

ANNO ACCADEMICO  
2025/26

# UNIVERSITÀ 2000

Educazione e Formazione Permanente

Fondata nel 1996 con il Lions Club Cassina de' Pecchi - Naviglio Martesana



*Scuola di Atene - Autoritratto di Raffaello Sanzio*



Comune  
**Cassina de' Pecchi**  
Città Metropolitana di Milano



Con la collaborazione  
**Lions Club**  
Cassina de' Pecchi e Vignate

## UNI 2000, un successo che si ripete di anno in anno

*Carissime concittadine e carissimi concittadini cassinesi, sono orgogliosa di poter presentare anche quest'anno i corsi dell'Università 2000, una realtà che tutti i Comuni del circondario ci invidiano per ricchezza formativa e numeri di partecipazione. Lo scorso anno le persone coinvolte in questa splendida esperienza sono state ben 250 fra docenti, corsisti e volontari. Molti degli iscritti erano provenienti dai paesi limitrofi a Cassina, e il loro numero è in aumento rispetto agli anni precedenti. Ciò significa che l'alto standard di qualità dei nostri corsi viene riconosciuto anche altrove, tant'è che residenti non cassinesi sono disposti a spostarsi pur di seguire le lezioni dei nostri docenti. Fra le offerte più gettonate della scorsa edizione non possiamo non citare il corso di inglese, quello di storia dell'arte, medicina, psicologia, diritto e quello sull'alimentazione; come pure ottimo riscontro di pubblico hanno ottenuto alcuni seminari, ad esempio quello sulle truffe con la collaborazione dei Carabinieri; o il laboratorio di teatro che ha poi portato alla riuscitissima rappresentazione al cine-teatro Monica Vitti per la chiusura dell'Anno Accademico. Insomma, una vivacità che da anni caratterizza l'offerta formativa proposta dalla nostra Amministrazione comunale in collaborazione con il Lions Club Cassina-Vignate e con l'impareggiabile impegno dell'Università 2000 che mette in campo risorse umane ed eccellenze intellettuali davvero di prim'ordine. Grazie agli sponsor e a tutti coloro che si sono spesi per questo progetto di collaborazione tra il pubblico e il mondo del volontariato. Buon Anno Accademico a tutti i docenti e agli iscritti: sono certa che sarà un grande successo anche questa volta!*



Il Sindaco  
**Elisa Balconi**

## **“Il sapere non ha età: è sempre il tempo giusto per nutrire la mente e illuminare il cuore”**

*Care amiche, cari amici,*

*è per me un grande onore e un'emozione profonda, in qualità di Presidente del Lions Club di Cassina de' Pecchi e Vignate, poter dare avvio insieme a voi a questo nuovo Anno Accademico dell'Università 2000. In questa occasione, ci ritroviamo non solo per inaugurare un ciclo di corsi e incontri, ma per celebrare un ideale che ci è caro: l'educazione come viaggio continuo, come dono e come diritto che non si esaurisce mai.*

*Viviamo in tempi che mutano rapidamente, e spesso si rischia di perdere il valore della riflessione, della cultura condivisa, dell'incontro intergenerazionale. L'Università 2000 rappresenta invece un baluardo di umanità e di intelligenza collettiva. È un luogo dove il sapere non si consuma ma si rigenera, dove le esperienze maturate incontrano la curiosità e la voglia di scoprire ancora, dove ogni lezione è una finestra aperta sul mondo e su noi stessi.*

*Il Lions Club crede fortemente in questa missione. Servire la comunità significa anche coltivare la mente e il cuore delle persone, valorizzando ogni età della vita*

*come una stagione preziosa. Promuovere la cultura, sostenere il dialogo, offrire opportunità di crescita personale e sociale: questi sono i semi che, anno dopo anno, piantiamo insieme grazie alla vostra partecipazione entusiasta e alla competenza dei nostri relatori e docenti.*

*Il programma di quest'anno si preannuncia ricco, stimolante, capace di spaziare tra discipline umanistiche e scientifiche, tra arte, storia, benessere, attualità e approfondimenti spirituali. Ma soprattutto sarà, come sempre, uno spazio di relazione, perché imparare insieme significa anche costruire legami, comunità, senso di appartenenza.*

*A nome del Lions Club di Cassina de' Pecchi e Vignate, desidero esprimere un ringraziamento sincero a chi rende possibile tutto questo: ai collaboratori, agli insegnanti, ai volontari e a voi, care e cari partecipanti, che con il vostro entusiasmo e la vostra presenza testimoniate quanto la cultura possa essere viva, attuale e necessaria.*

*Che sia dunque un anno fecondo, ricco di stimoli, di bellezza e di crescita per tutti.*

*Con amicizia e stima,*



**Prof. Barbaro Antonio Pontoriero**

Presidente Lions Club Cassina de' Pecchi e Vignate

# REGOLAMENTO

## NORME PER L'ISCRIZIONE E LA FREQUENZA A UNIVERSITA' 2000

► **Sede:** Spazio Cultura Giuseppe Verdi - Piazza Europa, 16/A - Cassina de' Pecchi

► **Inizio corsi Anno Accademico 2025 - 2026:** 1 ottobre 2025

► **Iscrizioni e Pagamento quote:** dal **15 settembre 2025** e durante tutto l'anno accademico attraverso SPORTELLO TELEMATICO POLIFUNZIONALE Comune di Cassina de' Pecchi:

1. Partecipare all'Università 2000 Educazione e Formazione Permanente

2. Consulta la piattaforma dedicata

3. Entra con Spid

Per accedere alla piattaforma è necessario essere in possesso delle credenziali SPID o della carta d'identità elettronica.

**Si consiglia di scaricare e attivare sul cellulare le relative applicazioni.**

E' possibile avere supporto dai volontari della segreteria di Università 2000, in orario dalle ore 15.00 alle ore 18.00 - dal lunedì al venerdì - tel. 02.95440909 – presso i locali comunali Spazio Cultura G. Verdi di Piazza Europa n. 16/A.

Per motivi amministrativi e organizzativi, si informa che non sarà possibile ottenere rimborsi in caso di rinuncia all'iscrizione a corsi già avviati. È possibile annullare l'iscrizione a corsi e/o laboratori non ancora iniziati, inviando una comunicazione almeno una settimana prima della data di inizio del corso, al seguente indirizzo: universita2000@comune.cassinadepecchi.mi.it.

Si precisa inoltre che non è consentito cambiare corso durante il periodo di frequenza.

Le quote danno diritto a frequentare fino ad un massimo di 5 corsi (oppure 4 corsi e 1 laboratorio) e tutti i seminari, da scegliere al momento dell'iscrizione.

**Quota aggiuntiva di € 18,00** per la frequenza ad ogni corso o laboratorio eccedente il numero stabilito.

È inoltre possibile partecipare esclusivamente ad uno o più seminari versando la quota di € 18,00 per ciascun **seminario per i quali non è previsto il pagamento della tariffa annua.**

► **Quota d'iscrizione annuale valida per l'anno accademico Ottobre 2025 - Maggio 2026:**

**Residenti € 100,00 QUOTA ANNUALE**

**Tariffa aggiuntiva di € 35,00** per la frequenza ad ogni modulo di lingue straniere in orario pomeridiano e serale

**Non residenti € 110,00 QUOTA ANNUALE**

**Tariffa aggiuntiva di € 45,00** per la frequenza ad ogni modulo di lingue straniere in orario pomeridiano e serale.

► Le iscrizioni sono aperte a tutti coloro che abbiano compiuto 18 anni di età.

► Non è richiesto alcun titolo di studio.

► Per i laboratori e per i corsi di lingua straniera in orario serale e pomeridiano è prevista una frequenza limitata (come indicato per ciascun corso o laboratorio).

**I corsi verranno sospesi durante i seguenti periodi:**

Lunedì 8 dicembre 2025

Dal 23 dicembre 2025 al 6 gennaio 2026

Da venerdì 3 aprile a martedì 7 aprile 2026

Venerdì 24 aprile 2026

Venerdì 1° maggio 2026

**Immacolata Concezione**

**Sospensione festività natalizia**

**Sospensione festività pasquale**

**Sospensione**

**Festa del Lavoro**

**Per informazioni:**

**Ufficio Politiche Sociali**

P.zza De Gasperi, 1

Tel. 0295440217 - 222

**Apertura al pubblico:**

lunedì e mercoledì: h. 8.45/12.15 e 16.30/18.00

venerdì: h. 8.45/12.15

**Segreteria Università 2000**

Spazio Cultura G. Verdi - P.zza Europa, 16/A

Tel. 0295440909

e-mail: universita2000@comune.cassinadepecchi.mi.it

**Apertura segreteria:**

da lunedì al venerdì: h. 15.00/18.00

# INDICE

| <b>I CORSI</b>                                                | <b>Docenti</b>                                                | <b>pagine</b> |
|---------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------|---------------|
| ▶ Alimentazione e Salute                                      | Specialisti vari                                              | 6             |
| ▶ Astrologia                                                  | Thomas Molteni                                                | 7             |
| ▶ Diritto                                                     | Specialisti vari                                              | 8             |
| ▶ Filosofia                                                   | Specialisti vari                                              | 9-10          |
| ▶ La conquista del West                                       | Fortunato Taddei                                              | 11            |
| ▶ La Prima Guerra di Indipendenza                             | Armando semplice                                              | 12            |
| ▶ Lingua francese - base pomeridiano                          | Angelita Boracchia                                            | 13            |
| ▶ Lingua francese - intermedio pomeridiano                    | Angelita Boracchia                                            | 13            |
| ▶ Lingua inglese - base pomeridiano                           | Cristina Orsi                                                 | 14            |
| ▶ Lingua inglese - intermedio pomeridiano                     | Cristina Orsi                                                 | 14            |
| ▶ Lingua inglese - conversazione serale                       | Laura Ardizzone                                               | 15            |
| ▶ Lingua spagnola - base serale                               | Paola Gamberoni                                               | 16            |
| ▶ Lingua spagnola - intermedio serale                         | Paola Gamberoni                                               | 16            |
| ▶ Medicina                                                    | Specialisti vari                                              | 17-18         |
| ▶ Pensare l'Intelligenza Artificiale                          | Giulia Celi                                                   | 19            |
| ▶ Psicologia                                                  | Specialisti vari                                              | 20            |
| ▶ Risparmio: vita e finanza                                   | Giuseppe Ronzoni                                              | 21            |
| ▶ Storia dell'arte                                            | Chiara Villa                                                  | 22            |
| ▶ Viaggi nella storia                                         | Enrico Ferri                                                  | 23            |
| <b>I LABORATORI</b>                                           | <b>Docenti</b>                                                | <b>pagine</b> |
| ▶ Burraco                                                     | Alessandro Piantanida                                         | 24            |
| ▶ Come migliorare il benessere con lo shiatsu                 | Nicola Nardone                                                | 25            |
| ▶ Creativo                                                    | Maria Teresa Pistone                                          | 26            |
| ▶ Disegno                                                     | Anna Maria Iadarola                                           | 27            |
| ▶ Il gioco degli scacchi per principianti                     | Alessandro Trebbi                                             | 28            |
| ▶ Informatica 1° Livello                                      | Alessandro Piantanida                                         | 29            |
| ▶ Informatica 2° Livello                                      | Alessandro Piantanida                                         | 30            |
| ▶ Laboratorio di pratiche teatrali                            | Alessandro Bellinato                                          | 31            |
| ▶ Pilates matwork                                             | Camilla Ricciardi                                             | 32            |
| ▶ Pittura ad olio                                             | Marisa Lamona                                                 | 33            |
| ▶ Restauro mobili                                             | Felice Di Bari                                                | 34            |
| ▶ Riflessologia e Cromoterapia auricolare                     | Teresa Scarpino                                               | 35            |
| ▶ Sartoria                                                    | Alessandra Caffi                                              | 36            |
| ▶ Scrittura creativa                                          | Tiziana Passio                                                | 37            |
| ▶ Scultura su legno                                           | Pardo Malorni                                                 | 38            |
| ▶ Tango Argentino                                             | Mauro Biasion e Rossana Perego                                | 39            |
| ▶ Tecniche di Decoupage                                       | Patrizia Benvenuto                                            | 40            |
| <b>I SEMINARI</b>                                             | <b>GLI ISCRITTI POSSONO PARTECIPARE A QUALSIASI SEMINARIO</b> | <b>pagine</b> |
| ▶ Angeli tra noi. Incontri per ascoltare le ali dell'anima    | Barbaro Pontoriero                                            | 41            |
| ▶ Angelo, amplifica emozioni                                  | L. Tonion, I. Fumagalli, N. Leali                             | 42            |
| ▶ "Antonio fa caldo" ... e altre storie roventi               | Marino Contardo                                               | 43            |
| ▶ Come si usa il defibrillatore - P.A.D.                      | Istruttori Croce Bianca Cassina de' Pecchi                    | 44            |
| ▶ Dalle calende a internet                                    | Giorgio Rugari                                                | 45            |
| ▶ Home Staging                                                | Manuela Dondo                                                 | 46            |
| ▶ I mesi e le stagioni nella storia dell'arte                 | Maria Ludovica Mondino                                        | 47            |
| ▶ Il cammino del Nord                                         | Fortunato Taddei                                              | 48            |
| ▶ Il linguaggio segreto dei numeri: arte, filosofia e scienza | Teresa Scarpino                                               | 49            |
| ▶ Impariamo a invecchiare in modo attivo e sereno             | Doriana Marangoni                                             | 50            |
| ▶ La Costituzione Italiana                                    | F. Lenzerini e G. Locurcio                                    | 51            |
| ▶ La via d'acqua tra Lecco e Milano: il Naviglio Piccolo      | Sandro Medei                                                  | 52            |
| ▶ Le assicurazioni                                            | Curzio Ricci                                                  | 53            |
| ▶ Matematica: numeri segreti e numeri nascosti                | Silvia Cantamessa                                             | 54            |
| ▶ Nuoto che passione                                          | Bruno De Luca                                                 | 55            |
| ▶ Previsioni astrologiche                                     | Thomas Molteni                                                | 56            |
| ▶ Scuole di scrittura creativa                                | Alfio Squillaci                                               | 57            |
| ▶ Truffe nelle loro diverse manifestazioni                    | CAP. F. Berloni, LGT. D. Leone                                | 58            |
| <b>EVENTI</b>                                                 |                                                               | <b>pagine</b> |
| ▶ <b>Calendario dei Corsi - Laboratori - Seminari</b>         |                                                               | 59-69         |
| ▶ Inaugurazione anno accademico 2025 - 2026                   |                                                               | 70            |
| ▶ Chiusura anno accademico 2025 - 2026                        |                                                               | 70            |



*Una corretta alimentazione è fondamentale per prevenire malattie e mantenere il benessere fisico e mentale. Mangiare in modo sano contribuisce a rafforzare il sistema immunitario, regolare il peso corporeo e ridurre il rischio di alcune patologie croniche.*

**Docente: Theodora Maria Panni**, *Biologa nutrizionista. Master in Biologia della Nutrizione per la riproduzione umana*

- Igiene in cucina, sai quali errori fai?
- Fegato e alimentazione, come sostenere la salute di questo prezioso organo

**Mercoledì (n. 2 incontri) 19 e 26 Novembre 2025 ore 15.00 - 16.30**



**Docente: Antonella Carini**, *Master in Perfezionamento Nutrizione e Benessere presso l'Università di Milano, con Master internazionale in Nutrizione e Coaching Nutrizionale. Svolge attività divulgativa con articoli, libri, convegni. Il suo mantra è "Costruire il benessere". Si occupa di formazione in vari campi: corretta alimentazione dei ragazzi, degli sportivi, mantenimento del corretto peso forma, qualità dei cibi, depurazione naturale, attivazione al movimento fisico.*

- Le diete pazzе, quelle di moda, quelle ragionate: conosciamole tutte
- I cibi medicina: alimenti speciali per una saggezza che viene da lontano
- Focus sui cibi ultra processati: quali sono e perché fanno male
- Differenze tra donna e uomo: universi diversi. Cibo, composizione corporea, stati emotivi

**lunedì (n. 4 incontri) dal 23 febbraio al 16 marzo 2026 ore 17.00 - 18.30**

*L'astrologia è una disciplina estremamente complessa e affascinante, che ci permette di indagare noi stessi, gli altri e il mondo che ci circonda e ci consente di affrontare le criticità della vita con un nuovo strumento conoscitivo.*



**Docente: Thomas Molteni,** Laureato in lettere con indirizzo storico, astrologo e ricercatore astrologico

Cos'è l'astrologia? Di certo non è l'oroscopo che leggete sui giornali o che ascoltate alla radio o vedete in televisione. Non è magia o mitologia, bensì una materia basata su calcoli matematici relativi al movimento della terra, della Luna del Sole e degli altri pianeti. È una disciplina che ha più di 5000 anni e che si è sviluppata ed evoluta grazie alle osservazioni e agli scritti di migliaia di studiosi di tutte le epoche. Re, Papi e Imperatori conoscevano l'astrologia e alla luce delle nuove scoperte astronomiche degli ultimi secoli, la disciplina è divenuta sempre più precisa e puntuale. Conoscere noi stessi e raggiungere gli scopi che ci prefiggiamo nella vita, capire come le nostre debolezze possano essere reindirizzate diventando nostri punti di forza. Comprendere i nostri genitori, figli, fratelli, fidanzati/e, mogli, mariti, colleghi, amici e il nostro e il loro modo di amare, di lavorare, di lottare e di vivere le relazioni. Faremo un viaggio nelle simbologie zodiacali che influenzano la nostra vita e gli eventi sul nostro pianeta, esplorando e studiando le complessità di un tema natale. Analizzeremo i segni, i pianeti e le case che lo compongono, e le simbologie che per millenni si sono legate alla ricerca astrologica in diverse civiltà.

## Calendario delle lezioni:

**giovedì (n. 10 incontri)**  
**dal 2 ottobre al 4 dicembre 2025**  
**ore 20.30 - 22.00**



*Attraverso leggi e normative, il diritto stabilisce principi di giustizia, equità e legalità, permettendo la regolazione dei conflitti e la tutela dei diritti fondamentali all'interno della società.*

**Docenti:** **Enrico Di Bello**, *Avvocato*  
**Marta Di Bello**, *Avvocato*

- Il rapporto giuridico
- Responsabilità e risarcimento del danno del matrimonio contratto "per prova"
- Procreazione medicalmente assistita
- I fenomeni di violenza nei confronti dei professionisti sanitari
- Connessione ad Internet con uso della linea telefonica altrui
- Cyberbullismo, odio in rete e diffamazione.

