (FMI, FAO, UNESCO...); storia, ordinamento, competenze, costi
- NATO: storia, competenze, costi
- OCSE: storia, competenze, costi.



NOTA: È richiesta l'iscrizione preventiva.

OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG
						10; 17; 24	15; 22

INTAGLIO LEGNO E BASSORILIEVO

GIORNO	VENERDÌ
ORA	20:45-22:30
SEDE	San Raffaele
AULA	Sala Associazioni
CONTRIBUTO	10 euro
MAX STUDENTI	15
DOCENTI	MATTIO ELIO, BARBERO GIAN LUIGI

Un corso per tutti gli appassionati del legno, principianti e non, che con un coltellino e un po' di tempo vogliono creare piccoli oggetti per la casa (taglieri, scatoline, orologi) oppure desiderano, utilizzando la tecnica del bassorilievo, realizzare piccole sculture seguendo la tradizione e applicando la propria fantasia.



NOTA: Agli iscritti sarà richiesto di provvedere alle spese per l'acquisto di quanto è necessario per l'esecuzione dei lavori.

OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG
17; 24; 31	7; 14; 21; 28	5; 12; 19	9; 16; 23; 30	6; 13; 20; 27	6; 13; 20; 27	10; 17; 24	8; 15; 22

FRANCESE AVANZATO

GIORNO	VENERDÌ
ORA	09:30-11:00
SEDE	Gassino
AULA	Aula P.C.
CONTRIBUTO	15 euro
MAX STUDENTI	15
DOCENTI	GOGGI ADRIANA

Se volete tenervi in esercizio ascoltando e parlando francese, se volete approfondire le vostre conoscenze della lingua, della cultura e della letteratura francese, questo corso fa per voi, perché metterete in gioco le vostre abilità comunicative, anche leggendo un romanzo importante della letteratura francese.



OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG
24	7; 21	5; 19	9; 23	6; 20	6; 20	10; 24	8; 22

IL MONDO INTORNO A NOI **CAPIRE L'ECONOMIA, L'INVESTIMENTO MIGLIORE E CONSAPEVOLE**

GIORNO **VENERDÌ**
ORA **17:00-18:30**
SEDE **San Raffaele**
AULA **Biblioteca**
CONTRIBUTO **5 euro**
MAX STUDENTI **30**
DOCENTI **DI SERIO PIETRO**

Il corso si pone l'obiettivo di affrontare ed approfondire i principi generali per una corretta, sana e consapevole gestione del denaro nel corso della vita. Gli incontri serviranno per capire ed interpretare le notizie che leggiamo sui quotidiani o ascoltiamo dai telegiornali al fine di poter avere una visione oggettiva e razionale della realtà.

- Le banche sono tutte uguali? La gestione del denaro: una questione di scelte consapevoli nel tempo.
- Guadagnare tanto e rischiare poco. È possibile? Come impiegare i risparmi per raggiungere i propri obiettivi.
- Il ballo del mattone (il mercato immobiliare).
- Investi o speculi? Dal gioco d'azzardo alla pianificazione.
- La finanza comportamentale (le regole antipanico).



OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG
			9; 16; 23; 30	6; 13; 20; 27			

BURRACO

GIORNO	VENERDÌ
ORA	20:45-23:00
SEDE	San Raffaele
AULA	Sala Seniores
CONTRIBUTO	5 euro
MAX STUDENTI	21
DOCENTI	GIACOMETTI GIULIANO

Il burraco appare a metà degli anni ottanta e inizia subito a diffondersi su larga scala nel nostro Paese fino ad arrivare ai giorni nostri, dove si registrano più di 250 associazioni con migliaia di iscritti.

Questo gioco con le carte coinvolge e appassiona, allena la mente e favorisce la socializzazione.



OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG
17; 24; 31	7; 14; 21; 28	5; 12; 19	9; 16; 23; 30	6; 13; 20; 27	6; 13; 20; 27	10; 17; 24	8; 15; 22

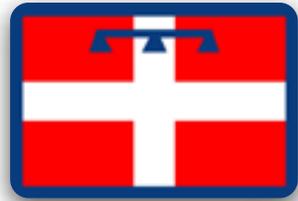
LENGA, PIANTE, BES-CE E MÙSICA DÈL PIEMONTE

GIORNO	VENERDÌ
ORA	16:00-17:30
SEDE	Sciolze
AULA	Salone Comunale
CONTRIBUTO	5 euro
MAX STUDENTI	40
DOCENTI	SACCHERO GIOVANNI

Con leggerezza, ma con fonti rigorose, affronteremo argomenti vari che riguardano il nostro Piemonte.

Lenga e manera dè scrive an Piemontèis. Rèis etimològica e topònim locaj d'anteresse particolar. Nòm dle PIANTE an piemontèis/italian/botànich con proverbi. Nòm dle ERBE an piemontèis/italian/botànich con guida a j'erbe da cheuje e mangé a la Prima.

Nòm dle BES-CE an piemontèis con sò vers e proverbi. Mùsica popolar an Piemont: rasse dè strument musicaj e fabriche ëd semiton an Piemont. Mùsica popolar an Piemont: distribussion geogràfica dij tradission musicaj e dij baj



Saba 28 Mars 2026 a 11 ore dla matin

(da rimandé eventualment ëd na sman-a se a pieuvissa)

"Laboratòri e festa ant ël pra për salutesse: spassigiada a parti dal Pilon dèl Crin për cheuje j'erbe, con colassion e mùsica dal viv."

Coordinament dèl cors Gioanin

Part musical Lorens

Laboratòri Pierin

Colaborator proverbial Francòt e Gabriella

NOTA: *Il corso si concluderà con un laboratorio all'aria aperta.*

OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG
				6; 13; 20; 27	6; 13; 20		

DANCE FOR FUN

GIORNO	SABATO
ORA	15:30-16:30
SEDE	San Raffaele
AULA	Consulta
CONTRIBUTO	10 euro
MAX STUDENTI	18
DOCENTI	PAGLIUCA ANNA MARIA

Tra coreografie di zumba e fitdance, con passi latino-americani e moderni, ci muoveremo con una certa intensità per bruciare calorie, allenare l'apparato cardiovascolare e ridurre le tensioni accumulate in settimana.



NOTA: Si consiglia abbigliamento comodo, scarpe da ginnastica e tappetino.

OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG
18; 25	8; 15; 22; 29	6; 13; 20	10; 17; 24; 31	7; 14; 21; 28	7; 14; 21; 28	11; 18	9; 16