**giovedì (n. 6 incontri) dal 5 febbraio al 12 marzo 2026 ore 17.00 - 18.30**



**Docente:** **Francesco Lenzerini**, *Avvocato tributarista, Presidente Confedilizia Martesana*  
*Con la collaborazione di un rappresentante delle Forze dell'Ordine*

- Codice del consumo
- Come mettere a reddito il proprio immobile: la locazione abitativa
- Diritto tributario
- Diritto condominiale
- La compravendita immobiliare
- Le successioni patrimoniali

**martedì (n. 6 incontri) dal 31 marzo al 5 maggio 2026 ore 17.00 - 18.30**



## RIFLESSIONI SULLA LIBERTÀ

*Esplorazioni del concetto di libertà attraverso la storia e le concezioni di filosofi e scrittori.*

**Docente: Silvia Ronzani**, psicologa, laureata in filosofia

La libertà dell'uomo è una tematica che percorre tutto il pensiero filosofico occidentale. Ma che cosa è la libertà? Esiste veramente? E se esiste, dov'è? Considereremo le riflessioni e le risposte a questo quesito sia dal punto di vista soggettivo per come concepiamo il mondo e noi stessi nel mondo; che dal punto di vista intersoggettivo per come ci relazioniamo con gli altri.

**martedì (n. 2 incontri) 3 e 10 marzo 2026 ore 17.00 - 18.30**



## I PADRI DELLA PSICANALISI: FREUD, JUNG, ADELER

**Docente: Bruno Belletti**, dirigente scolastico, già docente di storia e filosofia, formatore in corsi per docenti

L'esplorazione dell'inconscio, la rivelazione di motivazioni, desideri e tensioni nascoste influenzano e a volte determinano emozioni, comportamenti e reazioni. Lo studio e l'approfondimento dei conflitti inconsci permette di cogliere e sciogliere, nella misura del possibile, nodi insoluti che causano disagio psicologico e malessere esistenziale. Nel seminario proposto si cercherà di analizzare alcuni nuclei tematici essenziali.

**giovedì (n. 4 incontri) dal 9 al 30 aprile 2026 ore 17.00 - 18.30**



## POESIA E SENSO DELLA VITA

**Docente: Barbaro Pontoriero**, laureato in filosofia. Coach spirituale ed esperto di rimedi naturali. Da anni si dedica alla spiritualità ed ai percorsi interiori.

Viaggio introspettivo tra versi, emozioni e scoperta di sé. *"Ogni parola può diventare un seme. Ogni poesia può diventare una strada. Il nostro corso completo è un viaggio in otto tappe, ciascuna legata a un grande tema dell'esistenza: nascita, ferita, amore, solitudine, speranza, senso, tempo, morte. Attraverseremo i versi dei più grandi poeti come fari nel buio, ma soprattutto scopriremo la nostra voce. La poesia può guarire. La poesia può illuminare. La poesia sei tu. Unisciti a questo cammino d'anima."*

L'obiettivo è condurre i partecipanti a riflettere sul senso della propria esistenza attraverso l'ascolto, la scrittura e l'analisi di testi poetici significativi. Introdurre i fondamenti della poesia terapia e suscitare il desiderio di proseguire con un percorso più articolato.

- ▶ La poesia come specchio dell'anima *"parole che ascoltano: la poesia come sguardo interiore"*

Introduzione alla poesia come via di conoscenza.

Lettura e ascolto guidato di brani poetici sul tema del senso della vita:

- ▶ Ungaretti – *"San Martino del Carso"*: la perdita e la memoria come parte dell'essere.
- ▶ Rilke – *"Lettere a un giovane poeta"*: l'invito ad abitare le domande.
- ▶ Tagore – *"Dove l'anima non ha paura"*: la libertà e la verità come orizzonti.

Esperienza guidata:

- ▶ Meditazione poetica: i partecipanti chiudono gli occhi, ascoltano un testo letto con musica in sottofondo e annotano le emozioni che emergono.
- ▶ Esercizio: *Scrivi una poesia-breve in 3 versi* che descriva ciò che ti dà senso oggi.

Focus teorico:

- ▶ Cos'è la poesia terapia: storia, principi e applicazioni.
- ▶ La poesia come atto simbolico e terapeutico: trasformare il dolore in forma.
- ▶ Il verso come via di guarigione e senso "verso il centro: trovare senso nelle parole perdute"

Lettura e commento condiviso di testi poetici sul tema della ricerca esistenziale:

Etty Hillesum - *"Il mio cuore pensa"*: spiritualità e consapevolezza.

Emily Dickinson - *"Hope is the thing with feathers"*: la speranza come compagna.

Khalil Gibran - *"Il profeta"* (sul dolore e sullo scopo).

Esperienza guidata:

- ▶ Laboratorio di scrittura emozionale: *"La mia parola mancante"* – ciascuno sceglie una parola chiave (es. senso, buio, amore, perdono) e scrive un testo poetico da condividere.
- ▶ Cerchio di lettura consapevole: ogni partecipante legge il proprio testo e riceve ascolto senza giudizio.

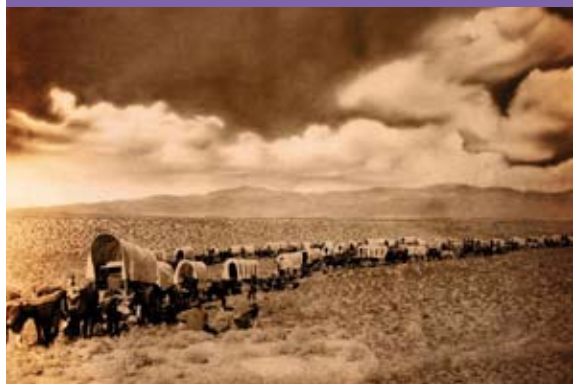
Focus teorico:

- ▶ I benefici della poesia terapia nella crescita personale e spirituale.

Le poesie come mappe interiori che aiutano a rileggere il proprio passato, trasformare la sofferenza e rafforzare la resilienza

**martedì (n. 2 incontri) 5 e 12 maggio 2026 ore 15.00 - 16.30**

*La Conquista del West (in inglese The Conquest of the West) è un periodo storico degli Stati Uniti che si estende tra l'inizio del XIX secolo e la fine dell'Ottocento, in cui i coloni europei-americani si spinsero verso ovest, occupando territori abitati da popolazioni indigene.*



**Docente: Fortunato Taddei,** *appassionato di storia e geografia*

Nel corso si parlerà dei primi tentativi di esplorazione del Nord America da parte degli spagnoli per continuare con le immigrazioni europee del 1800.

Verranno trattati vari argomenti a partire dalla caccia dei castori con i Trappers e delle prime esplorazioni all'interno oltre le praterie americane.

Si passerà a descrivere l'inizio della espansione verso Ovest dei coloni oltre il Mississippi con la scoperta dell'oro, della costruzione delle carovaniere, del Pony Express e delle ferrovie.

Verranno trattate succintamente le guerre indiane e di secessione con l'acquisizione dei territori delle pianure centrali.

La fine dei bisonti e la conseguente emarginazione dei nativi nelle riserve.

Si parlerà della nascita dei Saloon, del pistolero, delle prostitute, dell'invenzione dei mulini vento e del filo spinato.

## Calendario delle lezioni:

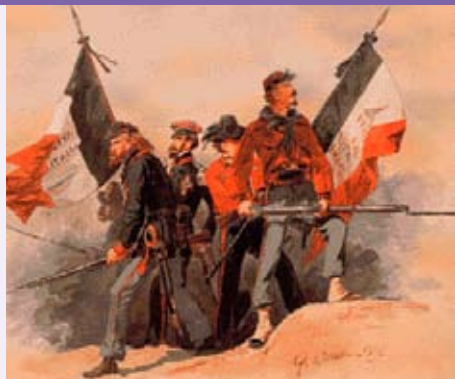
**mercoledì (n. 6 incontri)**

**dal 1° ottobre al 5 novembre 2025**

**ore 15.00 - 16.30**

# I CORSI

## LA PRIMA GUERRA DI INDIPENDENZA Dopo le 5 Giornate di Milano



**Docente**

**Armando Semplice**

*Appassionato di cultura milanese*

La Prima Guerra di Indipendenza Italiana si svolse tra il 1848 e il 1849 e fu il primo tentativo militare del Regno di Sardegna, guidato da Carlo Alberto di Savoia, di liberare l'Italia settentrionale dal dominio austriaco.

Dopo le Cinque Giornate di Milano (18-22 marzo 1848), in cui i milanesi riuscirono a cacciare gli austriaci dalla città, il Regno di Sardegna, guidato da Carlo Alberto, entrò in guerra contro l'Impero Austriaco per sostenere l'insurrezione e liberare la Lombardia.

Così iniziò la Prima Guerra di Indipendenza Italiana. All'inizio, l'esercito sardo ebbe alcuni successi, ma l'arrivo delle truppe austriache guidate dal generale Radetzky cambiò le sorti del conflitto. Le truppe piemontesi furono sconfitte nella battaglia di Custoza (luglio 1848) e, dopo una breve tregua, definitivamente a Novara (marzo 1849).

A seguito della sconfitta, Carlo Alberto abdicò in favore del figlio Vittorio Emanuele II. La guerra si concluse con la restaurazione del dominio austriaco nel Nord Italia, ma lasciò vivo il desiderio di unità nazionale.

### Calendario delle lezioni:

**lunedì (n. 6 incontri)**

**dal 3 novembre al 15 dicembre 2025**

**ore 17.00 - 18.30**

## Docente

**Angelita Boracchia**

*Laureata in lingue e letterature straniere  
presso Università di Pisa*



### Base pomeridiano

Il corso verterà su un insegnamento di tipo comunicativo, deduttivo e in parte induttivo. Le lezioni saranno tenute in lingua francese, interamente, in modo da far abituare alla fonetica, al funzionamento della lingua e all'uso autonomo delle strutture grammaticali, sintattiche e un uso corretto del lessico. Al metodo comunicativo sarà affiancato un metodo comparativo, che permette di acquisire conoscenze approfondite della lingua e degli aspetti strutturali e funzionali. Il metodo comparativo permette di sviluppare in modo autonomo la consapevolezza linguistica.

Obiettivi comunicativi: presentarsi, parlare di sé, saper interagire in situazioni semplici della vita quotidiana. Saper utilizzare con correttezza tutti gli elementi fonetici di base; utilizzare propriamente il lessico, identificandone il significato e riconoscendo le differenze lessicali. Identificare elementi nello spazio e saper utilizzare correttamente elementi linguistici temporali; intervenire in situazioni comunicative semplici, leggere in modo autonomo testi di varia natura, semplici o di media difficoltà, comunque guidati secondo la metodologia francese.

Obiettivi strutturali e strettamente linguistici: conoscere le forme base del sintagma nominale e verbale. Comprensione orale, scritta; produzione orale e scritta. A tal proposito verranno proposte attività organizzate dal Centre Culturel Français di Milano e verrà offerta la possibilità di assistere a spettacoli teatrali adeguati al livello linguistico dei discenti stessi.

**Libro di testo: C'EST FORMIDABLE Volume 1 di Patricia Sapone e Antonio Simeone (corso per débutants)**  
edizioni il Capitello - ISBN 9788842677253

**Calendario corso Base pomeridiano: mercoledì (n. 28 incontri) dal 1° ottobre 2025 al 22 aprile 2026 ore 15.00 - 16.30**

### Intermedio pomeridiano

Il corso ha come obiettivo generale la conoscenza e l'uso autonomo delle strutture morfo-sintattiche grammaticali della lingua francese a livello intermedio (B1-B2) secondo il Quadro di Riferimento Europeo attualmente in uso. L'approccio è comunicativo e di iniziale verifica delle conoscenze del singolo discente. Questo permetterà di sviluppare un approccio individualizzato e di organizzare in modo organico le attività, che avranno una sequenza logica e rivolta alla crescita linguistica graduale ed efficace. L'approccio comunicativo ed il metodo comparativo permetteranno di sviluppare le abilità linguistiche legate soprattutto a contesti autentici, a situazioni del quotidiano articolate e permetteranno di sviluppare la capacità individuale di esprimersi al meglio.

Particolare attenzione sarà data al completamento del percorso grammaticale per acquisire una buona abilità di costruzione e rielaborazione della sintassi, sia all'orale che allo scritto. La lettura e il commento, la conseguente discussione di gruppo, daranno la possibilità di acquisire sicurezza e scioltezza nell'uso delle strutture linguistiche e di acquisire una buona competenza sia nella comprensione che nella produzione.

Strumenti: video, film integrali, lettura di testi e/o libri integrali, dossiers di argomenti vari preparati dalla docente.

Civiltà: l'approccio a testi e documenti autentici tipici dell'educazione civica permetteranno di sviluppare contesti di realtà linguistica e concettuale adatta ad un livello intermedio (B1- B2).

Gli utenti saranno coinvolti in attività programmate dal Centre Culturel Français di Milano, adeguate al livello linguistico degli stessi. Verrà anche proposta la partecipazione a spettacoli teatrali del Théâtre Erasmus.

**Libro di testo: C'EST FORMIDABLE Volume 2 di Patricia Sapone e Antonio Simeone (corso per Intermédiaires)**  
edizioni il Capitello - ISBN 9788842677260

**Calendario corso Intermedio pomeridiano: mercoledì (n. 28 incontri) dal 1° ottobre 2025 al 22 aprile 2026 - ore 17.00 - 18.30**

Per le iscrizioni a eventuali uscite, si prega cortesemente di rivolgersi direttamente al docente di riferimento.

Attivazione dei corsi con un numero minimo di 15 partecipanti e un massimo di 25.

Per ogni modulo di lingua straniera, oltre alla quota di iscrizione annuale, è previsto il pagamento di una quota aggiuntiva per i **residenti di €35,00** e per i **non residenti di €45,00**.



**Docente**

**Orsi Cristina**

*Laureata in lingue e letterature straniere presso  
Università degli Studi di Milano*

## **Base pomeridiano**

Durante la lezione il focus principale è sulla parte comunicativa della lingua. Seguiremo un programma che si basa sui livelli di riferimento della Comunità Europea, ma adattandoli al gruppo e agli interessi del singolo studente. Le attività proposte saranno stimolanti e pratiche per permettere subito di comunicare anche con una conoscenza base della lingua.

La lezione di inglese diventa anche un modo per socializzare e migliorare le proprie capacità comunicative. Mettersi alla prova con lo studio di una nuova lingua aiuta ad aprire la mente e a conoscere culture diverse, a fare nuove amicizie, grazie ad un ambiente famigliare e stimolante.

**Contenuto:** basi di grammatica; vocabolario base per la vita quotidiana (cibo, vestiti, parti del corpo, la casa, ecc.); alfabeto e spelling; numeri e date; pronuncia (base, i più diffusi errori di pronuncia e suggerimenti per migliorarla); il plurale; saluti e presentazioni; fare domande e rispondere a domande; richiesta di informazioni; composizione di frasi semplici.

**Obiettivi:** imparare le basi della grammatica inglese; sviluppare le capacità di parlare; leggere; scrivere e ascoltare in inglese; migliorare la conoscenza del vocabolario inglese; comunicare e socializzare utilizzando la lingua inglese.

**Libro di testo:** Speakout Starter - Student's book and DVD-ROM Pack - 2nd edition - Pearson - ISBN 129211598X

**Calendario corso Base pomeridiano: venerdì (n. 28 incontri) dal 3 ottobre 2025 al 15 maggio 2026 ore 15.00 - 16.30**

## **Intermedio pomeridiano**

Durante la lezione il focus principale è sulla parte comunicativa della lingua. Seguiremo un programma che si basa sui livelli di riferimento della Comunità Europea, ma adattandoli al gruppo e agli interessi del singolo studente. Le attività proposte saranno stimolanti e aiuteranno ad ampliare il proprio vocabolario per riuscire a parlare in tutte le situazioni.

La lezione di inglese diventa anche un modo per socializzare e migliorare le proprie capacità comunicative. Mettersi alla prova con lo studio di una nuova lingua aiuta ad aprire la mente e a conoscere culture diverse, a fare nuove amicizie, grazie ad un ambiente famigliare e stimolante.

**Contenuto:** grammatica presente, passato, futuro; vocabolario intermedio (preposizioni, la città, le professioni, ecc.); pronuncia (intermedio, le vocali lunghe e corte, omofoni e distinzione di suoni simili, la schwa); presentarsi; esprimere opinioni; descrivere persone o luoghi; comparativo.

**Obiettivi:** imparare nuove strutture grammaticali (passato, presente, futuro); migliorare la capacità di parlare, leggere, scrivere e ascoltare in inglese; imparare nuovi vocaboli e utilizzarli in diversi contesti; imparare a comunicare in situazioni quotidiane e lavorative in inglese.

**Libro di testo:** Speak-out Pre-Intermediate 2nd Edition - Flexi Coursebook 1 - Pearson - Antonia Clare - JJ Williams - Damian Williams - ISBN 978-1292149332

**Calendario corso Intermedio pomeridiano: giovedì (n. 28 incontri) dal 2 ottobre 2025 al 23 aprile 2026 ore 15.00 - 16.30**

Attivazione dei corsi con un numero minimo di 15 partecipanti e un massimo di 25.

Per ogni modulo di lingua straniera, oltre alla quota di iscrizione annuale, è previsto il pagamento di una quota aggiuntiva per i **residenti di € 35,00** e per i **non residenti di € 45,00**.

## Docente

**Laura Maria Ardizzone**

*Laureata in lingue e letterature straniere moderne presso Università Cattolica Sacro Cuore di Milano*



## Conversazione serale

Il corso è rivolto a chi possiede già una discreta conoscenza della lingua. Le lezioni si svolgeranno prevalentemente in lingua inglese, con qualche intervento in italiano per spiegare meglio strutture grammaticali particolarmente complesse, o dove richiesto dagli studenti.

Lo scopo del corso è di permettere agli iscritti di comprendere una conversazione in inglese e interagire in modo consapevole con persone anglofone, sia nell'ambito lavorativo, sia in quello ricreativo (viaggi all'estero, visione di film in lingua, ecc.)

Verrà quindi data molta importanza alla capacità di utilizzare le conoscenze, il lessico e le funzioni nelle quattro abilità: comprensione scritta e orale, produzione scritta e orale.

La conversazione prende spunto sia da esperienze personali che da attività proposte dal libro, ricco di testi e argomenti stimolanti. Il libro in adozione offre anche una vasta possibilità di attività online, che possono essere svolte a casa e aumentano l'offerta del corso.