Architetture straordinarie.....	41	Il teatro dialettale piemontese: una storia lunga e prestigiosa.....	24
Balli di gruppo.....	29	Inglese - Conversazione.....	55
Ballo latino americano.....	75	Inglese intermedio a Sciolze.....	32
Ballo liscio - corso base.....	59	Inglese livello 1 principianti.....	26
Ballo liscio corso avanzato.....	40	Inglese livello 2 elementary.....	50
Biodanza avanzato.....	45	Inglese livello 3 pre-intermediate.....	52
Biodanza principianti.....	44	Inglese livello 4 intermediate.....	25
Burraco.....	80	Innovazione domestica e intelligenza artificiale... 10	
Calligrafi neofiti.....	62	Intaglio legno e bassorilievo.....	77
Calligrafi recidivi.....	63	L'Astorologio.....	65
Canto Corale.....	8	La Scuola di Parigi: Artisti da tutta Europa tra confronto con le Avanguardie ed espressività individuale.....	74
Capire l'economia, l'investimento migliore e consapevole.....	79	Latino: la lingua madre di molti europei.....	18
Capire la musica con il Flauto Dolce (basico/intermedio).....	60	Le Api: come un fiore diventa miele.....	47
Capire la musica con il Flauto Dolce (avanzato).....	61	Lenga, Piante, Bes-ce e Mùsica dël Piemont.....	81
Chimica quotidiana.....	12	Macramè.....	72
Computer intermedio (corso base di Excel).....	11	Meditazione dinamica.....	69
Computer intermedio (serale).....	58	Mente e cuore: un laboratorio per vivere e sentire con presenza.....	49
Computer pratico.....	57	Origami.....	35
Computer pratico a Sciolze.....	13	Pirografia.....	14
Conosciamo meglio gli organismi sovrannazionali.....	76	Pittura su ceramica.....	23
Corso di erboristeria.....	54	Pittura su tavola e studio dei grandi maestri.....	70
Creazioni di filo.....	46	Pittura: a tuttocolore.....	56
Cucina pratica di autunno e primavera.....	36	Primi passi nella post produzione fotografica.....	37
Dance for fun.....	82	Qi Gong principianti.....	22
Danze occitane e Balfolk.....	51	Ricamo creativo.....	34
Decorazioni di seta.....	9	Smartphone... cosa devi sapere! (Ottobre).....	16
Dentro il quadro.....	42	Smartphone... cosa devi sapere! (Febbraio).....	17
Disegno.....	71	Spagnolo conversazione.....	31
Emotivamente.....	48	Spagnolo livello 1.....	30
English audio reading.....	27	Spagnolo livello 2.....	64
Farfalle e giardini.....	53	Spagnolo livello 3.....	21
Fotografiamo assieme.....	66	Storia e storie del martedì.....	38
Francese - letture e chiacchiere.....	20	Teatro piemontese.....	67
Francese avanzato.....	78	Tedesco base.....	19
Ginnastica respiratoria.....	28	Tedesco intermedio.....	15
Idee con il pannolenci.....	68	Yoga.....	33
Il fascino del paesaggio all'acquerello.....	43		
Il senso della vita.....	73		

SEDI CORSI



SAN RAFFAELE ref.: Giuliano GIACOMETTI	<ul style="list-style-type: none">• Aula biblioteca• Centro Seniores• Sala Associazioni• Sala della Consulta• Saletta della Biblioteca	Via Ferrarese, 19 Via Ferrarese, 30 Via Ferrarese, 16 Via Ferrarese, 16 Via Ferrarese, 19
CASTIGLIONE ref.: Gabriella MOSCA	<ul style="list-style-type: none">• Aula ex-Municipio• Salone Polivalente• Palestra Pezzani	Piazza IV Novembre Via IV Novembre, 7 Via IV novembre, 9
GASSINO ref.: Giancarlo BERTA	<ul style="list-style-type: none">• Centro Culturale Primo Levi• Scuola E. Savio Aula P.C.• Scuola E. Savio Aula Pittura	Via Don C. Ferrero, 3 Via Bussolino, 3 Via Bussolino, 3
SCIOLZE ref.: Ginevra ROSTAGNO	<ul style="list-style-type: none">• Aula biblioteca• Salone Comunale• Cucina parrocchiale	Piazza Zunino Via Roma, 2 Piazza Sismonda, 1

IL NOSTRO SITO



www.unitresanraffaele.it

Consultate il nostro sito
per essere **aggiornati**
su tutte le nostre attività!



*Un gesto gratuito
e di valore!*

CODICE FISCALE

91011570016

Dal 1996
tante occasioni per attività culturali e sociali,
interessanti e coinvolgenti,
per un impiego utile e intelligente
del tempo libero.

“*Si è giovani fino a quando
si ha voglia di imparare*”

Orario segreteria

Martedì - Mercoledì - Giovedì - Venerdì
dalle 15 alle 17

Telefono: 3349216592
(orario segreteria)

E-mail: sanraffaelecimena@unitre.net

www.unitresanraffaele.it