**Libro di testo: Panoramic - B1 Student book & workbook. Casa editrice Oxford University Press, cod ISBN – 13 978-0194064705**

**Calendario: corso conversazione serale: giovedì (n. 28 incontri) dal 2 ottobre 2025 al 23 aprile 2026 ore 20.30 - 22.00**

Attivazione del corso con un numero minimo di 15 partecipanti e un massimo di 25.

Per la frequenza al corso è previsto, oltre alla quota di iscrizione annuale, per i residenti il pagamento della quota aggiuntiva di €35,00 e per i non residenti il pagamento della quota aggiuntiva di € 45,00.



**Docente**

**Paola Francesca Gamberoni**

*Laureata in Lingue e Letterature Straniere presso  
l'Università degli Studi di Milano*

## **Base - serale**

Il corso di lingua spagnola base è rivolto a tutti coloro che, essendo principianti assoluti, desiderano avvicinarsi ai fondamenti della lingua e della cultura spagnola. Il percorso si prefigge di far raggiungere ai partecipanti una competenza linguistica che consenta loro un uso indipendente della lingua in semplici situazioni comunicative. Le attività proposte, di taglio comunicativo, consentiranno ai partecipanti di sviluppare le proprie capacità linguistiche (espressione orale, lettura, ascolto e comprensione), mettendo in pratica le nozioni grammaticali e lessicali acquisite.

**Il libro di testo verrà consigliato dalla docente.**

**Calendario corso Base serale: lunedì (n. 28 incontri) dal 6 ottobre 2025 all'11 maggio 2026 ore 20.30 - 22.00**

## **Intermedio - serale**

Il corso di lingua spagnola intermedio è rivolto a tutti coloro che hanno già una conoscenza di base della lingua spagnola e desiderano migliorare la competenza linguistica raggiunta. Al termine del corso i partecipanti disporranno di sufficienti elementi linguistici per descrivere situazioni imprevedibili, o per spiegare i punti principali di un'idea o un problema con ragionevole precisione e per esprimere pensieri su argomenti astratti o culturali. Saranno inoltre in grado di comprendere i punti chiave di testi standard relativi alla sfera quotidiana, lavorativa e dell'attualità; di descrivere esperienze, avvenimenti, sogni e speranze; di spiegare brevemente le proprie opinioni su argomenti di interesse personale.

**Il libro di testo verrà consigliato dalla docente.**

**Calendario corso Intermedio serale: martedì (n. 28 incontri) dal 7 ottobre 2025 al 5 maggio 2026 ore 20.30 - 22.00**

Attivazione dei corsi con un numero minimo di 15 partecipanti e un massimo di 25.

Per ogni modulo di lingua straniera, oltre alla quota di iscrizione annuale, è previsto il pagamento di una quota aggiuntiva per i **residenti di € 35,00** e per i **non residenti di € 45,00**.

*La medicina è la scienza che studia il corpo umano, le malattie e i metodi per prevenirle, diagnosticarle e curarle. Ha l'obiettivo di preservare e migliorare la salute delle persone attraverso la ricerca, le terapie e la promozione del benessere fisico e mentale.*



**Docente: Marco Zignani,** *Fisioterapista ed Osteopata*

- ▶ Colonna cervicale: anatomia, biomeccanica e problematiche più frequenti
- ▶ Colonna dorsale: anatomia, biomeccanica e problematiche più frequenti
- ▶ Colonna lombare: anatomia, biomeccanica e problematiche più frequenti
- ▶ Parte pratica: esercizi per la colonna cervicale, dorsale e lombare

**martedì (n. 4 incontri) dal 7 al 28 ottobre 2025 ore 15.00 - 16.30**



**Docente: Giulia Martina Bassi,** *Infermiera presso reparto di Terapia Intensiva Neurochirurgica*

- ▶ Chi è l'infermiere? Miti e leggende
- ▶ La Terapia Intensiva Neurochirurgica: è davvero un mondo così sconosciuto?
- ▶ Cenni delle principali patologie neurologiche
- ▶ DAT (Disposizioni Anticipate di Trattamento) e Donazione degli organi
- ▶ L'arresto cardiaco: cosa succede dietro le porte del pronto soccorso

**martedì (n. 4 incontri) 18 - 25 novembre - 2-9 dicembre 2025 ore 15.00 - 16.30**



**Docente: Alessandro Bellinato,** *Specialista in malattie del fegato e del ricambio*

- ▶ Introduzione al Pronto Soccorso

**giovedì (n. 2 incontri) 20 e 27 novembre 2025 ore 17.00 - 18.30**



**Docente: Roberto Genoni,** *Medico di medicina generale, sessuologo clinico, analista comportamentale, esperto in psicoterapia breve strategica*

- ▶ Tutti i falsi miti della medicina estetica
- ▶ Le malattie psicosomatiche...tra fantasia e realtà
- ▶ Gastrite e reflusso gastroesofageo
- ▶ Emozioni tra uomo e animali...siamo così diversi?
- ▶ La psicoterapia breve strategica: la cura degli attacchi di panico

**martedì (n. 5 incontri) 13 - 20 - 27 gennaio 2026 e 10 e 24 febbraio 2026 ore 17.00 - 18.30**

**Docente:** **Luciano Isa**, *Specialista in Oncologia, Ematologia Clinica e di Laboratorio, Medicina Interna*

- I tumori rari, problematiche diagnostiche e successi terapeutici

**martedì (n. 1 incontro) 17 marzo 2026 ore 17.00 - 18.30**



**Docente:** **Angela Azzurra Lariccia**, *Pedagogista*

Incontri dedicati ai nonni, figure davvero preziose nella vita dei bambini

**Il ruolo affettivo ed educativo dei nonni oggi**

- Come cambia la relazione tra generazioni
- Il valore della presenza senza sovrapporsi ai genitori
- Stili educativi e come trovare equilibrio

**Strumenti pratici per sostenere i bambini e i genitori**

- Ascolto empatico, emozioni e bisogni dei bambini
- Conflitti quotidiani: come gestirli con gentilezza e fermezza
- Come essere una risorsa educativa nel rispetto dei ruoli

**martedì (n. 2 incontri) 21 e 28 aprile 2026 ore 15.00 - 16.30**



**Docente:** **Giuseppe Alfredo Iannocci**, *Ph.D., Presidente Assomensana*

- Allenare la mente: se non la usi la perdi
- Smemoratezze e dimenticanze: come evitarle

**mercoledì (n. 2 incontri) 29 aprile e 6 maggio 2026 ore 17.00 - 18.30**



**Docente:** **Mario Olivieri**, *Medico*

**Ecologia dentro e fuori di noi, conosciamo meglio i nostri coinquilini invisibili che ci aiutano a stare bene**

- Cosa intendiamo per prebiotici, probiotici e post biotici?
- Come interagiscono con noi e noi con loro?

Faremo qualche esempio pratico.

**giovedì (n. 2 incontri) 30 aprile e 7 maggio 2026 ore 15.00 - 16.30**



# PENSARE L'INTELLIGENZA ARTIFICIALE: UNA RIFLESSIONE TRA TECNICA, FILOSOFIA E FUTURO

*L'intelligenza artificiale (IA) è un ramo dell'informatica che sviluppa sistemi capaci di svolgere compiti che richiedono intelligenza umana, come apprendere, ragionare, riconoscere immagini o comprendere il linguaggio. Viene utilizzata in molti settori, dalla medicina alla finanza, per migliorare efficienza, analisi e automazione.*

**Docente: Giulia Celi**, sales manager. Laurea in informatica e laurea in filosofia

L'intelligenza artificiale non è un'invenzione recente, eppure è oggi che la sua presenza si fa insistentemente sentire nel dibattito pubblico, nella vita quotidiana e nelle scelte politiche ed economiche. Questo seminario propone un viaggio critico e trasversale nell'universo dell'IA: dalle sue origini concettuali e storiche alle sue molteplici declinazioni attuali, fino alle domande aperte sul nostro futuro.

Attraverso una riflessione che intreccia filosofia, letteratura e tecnologia, non cercheremo risposte assolute né formuleremo giudizi definitivi, ma proveremo a costruire insieme un linguaggio e una consapevolezza. L'obiettivo non è dire cosa sia giusto o sbagliato, ma offrire strumenti per abitare con lucidità e responsabilità un tempo in cui le macchine sembrano pensare e gli umani rischiano di smettere di farlo.



## I CORSI

### Calendario delle lezioni:

**giovedì: (n. 6 incontri)**  
**dal 2 ottobre al 6 novembre 2025**  
**ore 17.00 - 18.30**

*È la disciplina che si occupa di comprendere e spiegare i meccanismi alla base dell'esperienza umana. Studia come le persone percepiscono il mondo, prendono decisioni, si relazionano con gli altri e affrontano emozioni e difficoltà.*



## L'ABC DELL'ANSIA

**Docente: Barbara Meroni**, *psicologa, psicoterapeuta gestaltica, con formazione nella mindfulness per la riduzione dello stress*

Tre appuntamenti per riconoscere, comprendere e imparare a gestire l'ansia.

L'ansia è uno dei disturbi più diffusi nella nostra società; si tende per lo più a cercare di debellarla ma senza comprenderne la radice e i suoi meccanismi può risultare difficile.

Durante i tre incontri aperti a tutti cercheremo di comprenderla meglio e capire in che modo inconsapevolmente la alimentiamo e come e cosa può aiutarci a gestirla. Verranno proposte alcune tecniche e alcuni esercizi funzionali ad una miglior gestione della stessa e ogni partecipante è libero di sperimentarle o meno.

**Calendario delle lezioni: lunedì (n. 3 incontri) 17 e 24 novembre - 1° dicembre 2025 ore 15.00 - 16.30**



## LA CADUCITÀ E IL FIORE: l'attraversamento di perdite e lutti durante il viaggio della vita

**Docente: Chiara Mauri**, *psicologa, psicoterapeuta individuale e di gruppo. Socia ordinaria e docente dell'Istituto Italiano di Psicoanalisi di Gruppo e Segretario Scientifico del Centro Ricerche Psicoanalitiche di Gruppo di Milano.*

*Da anni lavoro nell'ambito delle Cure Palliative presso l'Associazione Il Mantello (ASST Lariana, Hospice - Unità Cure Palliative Domiciliari - Ambulatorio di Cure Palliative - Mariano Comense, Como) e l'Associazione Oncologica di MultiMedica (presso l'IRCCS MultiMedica di Sesto San Giovanni) nell'ambito della clinica e della formazione.*

L'incontro prenderà avvio dai concetti di caducità e lutto proposti da Freud e dalla psicoanalisi.

L'obiettivo è di affrontare ed approfondire il tema della perdita nelle nostre vite ed i percorsi e processi psichici di elaborazione.

Attraverseremo alcuni concetti chiave trasversali al tema della perdita: il limite, i riti, la nostalgia, la narrazione.

Approfondiremo la connessione tra legami e perdite in relazione alla nostra quotidianità.

**Calendario delle lezioni: venerdì (n. 2 incontri) 9 e 16 gennaio 2026 ore 17.00 - 18.30**

*Una buona educazione finanziaria aiuta a pianificare le spese, investire con consapevolezza e prendere decisioni che migliorano il benessere personale e familiare nel tempo.*



**Docente: Giuseppe Ronzoni,** *Educatore finanziario*

Il corso si prefigge di trattare il tema della gestione del risparmio di famiglia cercando di cogliere la complessità del tema. La tematica verrà trattata considerando due aspetti.

Il primo ha a che fare con il contesto e la vita. Risparmiare e gestire il risparmio richiede prima di tutto un pensiero sulla propria vita, quella della propria famiglia e del contesto socio-storico-economico in cui ci si colloca.

Il secondo aspetto che verrà trattato riguarda gli strumenti messi a disposizione da quella cosa che chiamiamo "finanza" che altro non è che l'insieme dei dispositivi tecnici, giuridici e commerciali che consentono il passaggio di denaro da prestatori a prenditori in prestito. La finanza non crea ricchezza, la sposta, vedremo in che modo la finanza può essere uno strumento a disposizione dei risparmiatori.

- ▶ Il contesto socioeconomico e il risparmio: impatti sulla vita delle persone
- ▶ Dal progetto di vita alla pianificazione finanziaria. Le aree di bisogno
- ▶ Le emergenze e gli strumenti per affrontarle
- ▶ Gli obiettivi di investimento e i rischi che ci possono mangiare i risparmi
- ▶ Strumenti finanziari, prodotti finanziari e servizi di investimento. Struttura e costi

## Calendario delle lezioni:

**venerdì: (n. 5 incontri)**

**dal 30 gennaio al 27 febbraio 2026**

**ore 16.30 - 18.30**



**Docente**

**Chiara Villa,**

*laureata in Storia e Critica dell'Arte  
e in Scienze dei Beni Culturali*

Meno lineare e più interdisciplinare, il programma spazia oltre i confini della storia dell'arte solitamente ancorata a una visione pittorico-centrica. Un programma che si apre alla relazione e contaminazione con altre discipline: scultura, architettura, archeologia industriale, Street art, design e museografia.

Un percorso dal Seicento al contemporaneo, a grandi balzi nella storia dell'arte e con due focus dedicati ad alcune delle figure femminili che hanno segnato la storia dell'arte contemporanea, non solo artiste ma anche direttrici di musei e restauratrici.

Le visite ci porteranno a scoprire i segreti del "primo teatro al mondo" La Scala, un capolavoro del neoclassicismo in architettura e a percorrere con occhi nuovi le vie della "città che sale" con un itinerario dedicato ai grattacieli di Porta Nuova a Milano.

- ▶ Il Seicento d'Oltralpe: tra Vermeer e Rembrandt
- ▶ Il Settecento in laguna tra vedutismo e sfondati: Canaletto e Tiepolo
- ▶ L'Ottocento tra realismo e impressionismo: da Courbet a Monet
- ▶ **Visita: Il Museo teatrale alla Scala**
- ▶ L'Art Nouveau e Antoni Gaudì
- ▶ Archeologia industriale: Il villaggio di Crespi d'Adda
- ▶ Amedeo Modigliani e la scuola di Parigi
- ▶ La scultura nella prima metà del Novecento
- ▶ La scultura nella seconda metà del Novecento
- ▶ Arte guerra e regime: da Guernica all'arte degenerata
- ▶ **Focus: un patrimonio da salvare. Monument's women**
- ▶ **Visita: I moderni grattacieli del quartiere Porta Nuova a Milano**
- ▶ **Focus: la mano delle artiste: da Frida Kahlo a Marina Abramovic**
- ▶ Il Graffitiismo, la Street art e Banksy
- ▶ Bruno Munari: tra arte e design

Per le iscrizioni alle gite o alle visite ai musei, si prega cortesemente di rivolgersi direttamente al docente di riferimento.

## Calendario delle lezioni:

**lunedì: (n. 15 incontri)**

**dal 12 gennaio al 27 aprile 2026**

**ore 15.00 - 17.00**

# VIAGGI NELLA STORIA: Tracce di civiltà nel Mediterraneo

## I CORSI

*Spunti e considerazioni alla scoperta dell'arte,  
della storia e del paesaggio.*



**Docente: ENRICO FERRI**, *appassionato di storia e arte antica*

- La Terza Venezia: le isole della Laguna fra storia e natura
- La Quarta Venezia: fra i mari Adriatico, Jonio ed Egeo cercando le tracce della Serenissima
- Quattro Giorni a Napoli: una grande capitale europea troppo spesso dimenticata
- Quattro Giorni a Palermo: il luogo dove nell'anno 1000 si parlava greco, latino, arabo ed ebraico
- Un'altra Grecia: fra i monasteri secolari di Meteora e i tesori incredibili di Salonicco

## Calendario delle lezioni:

**mercoledì: (n. 5 incontri)**  
**dal 18 marzo al 15 aprile 2026**  
**ore 15.00 - 16.30**

# I LABORATORI



## BURRACO

*Il burraco è un gioco di carte che si gioca con due mazzi di carte italiane o francesi. Si può giocare in due o quattro o più persone, organizzati in coppie. L'obiettivo è formare delle combinazioni di carte, dette "burraco", composte da sequenze o gruppi dello stesso valore. Vince chi accumula più punti chiudendo la partita con successo. È un gioco che combina strategia, abilità e fortuna.*

**Docente**

**Alessandro Piantanida**

*Appassionato del gioco del burraco*

Il burraco è un gioco di carte della famiglia della pinnacola, nato probabilmente in Uruguay intorno al 1940 e diffusosi in Italia intorno al 1980.

La facilità dell'apprendimento, la semplice strategia di gioco, la velocità di esecuzione, la possibilità di giocare, oltre che in quattro, anche in due, tre, cinque e pure sei giocatori con piccole modifiche delle regole, ne fanno il gioco ideale per ritrovarsi tra amici per una partitina ed una chiacchierata.

Oltre alla partita casalinga, è possibile partecipare a tornei di tutti i livelli, anche nazionali, organizzati dalla Fibur (Federazione Italiana Burraco) ed altre associazioni.

*LABORATORIO max 24 partecipanti*

## Calendario delle lezioni

**lunedì (n. 7 incontri)**

**dal 23 marzo all' 11 maggio 2026**

**ore 17.00 - 18.30**

# COME MIGLIORARE IL BENESSERE CON LO SHIATSU

*Laboratorio Teorico-Pratico di Tecniche Pratiche di Riattivazione Energetica*

## Docenti

### Nicola Nardone

*operatore di Shiatsu - Scuola di Shiatsu Himawari, Monza*

Lo Shiatsu è una antica disciplina giapponese che attraverso pressioni effettuate principalmente con pollici (digito-pressione) e palmi, stimola il corpo e permette il miglioramento della circolazione energetica in tutto il corpo.

Migliorare la circolazione energetica in tutto il corpo, significa ottenere come risultato una diminuzione della maggior parte degli stati dolorosi che ci accompagnano quotidianamente.

Le tecniche Shiatsu vengono praticate tradizionalmente a terra su "Futon" a persone di qualsiasi età, ma per semplicità di esecuzione e un miglior apprendimento nel breve tempo a disposizione del laboratorio, le sessioni di questo laboratorio Shiatsu saranno effettuate usando le normali sedie presenti nei locali dove ci incontreremo.

La "sedia" nella sua semplicità è uno strumento più che sufficiente per applicare tutte le tecniche Shiatsu che verranno spiegate.

Le persone che parteciperanno al laboratorio impareranno a utilizzare le tecniche su se-stessi ma anche si alterneranno nel ruolo di operatore e di ricevente utilizzando la sedia come strumento per il trattamento.

Questo laboratorio offre una opportunità unica per tutti i partecipanti, perché potranno usufruire da subito dei frutti che una RiAttivazione energetica e migliorare da subito il proprio senso di benessere.

A completamento delle tecniche Shiatsu, verranno inseriti dei suggerimenti e degli esercizi complementari allo Shiatsu come ulteriore strumento per il miglioramento del proprio benessere.

Tutte le sessioni di laboratorio lasceranno sempre spazio ai partecipanti per domande e risposte su come i più comuni malesseri possono essere trattati con tecniche Shiatsu e tecniche complementari, con la possibilità di apprendere e sperimentare direttamente determinate soluzioni.

Buon Shiatsu e buona vita a tutti!

*A tutti i partecipanti è consigliato indossare indumenti comodi e portare un asciugamano o un materassino.*

**LABORATORIO max 25 partecipanti**

## Calendario delle lezioni

**venerdì (n. 8 incontri)**

**dal 6 marzo al 15 maggio 2026**

**ore 18.30 - 20.00**

# I LABORATORI





**Docente**

**Maria Teresa Pistone**

*appassionata all'attività artistica - manuale*

Il laboratorio di maglieria è un ambiente stimolante, dedicato alla creazione di capi d'abbigliamento o accessori tramite l'arte della maglieria, ossia la lavorazione dei fili per ottenere tessuti tramite il processo di intreccio o lavorazione a maglia. Questi laboratori sono spesso spazi creativi dove le persone apprendono e perfezionano le tecniche di lavorazione a maglia. E' anche un luogo di condivisione creativa, sia principianti che esperti, si scambiano idee, suggerimenti e tecniche.

Obiettivi del laboratorio di maglieria:

- ▶ Apprendimento delle tecniche base e avanzate per la creazione di capi di maglia.
- ▶ Promozione dell'uso di materiali naturali e sostenibili: molti laboratori di maglieria oggi pongono particolare attenzione alla scelta di materiali eco-friendly.

Attività principali del laboratorio di maglieria:

- ▶ Si insegna come utilizzare i ferri da maglia per creare diversi tipi di maglia, come il punto legaccio, il punto riso, il punto coste, ecc. I partecipanti imparano a fare maglie base, aumenti, diminuzioni e a lavorare in tondo, a seconda delle necessità.
- ▶ Oltre alla parte tecnica, un laboratorio di maglieria spesso include attività di progettazione. Si studiano anche le tendenze della moda e si esplorano diverse combinazioni di colori e materiali.
- ▶ I partecipanti al laboratorio possono lavorare con una varietà di filati, come lana, cotone, seta, acrilico e materiali più innovativi come filati metallici o eco-friendly.
- ▶ Una volta che il capo di maglieria è stato completato, si impara anche come rifinirlo, cucirlo, e dargli la forma desiderata. Questo può includere la realizzazione di cuciture, l'aggiunta di bottoni, cerniere, o decorazioni.

*Il materiale sarà a carico dei partecipanti e verrà consigliato dalla docente.*

*Alla chiusura dell'Anno Accademico verranno esposti i lavori eseguiti durante il laboratorio.*

## Calendario delle lezioni:

**venerdì (n. 12 incontri)**

**dal 3 ottobre al 19 dicembre 2025**

**ore 16.45 - 18.30**



*"L'arte scuote dall'anima la polvere accumulata nella vita di tutti i giorni". Pablo Picasso*

**Docente:** **Anna Iadarola**, maturità artistica, diploma accademico, qualifica professionale in catalogazione dei beni culturali presso la Soprintendenza di Pisa. Crea l'Associazione Didattico Culturale Formativa Civica Scuola d'Arte a Binasco (Mi) di cui è Presidente fino al 2009 quando dà vita ai Laboratori d'Arte e Teatro LARTEA. È tuttora impegnata in progettazione di percorsi didattici e laboratori creativi rivolti a partecipanti di varie fasce d'età, facilitando l'apprendimento del linguaggio visivo e lo sviluppo di fantasia e intuizione creativa. Ha partecipato a diverse Collettive e Personali.

Il laboratorio è rivolto a chiunque voglia imparare e conoscere questa disciplina, facendo esperienza della trasformazione che lo sguardo può subire per mezzo del processo creativo, imparando a cercare nella quotidianità nuove impressioni.

Il livello Base è aperto a tutti, anche principianti. Sono previste lezioni sul disegno a mano libera e le sue tecniche (chiaroscuro e sfumatura), osservazione e studio dell'oggetto e dello spazio, costruzione di una composizione, il concetto di colore, lettura delle opere d'arte.

Contenuti del laboratorio:

- ▶ Conoscere i materiali, gli strumenti e i procedimenti tecnici
- ▶ Conoscere e utilizzare le potenzialità del disegno
- ▶ Superare gli stereotipi rappresentativi
- ▶ La capacità d'interpretare e rielaborare i contenuti appresi in modo creativo e personale
- ▶ Acquisire competenze di comprensione rispetto alle opere degli artisti, per determinare messaggi e significati
- ▶ Lo sviluppo di atteggiamenti critici e di valutazione attraverso il confronto con il gruppo

Il laboratorio è una palestra "estetica" finalizzata a stimolare i sensi: allenare gli occhi a "vedere", le orecchie a "sentire", le mani a toccare. Il rapporto insegnante-classe è inteso come una relazione di scambio, dove le persone coinvolte imparano e insegnano contemporaneamente.

*Il materiale sarà a carico dei partecipanti e verrà consigliato dalla docente.*

*Alla chiusura dell'Anno Accademico verranno esposti i lavori eseguiti durante il laboratorio.*

**LABORATORIO max 16 partecipanti**

## Calendario delle lezioni:

**mercoledì (n. 14 incontri)**

**dal 1° ottobre 2025 al 14 gennaio 2026**

**ore 16.45 - 18.30**



*È un gioco di strategia per due giocatori, che si svolge su una scacchiera con 64 caselle. Ogni giocatore muove i propri pezzi secondo regole specifiche, con l'obiettivo di mettere il re avversario sotto "scacco matto". È un gioco che stimola la mente, favorisce il pensiero logico e la capacità di previsione.*

**Docente: Alessandro Trebbi**, categoria 1N (prima nazionale) ed istruttore di scacchi dal 1996

Vuoi imparare a giocare a scacchi da zero o migliorare le tue abilità di base? Questo corso è perfetto per te!

- ▶ Le regole fondamentali e i movimenti dei pezzi
- ▶ Le strategie di apertura più efficaci
- ▶ Tattiche per difenderti e attaccare con successo
- ▶ Gli errori da evitare e i trucchi dei maestri

Dopo una piccola introduzione, sarà possibile fin da subito giocare direttamente tra i giocatori con il docente pronto a correggere e dare suggerimenti; ad ogni lezione, verrà poi approfondito brevemente un aspetto del gioco e sarà poi possibile metterlo subito in pratica giocando con gli altri partecipanti. Negli ultimi incontri, si giocherà un torneo tra i partecipanti. Non serve esperienza, solo voglia di mettersi in gioco.

*LABORATORIO max 28 partecipanti*

### Calendario delle lezioni:

**martedì (n. 11 incontri)**

**dal 7 ottobre al 16 dicembre 2025**

**ore 20.30 - 22.00**

# INFORMATICA

1° livello

*Cenni storici: dalla pascalina ai moderni calcolatori*

## Docente

**Alessandro Piantanida**

*Consulente Informatico*

## IL PC

- dispositivi, sistema operativo, finestre
- mouse, tastiera, schermo
- Dischi, pendrive, ssd

Il sistema operativo Windows 10, Desktop, icone

Il file system: files e cartelle, Cloud

Finestre, app, icone

Installazione di applicazioni

## LO SMARTPHONE

- Analogie con il PC
- Internet, Client, Server, Cloud, motore di ricerca  
Interazione tra PC e Smartphone/tablet  
Applicazioni base
- Browser
  - Posta elettronica
  - Videoscrittura
  - Strumenti di disegno

*LABORATORIO max 10 partecipanti*

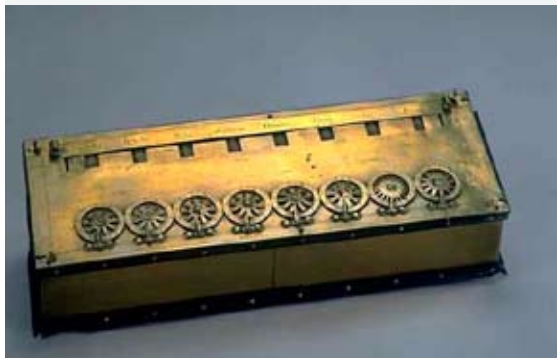
## Calendario delle lezioni:

**lunedì (n. 10 incontri)**

**dal 6 ottobre al 15 dicembre 2025**

**ore 15.00 - 16.45**

# I LABORATORI



- Media player
- Strumento di cattura
- Pannello di controllo
- Intelligenza artificiale
- alcuni portali interessanti
- Voli
- Vacanze
- Spettacoli
- Home banking

*Se si possiede, è consigliato portare con sé il proprio computer portatile.*



**Docente**

**Alessandro Piantanida**

*Consulente Informatico*

## LO SMARTPHONE

- La Sim e la rete telefonica
- Wifi
- Impostazioni
- App base
- Installazione app
- Internet
- Posta elettronica
- Servizi Google
- Social

## IL PC - APPLICAZIONI AVANZATE

- Suite office
- OutLook
- Programmi di videoscrittura
- Fogli di calcolo

## APP VARIE

- Al Copilot
- Foto Editor

- Film Editor
- Audio Editor

## PC E SMARTPHONE INSIEME

- Cloud
- Condivisione foto
- Whatsapp

## IMPOSTAZIONI INIZIALI E SOSTITUZIONE DELLO SMARTPHONE

*Se si possiede, è consigliato portare con sé il proprio computer portatile.*

**LABORATORIO** max 10 partecipanti

## Calendario delle lezioni:

**mercoledì (n. 10 incontri)**  
**dal 7 gennaio all'11 marzo 2026**  
**ore 15.00 - 16.45**

# LABORATORIO DI PRATICHE TEATRALI

## Docente

### Alessandro Bellinato

*Laureato in medicina e chirurgia con specialità in malattie del fegato e del ricambio e Odontoiatria. Allievo di Dacia Maraini nella sua scuola di drammaturgia a Roma. Allievo di Gabriele Vacis nell'Istituto di pratiche teatrali per la cura della persona (awareness) al Teatro Stabile di Torino. Specializzazione in alta formazione per il teatro sociale e di comunità presso l'Università Cattolica di Milano.*



Il laboratorio di pratiche teatrali è uno spazio creativo dove l'espressione corporea, vocale ed emotiva si intrecciano per esplorare il linguaggio del teatro. Attraverso esercizi di improvvisazione, lavoro sul personaggio, uso del corpo nello spazio e tecniche di gruppo, i partecipanti sviluppano consapevolezza di sé e delle dinamiche sceniche. Il percorso è aperto a tutti, anche a chi non ha esperienza, e si propone come occasione di crescita personale, ascolto e condivisione, stimolando l'immaginazione e il gioco teatrale come forma di espressione autentica.

Il percorso si concluderà con un saggio a fine anno accademico.

## Calendario delle lezioni:

**lunedì (n. 17 incontri)**  
**dal 12 gennaio all'11 maggio 2026**  
**ore 18.30 - 20.00**



**Docente**

**Camilla Ricciardi**

*osteopata, massoterapista e istruttrice Pilates*

Cos'è il Pilates Matwork?

Pilates Matwork è una disciplina che fa parte del metodo Pilates e si svolge a corpo libero su un tappetino (in inglese mat), senza l'uso di macchinari o attrezzi complessi. Si basa su una serie di esercizi codificati da Joseph Pilates e adattati nel tempo per migliorare forza, flessibilità, postura e consapevolezza del corpo.

Caratteristiche principali

- ▶ A corpo libero: si utilizza solo il proprio peso corporeo, talvolta con piccoli attrezzi (ring, softball, elastici).
- ▶ Controllo e precisione: ogni movimento è eseguito in modo lento e consapevole, con particolare attenzione alla tecnica.
- ▶ Lavoro sul "core": il focus è sul rafforzamento del centro del corpo (addominali profondi, pavimento pelvico, muscoli lombari).
- ▶ Respirazione controllata: fondamentale per supportare il movimento e migliorare la concentrazione.
- ▶ Allineamento posturale: aiuta a migliorare la postura e prevenire dolori legati a cattive abitudini.

Benefici del Pilates Matwork

▶ Migliora la postura e l'allineamento del corpo, aumenta la forza del core, migliora la flessibilità e la mobilità articolare, favorisce la concentrazione e la consapevolezza corporea, riduce tensioni muscolari e stress. È adatto a tutte le età e livelli di preparazione (modificabile in base alle esigenze)

A chi è adatto?

▶ A chi cerca un'attività dolce ma efficace, a chi soffre di mal di schiena o problemi posturali, a sportivi che vogliono migliorare equilibrio e controllo, a persone di tutte le età.

*A tutti i partecipanti è consigliato indossare indumenti comodi e portare un materassino o un asciugamano*

## Calendario delle lezioni:

**lunedì (n. 5 incontri)**

**dal 9 gennaio al 6 febbraio 2026**

**ore 19.30 - 20.30**

# PITTURA ad OLIO

*È uno dei mezzi espressivi più antichi dell'umanità, usato sia per fini estetici che comunicativi. È una forma d'arte visiva che crea immagini ed esprime emozioni attraverso i colori.*

## Docente

**Marisa Lamonarca**

*appassionata in disegno e pittura*

Coltivare un hobby migliora la qualità del nostro tempo libero e, di conseguenza, la nostra stessa vita. Tra le innumerevoli attività che si possono intraprendere per passione, si può approfondire in particolare un'attività che accomuna molte persone: l'hobby della pittura. Si apprenderanno le prime nozioni di pittura ad olio e le tecniche di acquarello.

Esprimere la propria creatività è una libertà che appartiene a tutti, senza distinzioni. "I propri colori sono in voi stessi. Provateci!" Non serve essere capaci di disegnare!



*La docente comunicherà agli allievi quale materiale portare. Il materiale è a carico dei partecipanti.*

*Alla chiusura dell'Anno Accademico verranno esposti i lavori eseguiti durante il laboratorio.*

**LABORATORIO max 16 partecipanti**

## Calendario delle lezioni:

**giovedì (n. 20 incontri)**

**dal 2 ottobre 2025 al 26 febbraio 2026**

**ore 15.00 - 17.00**

# I LABORATORI



## RESTAURO MOBILI

*Il restauro dei mobili è l'attività volta a recuperare, conservare e valorizzare arredi antichi o danneggiati. Include interventi come la pulizia, la riparazione di parti rotte, la sostituzione di elementi mancanti e il trattamento contro tarli. L'obiettivo è preservare l'integrità e la bellezza originaria del mobile, rispettandone la storia e i materiali.*

**Docente: Felice Di Bari,** *restauratore mobili antichi*

Impariamo ad essere artigiani ridando storia e vita ai nostri oggetti.

La preparazione:

- Decorare
- Sverniciare
- Schiarire/smacchiare
- Preservare/curare il legno
- Riparare/stuccare

La finitura:

- Tingere
- Fissare la tinta
- Verniciare
- Incerare

Trattamenti particolari:

- Pulizia/Manutenzione
- Ritocco

Saranno presi in considerazione piccoli oggetti da restaurare da poter trasportare comodamente da casa al laboratorio durante lo svolgimento del corso.

*Il materiale sarà a carico dei partecipanti e verrà consigliato dal docente.*

*Alla chiusura dell'anno accademico verranno esposti i lavori eseguiti durante il laboratorio.*

**LABORATORIO max 16 partecipanti**

## Calendario delle lezioni:

**mercoledì (n. 9 incontri)**

**dal 21 gennaio al 18 marzo 2026**

**ore 16.30 - 18.30**

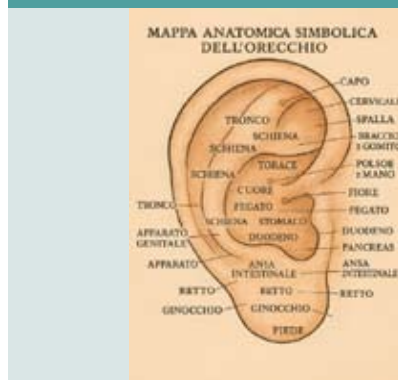
# RIFLESSOLOGIA E CROMOTERAPIA AURICOLARE

## I LABORATORI

### Docente

#### **Teresa Scarpino**

*operatore DBN, Shiatsu, Counselor filosofico*



La riflessologia auricolare è una pratica terapeutica che si basa sull'idea che l'orecchio contenga punti riflessi che corrispondono a diverse parti del corpo. Attraverso la stimolazione di questi punti, è possibile promuovere il benessere fisico e mentale, alleviando tensioni e dolori. I praticanti utilizzano tecniche di massaggio e pressione per attivare questi punti, favorendo il rilascio di endorfine e migliorando la circolazione.

La cromoterapia auricolare, invece, è una forma di terapia che utilizza i colori per influenzare il benessere psicofisico. Ogni colore è associato a specifiche vibrazioni energetiche e può avere effetti diversi sul corpo e sulla mente. Nella cromoterapia auricolare, si possono utilizzare luci colorate o filtri colorati applicati all'orecchio per stimolare i punti riflessi e favorire un equilibrio energetico. Questa pratica mira a riequilibrare le emozioni e a promuovere un senso di calma e armonia.

Insieme, la riflessologia e la cromoterapia auricolare offrono un approccio olistico al benessere, integrando tecniche fisiche e energetiche per migliorare la salute complessiva.

- ▶ Breve storia delle mappe dell'orecchio
- ▶ La sua anatomia
- ▶ Teoria di Nogier
- ▶ Teoria energetica e neurologica
- ▶ Il massaggio
- ▶ Trattamento di punti specifici per l'aiuto a fastidi specifici
- ▶ Introduzione all'uso del colore

### Calendario delle lezioni:

**venerdì (n. 8 incontri)**

**dal 6 marzo al 15 maggio 2026**

**ore 17.00 - 18.30**

# I LABORATORI

## SARTORIA

*La sartoria è l'arte di trasformare il tessuto in una seconda pelle, dove ogni cucitura racconta la storia di eleganza, precisione e passione per il dettaglio.*



**Docente: Alessandra Caffi**, *sarta*

Il laboratorio di sartoria è lo spazio dedicato all'insegnamento delle basi della cucitura e della creazione di abbigliamento. Si inizierà ad imparare come eseguire semplici riparazioni, per esempio allargare, stringere, cambiare cerniere, bottoni, imbastire orli o creare piccoli progetti, come borse o cuscini. Con le dovute tecniche fondamentali e fornendo consigli pratici, ogni partecipante potrà acquisire sicurezza e competenza nella sartoria, anche senza esperienza precedente.

Il laboratorio di sartoria è un luogo di apprendimento e condivisione, dove si scambiano idee e tecniche, creando un'atmosfera di collaborazione e supporto.

*Alla chiusura dell'Anno Accademico verranno esposti i lavori eseguiti durante il laboratorio.*

**LABORATORIO** max 16 partecipanti

## Calendario delle lezioni:

**lunedì (n. 6 incontri)**  
**dal 12 gennaio al 16 febbraio 2026**  
**ore 17.00 - 18.30**

## Docente

### Tiziana Passio

*master in comunicazione ed editoria*



Scrivere è un atto magico: puoi creare storie prodigiose da donare ai lettori, viaggiare avanti e indietro nel tempo e dare vita a personaggi immortali o semplicemente dare un volto al tuo mondo interiore. La scrittura va di pari passo alla lettura, un connubio fatto di ispirazione, riflessione, verità ed esperienza.

I libri che leggete sono i mattoni per costruire il vostro palazzo. Se per la costruzione di un edificio non possono bastare solo i mattoni, ci vuole un progetto redatto da un ingegnere, il disegno di un architetto, la mano del geometra, e poi la scelta dei materiali, della manodopera, ecc., allo stesso modo per scrivere un romanzo avete bisogno di molti elementi. Dovete capire l'architettura della vostra opera, scavare le fondamenta, cominciare a costruire piano per piano. Una volta terminata la casa, dovete togliere le impalcature che sono servite durante la costruzione

Ispirazione e fantasia:

L'ispirazione esiste? Quelli che l'hanno avuta dicono di sì, ma non sanno come è successo. Con un percorso fatto di esercizi e letture faremo nascere delle idee, toglieremo un po' di ruggine a quegli ingranaggi spesso poco utilizzati, quelli che mettono in moto immagini e danno il via alla creatività.

Il mondo editoriale:

Un mondo che non ama parlare di sé stesso, dove ci si muove sempre con circospezione e diffidenza. Vedremo come funzionano le case editrici, come nasce un libro, i concorsi letterari e come proporsi.

Condividiamo:

Ogni lezione avrà una parte dedicata ai vostri scritti e una parte alla lettura di un libro coinvolgente dove ci confronteremo e condivideremo questo viaggio. Da qui potrebbe uscire fuori anche un libro con un capitolo dedicato a ognuno di voi.

Un po' di me

Ho sempre avuto la passione per la scrittura e la lettura, all'inizio era un modo per "conoscermi", scrivere, per me, è sempre stato un modo per dare un volto a ciò che sentivo e poi la passione si è trasformata anche in professione. Mi sono diplomata in grafica pubblicitaria ma ho intrapreso il percorso per specializzarmi in grafica editoriale; per molti anni ho avuto una mia casa editrice ed è stato tra i periodi più belli della mia vita. Leggere è come essere dei turisti che camminano in luoghi sconosciuti ma conoscere il mondo editoriale è un viaggio da residenti. Ho seguito un Master in Comunicazione ed Editoria con la fortuna di avere docenti/scrittori. Poi la vita, per motivi diversi ti porta a percorrere altre strade ma la passione come l'amore vero non ti abbandona mai. E oggi chi sono? Beh se volete approfondire dovete iscrivervi al corso.

## Calendario delle lezioni:

**lunedì (n. 7 incontri)**

**dal 23 marzo all'11 maggio 2026**

**ore 17.00 - 18.30**

# I LABORATORI



## SCULTURA SU LEGNO

*La scultura su legno è l'arte di dare vita a un'anima nascosta nel tronco, dove ogni colpo di scalpello rivela una forma che racconta storie di naturale bellezza e maestria.*

**Docente**

**Pardo Malorni**

*scultore ligneo*

Il legno è uno dei materiali che l'uomo utilizza sin dall'antichità per realizzare delle sculture. La creatività umana ha prodotto opere fantastiche partendo da un semplice blocco di legno.

Durante gli incontri si imparerà l'arte di intagliare il legno e saranno affrontati i seguenti argomenti:

- Conoscenza del legno
- Conoscenza degli attrezzi
- Cenni sulla storia della scultura
- Tipologie di sculture
- Realizzazione di un bassorilievo

Per coloro che hanno già esperienza, si approfondiranno gli argomenti e si realizzerà una scultura a tutto tondo.

*Il costo del materiale è a carico dei partecipanti: per principianti - tavola di legno € 15,00 circa  
per gli esperti - pezzo di tronco € 10,00 circa*

*Gli attrezzi verranno messi a disposizione dal docente, chi lo desidera potrà attrezzarsi personalmente con l'acquisto di sgorbie, mazzuoli e morsetti.*

*Su richiesta degli iscritti si potranno realizzare opere con altro materiale tipo creta, gas beton, ecc.*

E' possibile organizzare una visita guidata in Val Gardena "La Valle degli Scultori" in primavera e alla Fiera di Sant'Orso di Aosta. Per la partecipazione, si prega cortesemente di rivolgersi direttamente al docente di riferimento.

*Il materiale sarà a carico dei partecipanti e verrà consigliato dal docente.*

*Alla chiusura dell'Anno Accademico verranno esposti i lavori eseguiti durante il laboratorio.*

**LABORATORIO max 16 partecipanti**

## Calendario delle lezioni:

**lunedì (n. 11 incontri)**

**dal 6 ottobre al 22 dicembre 2025**

**ore 20.30 - 22.00**

# TANGO ARGENTINO: conoscersi attraverso il ballo

*Il tango argentino è una danza affascinante e sensuale nata a Buenos Aires, in Argentina, tra la fine dell'Ottocento e l'inizio del Novecento. Oltre a essere uno stile di danza, è anche un genere musicale e una forma espressiva ricca di emozioni, storia e cultura.*

**Docenti: Mauro Biasion e Rossana Perego,** maestri diplomati ANMB (Associazione Nazionale Maestri Ballo)

Il Tango, proclamato Patrimonio Unesco nella categoria Bene Immateriale, è un ballo basato sull'improvvisazione, caratterizzato dall'eleganza e dalla passionalità. Il passo base del tango è il passo in sé, dove per passo si intende il normale passo di una camminata.

Poche regole semplici dettano i limiti dell'improvvisazione: il leader guida, il follower segue. Attraverso lo studio del corpo e con semplici esercizi legati ai passi caratterizzanti questa danza, approfondiremo la conoscenza del noi nella coppia.

Gradita iscrizione in coppia. Se single si cercherà un partner di ballo per le lezioni.

## I LABORATORI



## Calendario delle lezioni:

**venerdì (n. 5 incontri)**  
**dal 3 ottobre al 31 ottobre 2025**  
**ore 20.00 - 21.30**



*Il decoupage è una tecnica artistica che consiste nell'incollare ritagli di carta o tessuto su una superficie per creare decorazioni. Esistono diverse varianti e tecniche per realizzare il decoupage, che variano in base agli strumenti, i materiali e i risultati desiderati*

**Docente**

**Patrizia Benvenuto**

*appassionata d'arte su diversi supporti. Il mio denominatore è "la forza del colore". Opere esposte in mostre internazionali quali New York e Innsbruck.*

Principali tecniche di decoupage:

► **Decoupage Classico (tradizionale):** materiali necessari: carta per decoupage (spesso da ritagli di riviste, tovaglioli o carta da riso), colla vinilica, pennello, forbici. Tecnica: Si scelgono dei ritagli di carta e si applicano sulla superficie con della colla vinilica. Una volta incollati, si liscia la superficie per evitare bolle d'aria. Dopo che il lavoro si è asciugato, si applicano diversi strati di vernice trasparente per proteggere e lucidare la superficie. La tecnica è piuttosto semplice e offre risultati eleganti e personalizzati.

► **Decoupage su Vetro:** materiali necessari: ritagli di carta o tovaglioli, colla per vetro o colla universale, pennello, vernice trasparente o finitura specifica per vetro. Tecnica: Per realizzare il decoupage su vetro, si incollano i ritagli sulla superficie del vetro e si applica una vernice trasparente per proteggere il design. È importante fare attenzione al tipo di colla, scegliendo una specifica per vetro, che permetta una buona adesione senza lasciare segni visibili.

► **Decoupage su Legno:** materiali necessari: carta per decoupage o tovaglioli, colla per legno, pennello, carta vetrata, vernice trasparente o lucido per legno. Tecnica: Su superfici di legno, si incollano i ritagli di carta o tovagliolo. Dopo aver lasciato asciugare, si carteggia delicatamente per rendere la superficie liscia e uniforme. Una volta asciutto, si applicano uno o più strati di vernice protettiva per preservare il lavoro.

► **Decoupage con Effetto Craquelé (Craquelure):** materiali necessari: colla vinilica, vernice, vernice craquelé, pennello, ritagli di carta, carta vetrata. Tecnica: Per ottenere un effetto "invecchiato", si applica una vernice craquelé (una vernice che crea crepe quando asciuga). Dopo aver incollato il decoupage, si applica il craquelé sopra il design. Una volta che si asciuga, si formano delle crepe che danno l'aspetto di una superficie invecchiata.

► **Decoupage su Tessuto:** materiali necessari: tessuti, colla per tessuti, pennello, vernice protettiva per tessuti. Tecnica: In questa tecnica, i ritagli di tessuto vengono applicati su un altro tessuto (come un cuscino, una borsa o un vestito) con colla specifica per tessuti. Una volta incollato, il design può essere fissato con una vernice per tessuti, che assicura che l'immagine resista al lavaggio.

► **Decoupage su Ceramica o Porcellana:** materiali necessari: ritagli di carta, colla per ceramica o porcellana, pennello, vernice per ceramica. Tecnica: Su superfici di ceramica o porcellana, il procedimento è simile a quello per il vetro, ma con una colla specifica per ceramiche. Il decoupage su ceramica è molto popolare per la decorazione di piatti, tazze e vasi. Dopo che il lavoro è asciutto, si fissa con una vernice resistente e lavabile.

*Il materiale sarà a carico dei partecipanti e verrà consigliato dalla docente.*

*Alla chiusura dell'Anno Accademico verranno esposti i lavori eseguiti durante il laboratorio.*

**LABORATORIO max 16 partecipanti**

**martedì (n. 14 incontri)**

**dal 7 ottobre al 16 dicembre 2025 ore 16.45 - 18.30**

**dal 13 al 27 gennaio 2026 ore 15.00 - 17.00**

# ANGELI TRA NOI: INCONTRI PER ASCOLTARE LE ALI DELL'ANIMA

## Docente

### Barbaro Pontoriero

*laureato in filosofia. Coach spirituale ed esperto di rimedi naturali. Da anni si dedica alla spiritualità ed ai percorsi interiori.*

## I SEMINARI



Hai mai sentito un sussurro nel cuore che non veniva da te? Due incontri per aprire la porta a una presenza che ti accompagna da sempre. L'angelo non è fuori, ma dentro il tuo viaggio. Ascoltalo. Ritrovati. Lasciati guidare. Seminario esperienziale, interattivo, con momenti di riflessione, simbolismo, meditazione e scrittura interiore.

### L'incontro con l'angelo - una presenza che parla al cuore

#### Obiettivi:

- Comprendere cosa sono gli angeli nella visione spirituale e simbolica
- Risvegliare la percezione interiore della presenza angelica
- Sperimentare un primo contatto meditativo con l'angelo custode

#### Contenuti:

- Cosa sono gli angeli: messaggeri, archetipi, frequenze spirituali
- L'angelo custode: figura personale, guida invisibile, eco della nostra anima luminosa
- Breve introduzione agli Angeli della tradizione (Kabbalah, Cristianesimo, Gnosticismo)

#### Esperienze guidate:

- Meditazione guidata: "La stanza di Luce – Incontro con il proprio Angelo"
- Scrittura ispirata: rispondi alla domanda "Cosa mi direbbe il mio angelo, ora?"
- Ascolto attivo: condividere (facoltativamente) in cerchio le intuizioni ricevute

### Segni, presagi e sussurri - come parlano gli angeli

#### Obiettivi

- Imparare a riconoscere i segni e le sincronicità angeliche
- Sviluppare l'intuizione e l'ascolto simbolico
- Prepararsi a ricevere una guida concreta nella vita quotidiana

#### Contenuti

- Come comunicano gli angeli: sogni, numeri, immagini, parole, intuizioni improvvise
- Il linguaggio simbolico dell'angelo
- Il diario delle presenze angeliche: come iniziare

#### Esperienze guidate

- Visualizzazione guidata: "La strada dorata - Cammino con l'angelo nel futuro"
- Esercizio pratico: creare il proprio sigillo intuitivo per l'angelo guida

Cerchio di chiusura: condivisione, emozioni, domande

**giovedì (n. 2 incontri) 22 e 29 gennaio 2026 ore 17.00 - 18.30**

# I SEMINARI



## ANGELO, amplifica emozioni: ipoacusia nella popolazione anziana, ma non solo

*Seminario per la "Giornata mondiale dell'udito" 2026*

**Docenti:** **Lucia Tonion**, laureata presso la Facoltà di Medicina e Chirurgia dell'Università Statale di Milano nel 2001. Pregressa esperienza come Responsabile del Servizio di Prevenzione e Protezione alla valutazione del rischio rumore nelle aziende

**Luciano Fumagalli**, ideatore del progetto ANGELO

**Niccolò Leali**, presidente Associazione MarteLab e gestore GorgoLab Gorgonzola

ANGELO è un amplificatore uditivo equalizzato, ideato da Luciano Fumagalli per migliorare la comunicazione degli anziani con problemi di udito, soprattutto durante la pandemia COVID-19. Nato per aiutare il suocero Angelo, centenario con difficoltà uditive, il dispositivo potenzia selettivamente le frequenze rilevanti, migliorando la comprensione del parlato e la percezione delle emozioni sonore. Open source e accessibile, ANGELO promuove inclusione e autonomia, offrendo una soluzione accessibile e personalizzabile per anziani e comunità, amplificando emozioni e relazioni umane. Al termine del seminario sarà possibile ottenere informazioni pratiche sull'utilizzo di ANGELO.

### Calendario delle lezioni:

**martedì (n. 1 incontro)**

**17 febbraio 2026**

**ore 16.45 - 18.30**

# “ANTONIO, FA CALDO” ... E ALTRE STORIE ROVENTI SUL CLIMA CHE CAMBIA

## I SEMINARI



**Docente: Marino Contardo**, *ingegnere, appassionato di conoscenze scientifiche e tecnologiche*

Il seminario ha l'intento di rispondere e di condividere risposte, alle tante domande che ci poniamo sul tema del CLIMA, di grande attualità e di vivo interesse per molti.

Facciamo il punto sulla situazione e cerchiamo di rispondere ad alcune domande, tipo:

- ▶ il clima cambia per davvero o è una nostra sensazione?
- ▶ oppure è un fatto limitato o circostanziato?
- ▶ che cosa ci dice l'esperienza personale?
- ▶ che cosa ci dice la cronaca?
- ▶ che cosa ci dice la scienza?
- ▶ che cosa vuol dire “negazionismo”, “scetticismo”, “catastrofismo”?
- ▶ chi ascoltare, e a chi dare retta?
- ▶ tra fine del mondo e avvenire radioso chi avrà la meglio?

E ancora: dati / scenari / politiche / attori / intelligenza artificiale (o stupidità umana?)

## Calendario delle lezioni:

**martedì (n. 2 incontri)**

**4 e 11 novembre 2025**

**ore 15.00 - 16.30**

# I SEMINARI



## COME SI USA IL DEFIBRILLATORE - P.A.D. (Public Access Defibrillation)

**Docenti**  
**Istruttori certificati Croce**  
**Bianca di Cassina de' Pecchi**

Gli incontri sono rivolti a quelle persone che non operano necessariamente nel settore dell'emergenza sanitaria.

Le finalità del corso BLS D LAICO (PERSONALE NON SANITARIO) sono:

- ▶ acquisire e schematizzare le conoscenze relative al trattamento dell'arresto cardiocircolatorio con defibrillatore
- ▶ saper riconoscere l'arresto cardiocircolatorio
- ▶ saper mettere in atto le manovre ed i protocolli
- ▶ acquisire capacità di autocontrollo in risposta a situazioni critiche

Gli incontri si suddividono in una breve lezione teorica a cui fa seguito simulazione pratica della sequenza rianimatoria su manichino simulatore.

### Calendario delle lezioni:

**mercoledì (n. 2 incontri)**  
**3 e 10 dicembre 2025**  
**ore 15.00 - 16.30**

## Docente

**Giorgio Rugarli**

*laureato in giurisprudenza*

- Cosa è un calendario
- Cosa dicono i calendari
- Calendario e agenda
- Storia dei calendari
- Diversi calendari
- Calendario personalizzato
- Calendario / agenda / scadenziario
- Richiami elettronici
- I calendari storico culturali
- I calendari nel futuro
- Cosa possiamo fare l'anno venturo



## Calendario delle lezioni:

**giovedì (n. 2 incontri)**

**7 e 14 maggio 2026**

**ore 17.00 - 18.30**

# I SEMINARI

## HOME STAGING

*L'intelligenza Artificiale entra in casa:  
scopriamo come trasformare gli ambienti  
con la tecnologia*



**Docente: Manuela Dondo,** *scenografa immobiliare - Titolare di Tocco d'Artista Emotio-  
nal Home Staging - membro di EAHSP (European Association of Home Staging Professionals)*

La tecnologia sta rivoluzionando il nostro modo di vivere, e l'intelligenza artificiale (IA) sta diventando un alleato prezioso anche nella decorazione d'interni e nell'home staging. In questo seminario in due incontri, scopriremo insieme come l'IA può aiutarci a trasformare gli spazi della nostra casa.

Nel primo incontro, esploreremo le applicazioni dell'IA nel mondo della decorazione d'interni, dell'architettura e dell'home staging, con esempi concreti e affascinanti. Nel secondo incontro, i partecipanti potranno portare una foto di un ambiente di casa loro che vorrebbero rinnovare: insieme, utilizzeremo un software di intelligenza artificiale per visualizzare nuove soluzioni e trasformazioni possibili.

### Calendario delle lezioni:

**mercoledì (n. 2 incontri)**

**22 e 29 aprile 2026**

**ore 15.00 - 16.30**

# I MESI E LE STAGIONI NELLA STORIA DELL'ARTE

## I SEMINARI



**Docente:** **Maria Ludovica Mondino**, *laureata in lettere moderne e conservazione dei beni culturali*

La rappresentazione del ciclo dei mesi e quella relativa alle stagioni costituisce un tema iconografico ricorrente nella storia dell'arte di ogni epoca; figure, allegorie, personificazioni, narrazioni, scene corrispondenti alle attività quotidiane scandiscono il trascorrere del tempo.

Le origini risalgono all' Antichità ed il repertorio tematico si è arricchito di motivi religiosi, agricoli, naturalistici e molto altro.

Il seminario seguirà un percorso diacronico approfondendo questo tema attraverso alcune manifestazioni presenti nelle diverse forme artistiche.

### Calendario delle lezioni:

**mercoledì (n. 4 incontri)**

**4 e 18 marzo 2026 - 1 e 15 aprile 2026**

**ore 20.30 - 22.00**



**Docente: Fortunato Taddei**, *appassionato di storia e geografia*

Viene descritto mediante foto il percorso del "Camino del Norte" uno dei più belli, paesaggisticamente parlando, dei cammini di Santiago.

Dopo quello Francese questo è il più frequentato e si sviluppa in buona parte lungo la costa basca, cantabrica e asturiana.

Si mostreranno foto dei punti di maggiore interesse, come gli attraversamenti dei fiordi spagnoli (le Rias), i bufones, i vari monumenti notevoli lungo il percorso, le ripide scogliere nei pressi di Burgos, i cimiteri galiziani a fiamma etc etc. Verranno elencate le tappe del percorso con i loro pregi e le loro caratteristiche nonché una descrizione fotografica di alcune tappe, con i percorsi reali, con immagini reali scaricate con Street View di Google-Earth Pro, per dare ai partecipanti la sensazione di partecipare visivamente al cammino, senza sudare e seduti comodamente in aula.

La descrizione fornirà anche alcuni spetti pratici come arrivare al punto di partenza, alloggi ed ostelli e tutte quelle informazioni necessarie per il cammino.

L'idea esatta del tipo di percorso, tanto che i partecipanti avranno la sensazione di fare il tratto.

## Calendario delle lezioni:

**martedì (n. 4 incontri)**

**dal 24 marzo al 14 aprile 2026**

**ore 15.00 - 16.00**

# IL LINGUAGGIO SEGRETO DEI NUMERI: ARTE, FILOSOFIA E SCIENZA

## I SEMINARI



**Docente: Teresa Scarpino,** *operatore DBN, Shiatsu, Counselor filosofico*

L'obiettivo del seminario è condurre i partecipanti a riconoscere e comprendere la ricorrenza e il significato simbolico dei numeri nell'arte, nella filosofia orientale e occidentale, e persino nella struttura del DNA, attraverso l'analisi di esempi concreti.

- ▶ Introduzione alla Numerologia Essenziale
- ▶ Significato dei numeri base (1-9) e accenno ai numeri maestri (11, 22)
- ▶ La Gioconda, la sezione aurea e lo yoga. Analisi e curiosità
- ▶ I numeri ricorrenti nell'arte
- ▶ Numeri nella Filosofia e nella Scienza (DNA)
- ▶ Il Taoismo e il significato dell'Uno, del Due e del Tre
- ▶ Il Pitagorismo e l'importanza dei numeri come principi dell'universo
- ▶ La sequenza di Fibonacci e la sua presenza in forme naturali

Seguiranno curiosità ed esercizi pratici.

## Calendario delle lezioni:

**venerdì (n. 3 incontri)**

**28 novembre 2025 - 5 e 12 dicembre 2025**

**ore 17.00 - 18.30**

# I SEMINARI



## IMPARIAMO AD INVECCHIARE IN MODO ATTIVO E SERENO

**Docente**

**Doriana Marangoni**

*tecnico servizi sociali e operatore socio sanitario*

Invecchiare in modo sano, attivo e sereno significa mantenere il benessere fisico, mentale ed emotivo nel corso degli anni, affrontando l'età con equilibrio e positività.

Vuol dire curare la salute con una dieta equilibrata, attività fisica regolare e controlli medici, ma anche restare mentalmente attivi, coltivare interessi, relazioni sociali e un atteggiamento ottimista.

La serenità nasce dall'accettare i cambiamenti legati all'età con dignità, apprezzando l'esperienza e il tempo presente, evitando l'isolamento e cercando di vivere ogni giorno con gratitudine e qualità della vita.

Verrà affrontato anche il tema della comunicazione con le persone con decadimento cognitivo, partendo dal punto di vista dell'operatore socio-sanitario impegnato nell'assistenza agli anziani.

### Calendario delle lezioni:

**martedì (n. 3 incontri)**

**dal 13 al 27 gennaio 2026**

**ore 20.30 - 22.00**

# LA COSTITUZIONE DELLA REPUBBLICA ITALIANA

*La Costituzione della Repubblica Italiana è la legge fondamentale dello Stato. Entrata in vigore il 1° gennaio 1948, definisce i principi, i diritti e i doveri dei cittadini, nonché l'organizzazione e il funzionamento delle istituzioni.*

## I SEMINARI



**Docenti:** **Francesco Lenzerini**, *Avvocato tributarista, Presidente Confedilizia Martesana*  
**Giuseppe Locurcio**, *Avvocato penalista*

La ricerca di un “ordine normativo costituzionale”

- ▶ La Costituzione italiana: le scelte di un sistema che si contrappone al precedente regime dittatoriale
- ▶ I criteri di organizzazione delle fonti del diritto. Un necessario schema di riferimento per valutare gli atti di produzione normativa e poter cogliere le scelte di sistema
- ▶ Corpo elettorale, Parlamento, Governo, Presidente della Repubblica: nozioni essenziali per individuare ruoli, funzioni e rapporti
- ▶ La funzione legislativa del Parlamento
- ▶ Il potere normativo del Governo
- ▶ L'autonomia e i poteri normativi delle Regioni
- ▶ La legge nazionale e le fonti europee
- ▶ La magistratura e la subordinazione del giudice alla legge

## Calendario delle lezioni:

**Lunedì (n. 2 incontri)**

**4 e 11 maggio 2026**

**ore 15.00 - 16.30**

# I SEMINARI

## LA VIA D'ACQUA TRA LECCO E MILANO: IL NAVIGLIO PICCOLO



**Docente: Sandro Medei,** *passionato di storia locale*

Da oltre 500 anni il Naviglio Piccolo scorre dall'incile presso Concesa di Trezzo d'Adda fino alla Cassina de' Pomm, alle porte di Milano. Quasi un secolo fa la Fossa Interna, il tratto milanese del canale che raggiungeva la Darsena di Porta Ticinese, ha lasciato il posto allo sviluppo urbano del capoluogo lombardo. Attraverso le immagini di oggi e i ricordi del passato recupereremo la memoria dei luoghi e degli edifici, sacri e profani, che si affacciavano sulla via d'acqua solcata dai barconi che trasportavano merci e viaggiatori da Lecco fino al Tombon de San Marc, al Laghetto di Santo Stefano e alla Darsena di porta Ticinese. Rivisiteremo le geniali invenzioni, come ad esempio le conche di navigazione, che hanno reso possibile realizzare i progetti di Gian Galeazzo Visconti, Francesco Sforza e Ludovico il Moro.

Al termine del seminario è prevista un'uscita a tema. Per la partecipazione, si prega cortesemente di rivolgersi direttamente al docente di riferimento.

### Calendario delle lezioni:

**martedì (n. 3 incontri)**  
**dal 3 al 17 marzo 2026**  
**ore 15.00 - 16.30**

## I SEMINARI



- ▶ Panorama mondo vita
- ▶ Quali soluzioni
- ▶ LTC
- ▶ I vantaggi fiscali nella previdenza complementare
- ▶ I vantaggi del ramo assicurativo vita
- ▶ Consigli e strumenti

**giovedì (n. 3 incontri)**  
**19 e 26 marzo 2026 - 2 aprile 2026**  
**ore 17.00 - 18.30**

# I SEMINARI

## MATEMATICA: numeri segreti e numeri nascosti



**Docente: Silvia Cantamessa,** laureata in matematica, ex insegnante alle scuole superiori

*Se mi sento triste, faccio matematica per essere felice.*

*Se sono felice, faccio matematica per restare felice.*

*(Alfréd Rényi)*

► Numeri segreti, per creare o svelare codici e cifrature: uno sguardo alla storia e all'evoluzione della crittografia, dai romani al sistema RSA degli anni '80, passando per la Francia, gli anagrammi, Silvio Pellico, e l'"enigma" dei tedeschi (con rapide e molto divulgative incursioni nel calcolo combinatorio e l'aritmetica modulare)

► Numeri nascosti, da scovare in luoghi sorprendenti! Che cosa condividono un girasole, i conigli, il Partenone e un numero "d'oro"? Che cosa hanno in comune Dante, gli scacchi, il riso e il cavolo cappuccio? (con accenni molto semplici e discorsivi alle progressioni aritmetiche)

### Calendario delle lezioni:

**martedì (n. 4 incontri)**

**dal 3 al 24 febbraio 2026**

**ore 15.00 - 16.30**



**Docente: Bruno De Luca**, *ex nazionale giovanile di nuoto ed ex allenatore federale.*

È un'attività completa che coinvolge tutto il corpo, migliora la resistenza, la forza muscolare e la respirazione.

Oltre ad essere uno sport competitivo, è anche un'importante abilità per la sicurezza in acqua e un ottimo esercizio per il benessere fisico e mentale.

- Storia del nuoto in Italia
- I benefici del nuoto per la salute
- La mia esperienza come nuotatore e allenatore

## Calendario delle lezioni:

**lunedì (n. 2 incontri)**  
**6 e 13 ottobre 2025**  
**ore 17.00 - 18.30**

# I SEMINARI



## PREVISIONI ASTROLOGICHE Con riferimento alle decadi solari

**Docente: Thomas Molteni**, laureato in lettere con indirizzo storico, astrologo e ricercatore astrologico

L'osservazione dei fenomeni celesti accompagna l'uomo fin dalle origini. Le previsioni astrologiche sono interpretazioni dei movimenti celesti (pianeti, stelle e costellazioni) e del loro presunto impatto sulla vita degli individui. L'astrologia si basa sull'idea che la posizione dei pianeti al momento della nascita possa influenzare il destino e la personalità di una persona. Le previsioni astrologiche offrono suggerimenti su vari aspetti della vita quotidiana, come le relazioni, la carriera, la salute e le opportunità, e vengono fatte partendo dal segno zodiacale o dal tema natale.

Le decadi solari sono un concetto astrologico che suddivide ogni segno zodiacale in tre periodi uguali di dieci giorni ciascuno. Ogni decade è associata a un aspetto specifico del segno di riferimento. In astrologia, si ritiene che le decadi solari abbiano un'influenza più dettagliata sulla personalità, a seconda di quale parte del segno solare una persona è nata.

Ma qual è il legame profondo tra le stelle, i cicli della Terra, il tempo e la storia dell'umanità? Approfondiremo i transiti astrologici del 2026, analizzando segno per segno, prendendo in considerazione anche le decadi e indagando gli aspetti dei pianeti in transito.

### Calendario delle lezioni:

**giovedì (n. 2 incontri)**

**8 e 15 gennaio 2026**

**ore 20.30 - 22.00**

# SCUOLE DI SCRITTURA CREATIVA

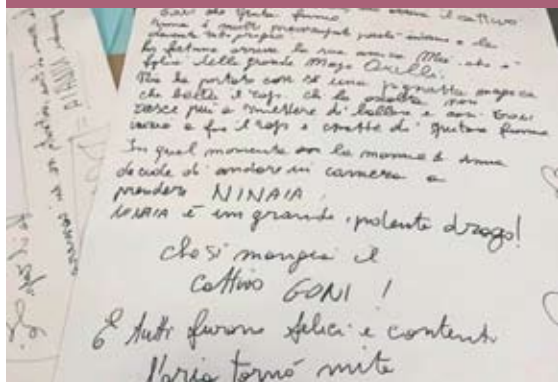
**A cosa servono, sono necessarie, si può insegnare a scrivere o a diventare scrittori?**

**Docente**

**Alfio Squillaci**

*laureato in filosofia*

# I SEMINARI



Durante il seminario intenderei esplicitare una serie di osservazioni critiche sulla trasmissibilità delle tecniche e dei saperi letterari.

Quanto alle tecniche si possono apprendere? Certo che sì. Basta leggere i saggi dei formalisti russi e dei narratologi di scuola anglosassone e francese. Ce ne sono alcuni davvero molti ben fatti e di facile approccio e hanno il vantaggio di costare poco, rispetto ai costosissimi corsi di scrittura creativa. Ma queste tecniche al massimo ci insegneranno ad architettare una storia, la quale benché necessaria è tuttavia l'elemento servile di un'opera narrativa e oggi comincia a mostrare sempre più segni di stanchezza negli infiniti assemblaggi delle serie tv o dei bestseller. E basterà senza spendere un capitale attingere proprio a quel corpus di studi (ai quali ricorrono giocoforza e spesso di soppiatto i più bravi insegnanti di creative writing).

Ma se vogliamo invece scrivere un'opera di ingegno e d'eccezione, come *"La coscienza di Zeno"* o *"L'uomo senza qualità"* o *"Viaggio al termine della notte"* possiamo farlo solo se attingiamo a noi stessi, al nostro senso del reale e alla nostra espressione personale, individuale e irripetibile, che apprendiamo per illuminazione, per ineità, "perché siamo nati solo per quello" diceva Flaubert, e perché, in fondo, la nostra opera nasce da noi, perché è in noi, perché è noi."

Stendhal, per scrivere *La Certosa di Parma*, trovò l'ispirazione nella lettura del Codice civile, Gadda prese a modello lo stile di uno spedizioniere marittimo, Franz Kafka scrisse sempre con ferocia, dove gli capitava, come gli capitava, senza il complesso dell'editing. Nessun grande scrittore ha mai frequentato una scuola di *creative writing*, né ha mai seguito regole precise, forse perché la letteratura non è una catena di montaggio fordista, ma è invece il regno dell'ignoto, di una virgola che manda all'aria un'esistenza. Scrivere, insomma, non è un esercizio pacifico o metodico, ma equivale, come dice Rimbaud, a «rendere l'anima mostruosa», a «crepare nel balzo attraverso le cose inaudite e innominabili».

## Calendario delle lezioni:

**venerdì (n. 2 incontri)**

**14 e 21 novembre 2025**

**ore 17.00 - 18.30**

## Relatori:

**CAP. Francesco Berloni,**

*comandante della Compagnia Carabinieri di Pioltello*

**LGT. Davide Leone,** *comandante della*

*Caserma di Cassina de' Pecchi*



## Come prevenire e riconoscere le truffe agli anziani

Le truffe agli anziani sono un problema serio e diffuso. Gli anziani sono spesso vittime di raggiri e inganni da parte di persone che approfittano della loro ingenuità e fiducia. Alcuni esempi di truffe comuni includono falsi dipendenti, tecnici, amici o altre persone che cercano di rubare denaro o informazioni personali.

Gli esempi più comuni:

- La truffa del "pacco"
- Falsi dipendenti Inps, Enel, Telecom, ecc.
- Truffa dell'incidente
- Truffa al telefono
- Truffa dell'amico

L'attenzione e la prudenza non sono mai poche in questi casi. È importante quindi adottare sempre qualche accorgimento di sicurezza. È meglio diffidare di chi suona alla porta presentandosi come un tecnico, chiedendo insistentemente di entrare senza aver preso alcun appuntamento. È importante sapere che Enti come Inps, Inail e Asl non hanno personale che effettuano visite a domicilio, quindi diffidare di chi si presenta come ispettore per accertamenti sul ticket sanitario, controllo documenti, annuncio di rimborsi o tecnici di servizi come luce, gas, acqua e telefono. Ricordare che l'abito non fa il monaco: spesso i truffatori si presentano come persone perbene, vestite in modo curato ed elegante, oppure indossando una divisa. Attenzione a non farsi convincere dall'aspetto rassicurante: i ladri possono avere qualsiasi età, aspetto fisico, nazionalità e genere!

## Utilizzo dei social media e relative responsabilità penali

Non bisogna sottovalutare che Internet è un mondo virtuale ma con pericoli reali. Fenomeni puniti dalla legge tramite il codice penale e normative ad hoc. In particolare ai giovani e agli adolescenti è bene far conoscere i rischi legati ai social network, per capire come evitarli:

- Phishing e furto di identità
- Pedopornografia, sextortion
- Diffusione illecita di immagini
- Bullismo e cyberbullismo

**lunedì (n. 2 incontri): 20 e 27 ottobre 2025 ore 17.30 - 18.30**

# OTTOBRE 2025

|                           |                                                                                   |                                                                                                                                                       |
|---------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Mercoledì 1 ottobre 2025  | 15,00 - 16,30<br>15,00 - 16,30<br>16,45 - 18,30<br>17,00 - 18,30                  | La conquista del West<br>Francese - base<br>Disegno - laboratorio<br>Francese - Intermedio                                                            |
| Giovedì 2 ottobre 2025    | 15,00 - 16,30<br>15,00 - 17,00<br>17,00 - 18,30<br>20,30 - 22,00<br>20,30 - 22,00 | Inglese - intermedio<br>Pittura ad olio - laboratorio<br>Pensare l'Intelligenza Artificiale<br>Astrologia<br>Inglese - conversazione                  |
| Venerdì 3 ottobre 2025    | 15,00 - 16,30<br>16,45 - 18,30<br>20,00 - 21,30                                   | Inglese - base<br>Creativo - laboratorio<br>Tango Argentino - laboratorio                                                                             |
| Lunedì 6 ottobre 2025     | 15,00 - 16,45<br>17,00 - 18,30<br>20,30 - 22,00<br>20,30 - 22,00                  | Informatica 1° liv. - laboratorio<br>Nuoto che passione - seminario<br>Spagnolo - base<br>Scultura su legno - laboratorio                             |
| Martedì 7 ottobre 2025    | 15,00 - 16,30<br>16,45 - 18,30<br>20,30 - 22,00<br>20,30 - 22,00                  | Medicina - dr. Marco Zignani<br>Tecniche di Decoupage - laboratorio<br>Il gioco degli scacchi per principianti - laboratorio<br>Spagnolo - intermedio |
| Mercoledì 8 ottobre 2025  | 15,00 - 16,30<br>15,00 - 16,30<br>16,45 - 18,30<br>17,00 - 18,30                  | La conquista del West<br>Francese - base<br>Disegno - laboratorio<br>Francese - Intermedio                                                            |
| Giovedì 9 ottobre 2025    | 15,00 - 16,30<br>15,00 - 17,00<br>17,00 - 18,30<br>20,30 - 22,00<br>20,30 - 22,00 | Inglese - intermedio<br>Pittura ad olio - laboratorio<br>Pensare l'Intelligenza Artificiale<br>Astrologia<br>Inglese - conversazione                  |
| Venerdì 10 ottobre 2025   | 15,00 - 16,30<br>16,45 - 18,30<br>20,00 - 21,30                                   | Inglese - base<br>Creativo - laboratorio<br>Tango Argentino - laboratorio                                                                             |
| Lunedì 13 ottobre 2025    | 15,00 - 16,45<br>17,00 - 18,30<br>20,30 - 22,00<br>20,30 - 22,00                  | Informatica 1° liv. - laboratorio<br>Nuoto che passione - seminario<br>Spagnolo - base<br>Scultura su legno - laboratorio                             |
| Martedì 14 ottobre 2025   | 15,00 - 16,30<br>16,45 - 18,30<br>20,30 - 22,00<br>20,30 - 22,00                  | Medicina - dr. Marco Zignani<br>Tecniche di Decoupage - laboratorio<br>Il gioco degli scacchi per principianti - laboratorio<br>Spagnolo - intermedio |
| Mercoledì 15 ottobre 2025 | 15,00 - 16,30<br>15,00 - 16,30<br>16,45 - 18,30<br>17,00 - 18,30                  | La conquista del West<br>Francese - base<br>Disegno - laboratorio<br>Francese - intermedio                                                            |
| Giovedì 16 ottobre 2025   | 15,00 - 16,30<br>15,00 - 17,00<br>17,00 - 18,30<br>20,30 - 22,00<br>20,30 - 22,00 | Inglese - intermedio<br>Pittura ad olio - laboratorio<br>Pensare l'Intelligenza Artificiale<br>Astrologia<br>Inglese - conversazione                  |

O  
B  
A  
D  
N  
E  
L  
A  
G

|                           |                                                                                   |                                                                                                                                                       |
|---------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Venerdì 17 ottobre 2025   | 15,00 - 16,30<br>16,45 - 18,30<br>20,00 - 21,30                                   | Inglese - base<br>Creativo - laboratorio<br>Tango Argentino - laboratorio                                                                             |
| Lunedì 20 ottobre 2025    | 15,00 - 16,45<br>17,00 - 18,30<br>20,30 - 22,00<br>20,30 - 22,00                  | Informatica 1° liv. - laboratorio<br>Truffe nelle loro diverse manifestazioni - seminario<br>Spagnolo - base<br>Scultura su legno - laboratorio       |
| Martedì 21 ottobre 2025   | 15,00 - 16,30<br>16,45 - 18,30<br>20,30 - 22,00<br>20,30 - 22,00                  | Medicina - dr. Marco Zignani<br>Tecniche di Decoupage - laboratorio<br>Il gioco degli scacchi per principianti - laboratorio<br>Spagnolo - intermedio |
| Mercoledì 22 ottobre 2025 | 15,00 - 16,30<br>15,00 - 16,30<br>16,45 - 18,30<br>17,00 - 18,30                  | La conquista del West<br>Francese - base<br>Disegno - laboratorio<br>Francese - intermedio                                                            |
| Giovedì 23 ottobre 2025   | 15,00 - 16,30<br>15,00 - 17,00<br>17,00 - 18,30<br>20,30 - 22,00<br>20,30 - 22,00 | Inglese - intermedio<br>Pittura ad olio - laboratorio<br>Pensare l'Intelligenza Artificiale<br>Astrologia<br>Inglese - conversazione                  |
| Venerdì 24 ottobre 2025   | 15,00 - 16,30<br>16,45 - 18,30<br>20,00 - 21,30                                   | Inglese - base<br>Creativo - laboratorio<br>Tango Argentino - laboratorio                                                                             |
| Lunedì 27 ottobre 2025    | 15,00 - 16,45<br>17,00 - 18,30<br>20,30 - 22,00<br>20,30 - 22,00                  | Informatica 1° liv. - laboratorio<br>Truffe nelle loro diverse manifestazioni - seminario<br>Spagnolo - base<br>Scultura su legno - laboratorio       |
| Martedì 28 ottobre 2025   | 15,00 - 16,30<br>16,45 - 18,30<br>20,30 - 22,00<br>20,30 - 22,00                  | Medicina - dr. Marco Zignani<br>Tecniche di Decoupage - laboratorio<br>Il gioco degli scacchi per principianti - laboratorio<br>Spagnolo - intermedio |
| Mercoledì 29 ottobre 2025 | 15,00 - 16,30<br>15,00 - 16,30<br>16,45 - 18,30<br>17,00 - 18,30                  | La conquista del West<br>Francese - base<br>Disegno - laboratorio<br>Francese - intermedio                                                            |
| Giovedì 30 ottobre 2025   | 15,00 - 16,30<br>15,00 - 17,00<br>17,00 - 18,30<br>20,30 - 22,00<br>20,30 - 22,00 | Inglese - intermedio<br>Pittura ad olio - laboratorio<br>Pensare l'Intelligenza Artificiale<br>Astrologia<br>Inglese - conversazione                  |
| Venerdì 31 ottobre 2025   | 15,00 - 16,30<br>16,45 - 18,30<br>20,00 - 21,30                                   | Inglese - base<br>Creativo - laboratorio<br>Tango Argentino - laboratorio                                                                             |

## NOVEMBRE 2025

|                        |                                                                  |                                                                                                                            |
|------------------------|------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Lunedì 3 novembre 2025 | 15,00 - 16,45<br>17,00 - 18,30<br>20,30 - 22,00<br>20,30 - 22,00 | Informatica 1° liv. - laboratorio<br>La Prima Guerra di Indipendenza<br>Spagnolo - base<br>Scultura su legno - laboratorio |
|------------------------|------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

|                            |                                                                                   |                                                                                                                                                                                  |
|----------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Martedì 4 novembre 2025    | 15,00 - 16,30<br>16,45 - 18,30<br>20,30 - 22,00<br>20,30 - 22,00                  | "Antonio, fa caldo" ... Il clima che cambia - seminario<br>Tecniche di Decoupage - laboratorio<br>Il gioco degli scacchi per principianti - laboratorio<br>Spagnolo - intermedio |
| Mercoledì 5 novembre 2025  | 15,00 - 16,30<br>15,00 - 16,30<br>16,45 - 18,30<br>17,00 - 18,30                  | La conquista del West<br>Francese - base<br>Disegno - laboratorio<br>Francese - intermedio                                                                                       |
| Giovedì 6 novembre 2025    | 15,00 - 16,30<br>15,00 - 17,00<br>17,00 - 18,30<br>20,30 - 22,00<br>20,30 - 22,00 | Inglese - intermedio<br>Pittura ad olio - laboratorio<br>Pensare l'Intelligenza Artificiale<br>Astrologia<br>Inglese - conversazione                                             |
| Venerdì 7 novembre 2025    | 15,00 - 16,30<br>16,45 - 18,30                                                    | Inglese - base<br>Creativo - laboratorio                                                                                                                                         |
| Lunedì 10 novembre 2025    | 15,00 - 16,45<br>17,00 - 18,30<br>20,30 - 22,00<br>20,30 - 22,00                  | Informatica 1° liv. - laboratorio<br>La Prima Guerra di Indipendenza<br>Spagnolo - base<br>Scultura su legno - laboratorio                                                       |
| Martedì 11 novembre 2025   | 15,00 - 16,30<br>16,45 - 18,30<br>20,30 - 22,00<br>20,30 - 22,00                  | "Antonio, fa caldo". Il clima che cambia - seminario<br>Tecniche di Decoupage - laboratorio<br>Il gioco degli scacchi per principianti - laboratorio<br>Spagnolo - intermedio    |
| Mercoledì 12 novembre 2025 | 15,00 - 16,30<br>16,45 - 18,30<br>17,00 - 18,30                                   | Francese - base<br>Disegno - laboratorio<br>Francese - intermedio                                                                                                                |
| Giovedì 13 novembre 2025   | 15,00 - 16,30<br>15,00 - 17,00<br>20,30 - 22,00<br>20,30 - 22,00                  | Inglese - intermedio<br>Pittura ad olio - laboratorio<br>Astrologia<br>Inglese - conversazione                                                                                   |
| Venerdì 14 novembre 2025   | 15,00 - 16,30<br>16,45 - 18,30<br>17,00 - 18,30                                   | Inglese - base<br>Creativo - laboratorio<br>Scuole di scrittura creativa - seminario                                                                                             |
| Lunedì 17 novembre 2025    | 15,00 - 16,45<br>15,00 - 16,30<br>17,00 - 18,30<br>20,30 - 22,00<br>20,30 - 22,00 | Informatica 1° liv. - laboratorio<br>Psicologia - dr.ssa Barbara Meroni<br>La Prima Guerra di Indipendenza<br>Spagnolo - base<br>Scultura su legno - laboratorio                 |
| Martedì 18 novembre 2025   | 15,00 - 16,30<br>16,45 - 18,30<br>20,30 - 22,00<br>20,30 - 22,00                  | Medicina - dr.ssa Giulia Martina Bassi<br>Tecniche di Decoupage - laboratorio<br>Il gioco degli scacchi per principianti - laboratorio<br>Spagnolo - intermedio                  |
| Mercoledì 19 novembre 2025 | 15,00 - 16,30<br>15,00 - 16,30<br>16,45 - 18,30<br>17,00 - 18,30                  | Alimentazione e salute - dr.ssa Theodora M. Panni<br>Francese - base<br>Disegno - laboratorio<br>Francese - intermedio                                                           |
| Giovedì 20 novembre 2025   | 15,00 - 16,30<br>15,00 - 17,00<br>17,00 - 18,30<br>20,30 - 22,00<br>20,30 - 22,00 | Inglese - intermedio<br>Pittura ad olio - laboratorio<br>Medicina - dr. Alessandro Bellinato<br>Astrologia<br>Inglese - conversazione                                            |

|                            |                                                                                   |                                                                                                                                                                  |
|----------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Venerdì 21 novembre 2025   | 15,00 - 16,30<br>16,45 - 18,30<br>17,00 - 18,30                                   | Inglese - base<br>Creativo - laboratorio<br>Scuole di scrittura creativa - seminario                                                                             |
| Lunedì 24 novembre 2025    | 15,00 - 16,45<br>15,00 - 16,30<br>17,00 - 18,30<br>20,30 - 22,00<br>20,30 - 22,00 | Informatica 1° liv. - laboratorio<br>Psicologia - dr.ssa Barbara Meroni<br>La Prima Guerra di Indipendenza<br>Spagnolo - base<br>Scultura su legno - laboratorio |
| Martedì 25 novembre 2025   | 15,00 - 16,30<br>16,45 - 18,30<br>20,30 - 22,00<br>20,30 - 22,00                  | Medicina - dr.ssa Giulia Martina Bassi<br>Tecniche di Decoupage - laboratorio<br>Il gioco degli scacchi per principianti - laboratorio<br>Spagnolo - intermedio  |
| Mercoledì 26 novembre 2025 | 15,00 - 16,30<br>15,00 - 16,30<br>16,45 - 18,30<br>17,00 - 18,30                  | Alimentazione e salute - dr.ssa Theodora M. Panni<br>Francese - base<br>Disegno - laboratorio<br>Francese - intermedio                                           |
| Giovedì 27 novembre 2025   | 15,00 - 16,30<br>15,00 - 17,00<br>17,00 - 18,30<br>20,30 - 22,00<br>20,30 - 22,00 | Inglese - intermedio<br>Pittura ad olio - laboratorio<br>Medicina - dr. Alessandro Bellinato<br>Astrologia<br>Inglese - conversazione                            |
| Venerdì 28 novembre 2025   | 15,00 - 16,30<br>16,45 - 18,30<br>17,00 - 18,30                                   | Inglese - base<br>Creativo - laboratorio<br>Il linguaggio segreto dei numeri - seminario                                                                         |

## DICEMBRE 2025

|                           |                                                                                   |                                                                                                                                                                  |
|---------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Lunedì 1 dicembre 2025    | 15,00 - 16,45<br>15,00 - 16,30<br>17,00 - 18,30<br>20,30 - 22,00<br>20,30 - 22,00 | Informatica 1° liv. - laboratorio<br>Psicologia - dr.ssa Barbara Meroni<br>La Prima Guerra di Indipendenza<br>Spagnolo - base<br>Scultura su legno - laboratorio |
| Martedì 2 dicembre 2025   | 15,00 - 16,30<br>16,45 - 18,30<br>20,30 - 22,00<br>20,30 - 22,00                  | Medicina - dr.ssa Giulia Martina Bassi<br>Tecniche di Decoupage - laboratorio<br>Il gioco degli scacchi per principianti - laboratorio<br>Spagnolo - intermedio  |
| Mercoledì 3 dicembre 2025 | 15,00 - 16,30<br>15,00 - 16,30<br>16,45 - 18,30<br>17,00 - 18,30                  | Come usare il defibrillatore - P.A.D. seminario<br>Francese - base<br>Disegno - laboratorio<br>Francese - intermedio                                             |
| Giovedì 4 dicembre 2025   | 15,00 - 16,30<br>15,00 - 17,00<br>20,30 - 22,00<br>20,30 - 22,00                  | Inglese - intermedio<br>Pittura ad olio - laboratorio<br>Astrologia<br>Inglese - conversazione                                                                   |
| Venerdì 5 dicembre 2025   | 15,00 - 16,30<br>16,45 - 18,30<br>17,00 - 18,30                                   | Inglese - base<br>Creativo - laboratorio<br>Il linguaggio segreto dei numeri - seminario                                                                         |

Lunedì 8 dicembre 2025 festività

|                         |                                                                  |                                                                                                                                                                 |
|-------------------------|------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Martedì 9 dicembre 2025 | 15,00 - 16,30<br>16,45 - 18,30<br>20,30 - 22,00<br>20,30 - 22,00 | Medicina - dr.ssa Giulia Martina Bassi<br>Tecniche di Decoupage - laboratorio<br>Il gioco degli scacchi per principianti - laboratorio<br>Spagnolo - intermedio |
|-------------------------|------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

|                            |                                                                  |                                                                                                                            |
|----------------------------|------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Mercoledì 10 dicembre 2025 | 15,00 - 16,30<br>15,00 - 16,30<br>16,45 - 18,30<br>17,00 - 18,30 | Come usare il defibrillatore - P.A.D. - seminario<br>Francese - base<br>Disegno - laboratorio<br>Francese - intermedio     |
| Giovedì 11 dicembre 2025   | 15,00 - 16,30<br>15,00 - 17,00<br>20,30 - 22,00                  | Inglese - intermedio<br>Pittura ad olio - laboratorio<br>Inglese - conversazione                                           |
| Venerdì 12 dicembre 2025   | 15,00 - 16,30<br>16,45 - 18,30<br>17,00 - 18,30                  | Inglese - base<br>Creativo - laboratorio<br>Il linguaggio segreto dei numeri - seminario                                   |
| Lunedì 15 dicembre 2025    | 15,00 - 16,45<br>17,00 - 18,30<br>20,30 - 22,00<br>20,30 - 22,00 | Informatica 1° liv. - laboratorio<br>La Prima Guerra di Indipendenza<br>Spagnolo - base<br>Scultura su legno - laboratorio |
| Martedì 16 dicembre 2025   | 16,45 - 18,30<br>20,30 - 22,00<br>20,30 - 22,00                  | Tecniche di Decoupage - laboratorio<br>Il gioco degli scacchi per principianti - laboratorio<br>Spagnolo - intermedio      |
| Mercoledì 17 dicembre 2025 | 15,00 - 16,30<br>16,45 - 18,30<br>17,00 - 18,30                  | Francese - base<br>Disegno - laboratorio<br>Francese - intermedio                                                          |
| Giovedì 18 dicembre 2025   | 15,00 - 16,30<br>15,00 - 17,00<br>20,30 - 22,00                  | Inglese - intermedio<br>Pittura ad olio - laboratorio<br>Inglese - conversazione                                           |
| Venerdì 19 dicembre 2025   | 15,00 - 16,30<br>16,45 - 18,30                                   | Inglese - base<br>Creativo - laboratorio                                                                                   |
| Lunedì 22 dicembre 2025    | 20,30 - 22,00<br>20,30 - 22,00                                   | Spagnolo - base<br>Scultura su legno - laboratorio                                                                         |

Da martedì 23 dicembre 2025 a martedì 6 gennaio 2026 sospensione per festività natalizie

## GENNAIO 2026

|                          |                                                                  |                                                                                                                                                               |
|--------------------------|------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Mercoledì 7 gennaio 2026 | 15,00 - 16,45<br>15,00 - 16,30<br>16,45 - 18,30<br>17,00 - 18,30 | Informatica 2° liv. - laboratorio<br>Francese - base<br>Disegno - laboratorio<br>Francese - intermedio                                                        |
| Giovedì 8 gennaio 2026   | 15,00 - 16,30<br>15,00 - 17,00<br>20,30 - 22,00<br>20,30 - 22,00 | Inglese - intermedio<br>Pittura ad olio - laboratorio<br>Previsioni astrologiche - seminario<br>Inglese - conversazione                                       |
| Venerdì 9 gennaio 2026   | 15,00 - 16,30<br>17,00 - 18,30<br>19,30 - 20,30                  | Inglese - base<br>Psicologia - dr.ssa Chiara Mauri<br>Pilates matwork - laboratorio                                                                           |
| Lunedì 12 gennaio 2026   | 15,00 - 17,00<br>17,00 - 18,30<br>18,30 - 20,00<br>20,30 - 22,00 | Storia dell'arte<br>Sartoria - laboratorio<br>Laboratorio di pratiche teatrali - laboratorio<br>Spagnolo - base                                               |
| Martedì 13 gennaio 2026  | 15,00 - 17,00<br>17,00 - 18,30<br>20,30 - 22,00<br>20,30 - 22,00 | Tecniche di Decoupage - laboratorio<br>Medicina - dr. Roberto Genoni<br>Impariamo ad invecchiare in modo attivo e sereno - seminario<br>Spagnolo - intermedio |

|                           |                                                                  |                                                                                                                                                               |   |
|---------------------------|------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|
| Mercoledì 14 gennaio 2026 | 15,00 - 16,45<br>15,00 - 16,30<br>16,45 - 18,30<br>17,00 - 18,30 | Informatica 2° liv.- laboratorio<br>Francese - base<br>Disegno - laboratorio<br>Francese - intermedio                                                         | O |
| Giovedì 15 gennaio 2026   | 15,00 - 16,30<br>15,00 - 17,00<br>20,30 - 22,00<br>20,30 - 22,00 | Inglese - intermedio<br>Pittura ad olio - laboratorio<br>Previsioni astrologiche - seminario<br>Inglese - conversazione                                       |   |
| Venerdì 16 gennaio 2026   | 15,00 - 16,30<br>17,00 - 18,30<br>19,30 - 20,30                  | Inglese - base<br>Psicologia - dr.ssa Chiara Mauri<br>Pilates matwork - laboratorio                                                                           |   |
| Lunedì 19 gennaio 2026    | 15,00 - 17,00<br>17,00 - 18,30<br>18,30 - 20,00<br>20,30 - 22,00 | Storia dell'arte<br>Sartoria - laboratorio<br>Laboratorio di pratiche teatrali - laboratorio<br>Spagnolo - base                                               |   |
| Martedì 20 gennaio 2026   | 15,00 - 17,00<br>17,00 - 18,30<br>20,30 - 22,00<br>20,30 - 22,00 | Tecniche di Decoupage - laboratorio<br>Medicina - dr. Roberto Genoni<br>Impariamo ad invecchiare in modo attivo e sereno - seminario<br>Spagnolo - intermedio | B |
| Mercoledì 21 gennaio 2026 | 15,00 - 16,45<br>15,00 - 16,30<br>16,30 - 18,30<br>17,00 - 18,30 | Informatica 2° liv.- laboratorio<br>Francese - base<br>Restauro mobili - laboratorio<br>Francese - intermedio                                                 |   |
| Giovedì 22 gennaio 2026   | 15,00 - 16,30<br>15,00 - 17,00<br>17,00 - 18,30<br>20,30 - 22,00 | Inglese - intermedio<br>Pittura ad olio - laboratorio<br>Angeli tra noi: incontri per ascoltare le ali dell'anima - seminario<br>Inglese - conversazione      |   |
| Venerdì 23 gennaio 2026   | 15,00 - 16,30<br>19,30 - 20,30                                   | Inglese - base<br>Pilates matwork- laboratorio                                                                                                                |   |
| Lunedì 26 gennaio 2026    | 15,00 - 17,00<br>17,00 - 18,30<br>18,30 - 20,00<br>20,30 - 22,00 | Storia dell'arte<br>Sartoria - laboratorio<br>Laboratorio di pratiche teatrali - laboratorio<br>Spagnolo - base                                               | A |
| Martedì 27 gennaio 2026   | 15,00 - 17,00<br>17,00 - 18,30<br>20,30 - 22,00<br>20,30 - 22,00 | Tecniche di decoupage - laboratorio<br>Medicina - dr. Roberto Genoni<br>Impariamo ad invecchiare in modo attivo e sereno - seminario<br>Spagnolo - intermedio |   |
| Mercoledì 28 gennaio 2026 | 15,00 - 16,45<br>15,00 - 16,30<br>16,30 - 18,30<br>17,00 - 18,30 | Informatica 2° liv.- laboratorio<br>Francese - base<br>Restauro mobili - laboratorio<br>Francese - intermedio                                                 |   |
| Giovedì 29 gennaio 2026   | 15,00 - 16,30<br>15,00 - 17,00<br>17,00 - 18,30<br>20,30 - 22,00 | Inglese - intermedio<br>Pittura ad olio - laboratorio<br>Angeli tra noi: incontri per ascoltare le ali dell'anima - seminario<br>Inglese - conversazione      |   |
| Venerdì 30 gennaio 2026   | 15,00 - 16,30<br>16,30 - 18,30<br>19,30 - 20,30                  | Inglese - base<br>Risparmio: vita e finanza<br>Pilates matwork - laboratorio                                                                                  | E |

|                            |                                                                  |                                                                                                                             |
|----------------------------|------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Lunedì 2 febbraio 2026     | 15,00 - 17,00<br>17,00 - 18,30<br>18,30 - 20,00<br>20,30 - 22,00 | Storia dell'arte<br>Sartoria - laboratorio<br>Laboratorio di pratiche teatrali - laboratorio<br>Spagnolo - base             |
| Martedì 3 febbraio 2026    | 15,00 - 16,30<br>20,30 - 22,00                                   | Matematica: numeri segreti e numeri nascosti- seminario<br>Spagnolo - intermedio                                            |
| Mercoledì 4 febbraio 2026  | 15,00 - 16,45<br>15,00 - 16,30<br>16,30 - 18,30<br>17,00 - 18,30 | Informatica 2° liv.- laboratorio<br>Francese - base<br>Restauro mobili - laboratorio<br>Francese - intermedio               |
| Giovedì 5 febbraio 2026    | 15,00 - 16,30<br>15,00 - 17,00<br>17,00 - 18,30<br>20,30 - 22,00 | Inglese - intermedio<br>Pittura ad olio - laboratorio<br>Diritto - Avv. Di Bello<br>Inglese - conversazione                 |
| Venerdì 6 febbraio 2026    | 15,00 - 16,30<br>16,30 - 18,30<br>19,30 - 20,30                  | Inglese - base<br>Risparmio: vita e finanza<br>Pilates matwork - laboratorio                                                |
| Lunedì 9 febbraio 2026     | 15,00 - 17,00<br>17,00 - 18,30<br>18,30 - 20,00<br>20,30 - 22,00 | Storia dell'arte<br>Sartoria - laboratorio<br>Laboratorio di pratiche teatrali - laboratorio<br>Spagnolo - base             |
| Martedì 10 febbraio 2026   | 15,00 - 16,30<br>17,00 - 18,30<br>20,30 - 22,00                  | Matematica: numeri segreti e numeri nascosti - seminario<br>Medicina - dr. Roberto Genoni<br>Spagnolo - intermedio          |
| Mercoledì 11 febbraio 2026 | 15,00 - 16,45<br>15,00 - 16,30<br>16,30 - 18,30<br>17,00 - 18,30 | Informatica 2° liv.- laboratorio<br>Francese - base<br>Restauro mobili - laboratorio<br>Francese - intermedio               |
| Giovedì 12 febbraio 2026   | 15,00 - 16,30<br>15,00 - 17,00<br>17,00 - 18,30<br>20,30 - 22,00 | Inglese - intermedio<br>Pittura ad olio - laboratorio<br>Diritto - Avv. Di Bello<br>Inglese - conversazione                 |
| Venerdì 13 febbraio 2026   | 15,00 - 16,30<br>16,30 - 18,30                                   | Inglese - base<br>Risparmio: vita e finanza                                                                                 |
| Lunedì 16 febbraio 2026    | 15,00 - 17,00<br>17,00 - 18,30<br>18,30 - 20,00<br>20,30 - 22,00 | Storia dell'arte<br>Sartoria - laboratorio<br>Laboratorio di pratiche teatrali - laboratorio<br>Spagnolo - base             |
| Martedì 17 febbraio 2026   | 15,00 - 16,30<br>16,45 - 18,30<br>20,30 - 22,00                  | Matematica: numeri segreti e numeri nascosti - seminario<br>Angelo, amplifica emozioni - seminario<br>Spagnolo - intermedio |
| Mercoledì 18 febbraio 2026 | 15,00 - 16,45<br>15,00 - 16,30<br>16,30 - 18,30<br>17,00 - 18,30 | Informatica 2° liv.- laboratorio<br>Francese - base<br>Restauro mobili - laboratorio<br>Francese - intermedio               |
| Giovedì 19 febbraio 2026   | 15,00 - 16,30<br>15,00 - 17,00<br>17,00 - 18,30<br>20,30 - 22,00 | Inglese - intermedio<br>Pittura ad olio - laboratorio<br>Diritto - Avv. Di Bello<br>Inglese - conversazione                 |

|                            |                                                                  |                                                                                                                                           |
|----------------------------|------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Venerdì 20 febbraio 2026   | 15,00 - 16,30<br>16,30 - 18,30                                   | Inglese - base<br>Risparmio: vita e finanza                                                                                               |
| Lunedì 23 febbraio 2026    | 15,00 - 17,00<br>17,00 - 18,30<br>18,30 - 20,00<br>20,30 - 22,00 | Storia dell'arte<br>Alimentazione e salute - dr.ssa Antonella Carini<br>Laboratorio di pratiche teatrali - laboratorio<br>Spagnolo - base |
| Martedì 24 febbraio 2026   | 15,00 - 16,30<br>17,00 - 18,30<br>20,30 - 22,00                  | Matematica: numeri segreti e numeri nascosti - seminario<br>Medicina - dr. Roberto Genoni<br>Spagnolo - intermedio                        |
| Mercoledì 25 febbraio 2026 | 15,00 - 16,45<br>15,00 - 16,30<br>16,30 - 18,30<br>17,00 - 18,30 | Informatica 2° liv.- laboratorio<br>Francese - base<br>Restauro mobili - laboratorio<br>Francese - intermedio                             |
| Giovedì 26 febbraio 2026   | 15,00 - 16,30<br>15,00 - 17,00<br>17,00 - 18,30<br>20,30 - 22,00 | Inglese - intermedio<br>Pittura ad olio - laboratorio<br>Diritto - Avv. Di Bello<br>Inglese - conversazione                               |
| Venerdì 27 febbraio 2026   | 15,00 - 16,30<br>16,30 - 18,30                                   | Inglese - base<br>Risparmio: vita e finanza                                                                                               |

## MARZO 2026

|                         |                                                                                   |                                                                                                                                                                          |
|-------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Lunedì 2 marzo 2026     | 15,00 - 17,00<br>17,00 - 18,30<br>18,30 - 20,00<br>20,30 - 22,00                  | Storia dell'arte<br>Alimentazione e salute - dr.ssa Antonella Carini<br>Laboratorio di pratiche teatrali - laboratorio<br>Spagnolo - base                                |
| Martedì 3 marzo 2026    | 15,00 - 16,30<br>17,00 - 18,30<br>20,30 - 22,00                                   | La via d'acqua tra Lecco e Milano - seminario<br>Filosofia: Riflessioni sulla libertà<br>Spagnolo - intermedio                                                           |
| Mercoledì 4 marzo 2026  | 15,00 - 16,45<br>15,00 - 16,30<br>16,30 - 18,30<br>17,00 - 18,30<br>20,30 - 22,00 | Informatica 2° liv.- laboratorio<br>Francese - base<br>Restauro mobili - laboratorio<br>Francese - intermedio<br>I mesi e le stagioni nella storia dell'arte - seminario |
| Giovedì 5 marzo 2026    | 15,00 - 16,30<br>17,00 - 18,30<br>20,30 - 22,00                                   | Inglese - intermedio<br>Diritto - Avv. Di Bello<br>Inglese - conversazione                                                                                               |
| Venerdì 6 marzo 2026    | 15,00 - 16,30<br>17,00 - 18,30<br>18,30 - 20,00                                   | Inglese - base<br>Riflessologia e cromoterapia auricolare - laboratorio<br>Shiatsu - laboratorio                                                                         |
| Lunedì 9 marzo 2026     | 15,00 - 17,00<br>17,00 - 18,30<br>18,30 - 20,00<br>20,30 - 22,00                  | Storia dell'arte<br>Alimentazione e salute - dr.ssa Antonella Carini<br>Laboratorio di pratiche teatrali - laboratorio<br>Spagnolo - base                                |
| Martedì 10 marzo 2026   | 15,00 - 16,30<br>17,00 - 18,30<br>20,30 - 22,00                                   | La via d'acqua tra Lecco e Milano - seminario<br>Filosofia: Riflessioni sulla libertà<br>Spagnolo - intermedio                                                           |
| Mercoledì 11 marzo 2026 | 15,00 - 16,45<br>15,00 - 16,30<br>16,30 - 18,30<br>17,00 - 18,30                  | Informatica 2° liv.- laboratorio<br>Francese - base<br>Restauro mobili - laboratorio<br>Francese - intermedio                                                            |

|                         |                                                                                   |                                                                                                                                                             |
|-------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Giovedì 12 marzo 2026   | 15,00 - 16,30<br>17,00 - 18,30<br>20,30 - 22,00                                   | Inglese - intermedio<br>Diritto - Avv. Di Bello<br>Inglese - conversazione                                                                                  |
| Venerdì 13 marzo 2026   | 15,00 - 16,00<br>17,00 - 18,30<br>18,30 - 20,00                                   | Inglese - base<br>Riflessologia e cromoterapia auricolare - laboratorio<br>Shiatsu - laboratorio                                                            |
| Lunedì 16 marzo 2026    | 15,00 - 17,00<br>17,00 - 18,30<br>18,30 - 20,00<br>20,30 - 22,00                  | Storia dell'arte<br>Alimentazione e salute - dr.ssa Antonella Carini<br>Laboratorio di pratiche teatrali - laboratorio<br>Spagnolo - base                   |
| Martedì 17 marzo 2026   | 15,00 - 16,30<br>17,00 - 18,30<br>20,30 - 22,00                                   | La via d'acqua tra Lecco e Milano - seminario<br>Medicina - dr. Luciano Isa<br>Spagnolo - intermedio                                                        |
| Mercoledì 18 marzo 2026 | 15,00 - 16,30<br>15,00 - 16,30<br>16,30 - 18,30<br>17,00 - 18,30<br>20,30 - 22,00 | Francese - base<br>Viaggi nella storia<br>Restauro mobili - laboratorio<br>Francese - intermedio<br>I mesi e le stagioni nella storia dell'arte - seminario |
| Giovedì 19 marzo 2026   | 15,00 - 16,30<br>17,00 - 18,30<br>20,30 - 22,00                                   | Inglese - intermedio<br>Le Assicurazioni - seminario<br>Inglese - conversazione                                                                             |
| Venerdì 20 marzo 2026   | 15,00 - 16,30<br>17,00 - 18,30<br>18,30 - 20,00                                   | Inglese - base<br>Riflessologia e cromoterapia auricolare - laboratorio<br>Shiatsu - laboratorio                                                            |
| Lunedì 23 marzo 2026    | 15,00 - 17,00<br>17,00 - 18,30<br>17,00 - 18,30<br>18,30 - 20,00<br>20,30 - 22,00 | Storia dell'arte<br>Burraco - laboratorio<br>Scrittura creativa - laboratorio<br>Laboratorio di pratiche teatrali - laboratorio<br>Spagnolo - base          |
| Martedì 24 marzo 2026   | 15,00 - 16,00<br>20,30 - 22,00                                                    | Il cammino del Nord - seminario<br>Spagnolo - intermedio                                                                                                    |
| Mercoledì 25 marzo 2026 | 15,00 - 16,30<br>15,00 - 16,30<br>17,00 - 18,30                                   | Francese - base<br>Viaggi nella storia<br>Francese - intermedio                                                                                             |
| Giovedì 26 marzo 2026   | 15,00 - 16,30<br>17,00 - 18,30<br>20,30 - 22,00                                   | Inglese - intermedio<br>Le Assicurazioni - seminario<br>Inglese - conversazione                                                                             |
| Venerdì 27 marzo 2026   | 15,00 - 16,30<br>17,00 - 18,30<br>18,30 - 20,00                                   | Inglese - base<br>Riflessologia e cromoterapia auricolare - laboratorio<br>Shiatsu - laboratorio                                                            |
| Lunedì 30 marzo 2026    | 15,00 - 17,00<br>17,00 - 18,30<br>17,00 - 18,30<br>18,30 - 20,00<br>20,30 - 22,00 | Storia dell'arte<br>Burraco - laboratorio<br>Scrittura creativa - laboratorio<br>Laboratorio di pratiche teatrali - laboratorio<br>Spagnolo - base          |
| Martedì 31 marzo 2026   | 15,00 - 16,00<br>17,00 - 18,30<br>20,30 - 22,00                                   | Il cammino del Nord - seminario<br>Diritto - Avv. Lenzerini<br>Spagnolo - intermedio                                                                        |

Mercoledì 1 aprile 2026  
15,00 - 16,30  
15,00 - 16,30  
17,00 - 18,30  
20,30 - 22,00

Francese - base  
Viaggi nella storia  
Francese - intermedio  
I mesi e le stagioni nella storia dell'arte - seminario

Giovedì 2 aprile 2026  
15,00 - 16,30  
17,00 - 18,30  
20,30 - 22,00

Inglese - intermedio  
Le Assicurazioni - seminario  
Inglese - conversazione

Dal 3 al 6 aprile 2026 sospensione per festività pasquali

Martedì 7 aprile 2026  
15,00 - 16,00  
17,00 - 18,30  
20,30 - 22,00

Il cammino del Nord - seminario  
Diritto - Avv. Lenzerini  
Spagnolo - intermedio

Mercoledì 8 aprile 2026  
15,00 - 16,30  
15,00 - 16,30  
17,00 - 18,30

Francese - base  
Viaggi nella storia  
Francese - intermedio

Giovedì 9 aprile 2026  
15,00 - 16,30  
17,00 - 18,30  
20,30 - 22,00

Inglese - intermedio  
Filosofia: I Padri della Psicanalisi  
Inglese - conversazione

Venerdì 10 aprile 2026  
15,00 - 16,30  
17,00 - 18,30  
18,30 - 20,00

Inglese - base  
Riflessologia e cromoterapia auricolare - laboratorio  
Shiatsu - laboratorio

Lunedì 13 aprile 2026  
15,00 - 17,00  
17,00 - 18,30  
17,00 - 18,30  
18,30 - 20,00  
20,30 - 22,00

Storia dell'arte  
Burraco - laboratorio  
Scrittura creativa - laboratorio  
Laboratorio di pratiche teatrali - laboratorio  
Spagnolo - base

Martedì 14 aprile 2026  
15,00 - 16,00  
17,00 - 18,30  
20,30 - 22,00

Il cammino del Nord - seminario  
Diritto - Avv. Lenzerini  
Spagnolo - intermedio

Mercoledì 15 aprile 2026  
15,00 - 16,30  
15,00 - 16,30  
17,00 - 18,30  
20,30 - 22,00

Francese - base  
Viaggi nella storia  
Francese - intermedio  
I mesi e le stagioni nella storia dell'arte - seminario

Giovedì 16 aprile 2026  
15,00 - 16,30  
17,00 - 18,30  
20,30 - 22,00

Inglese - intermedio  
Filosofia: I Padri della Psicanalisi  
Inglese - conversazione

Venerdì 17 aprile 2026  
15,00 - 16,30  
17,00 - 18,30  
18,30 - 20,00

Inglese - base  
Riflessologia e cromoterapia auricolare - laboratorio  
Shiatsu - laboratorio

Lunedì 20 aprile 2026  
15,00 - 17,00  
17,00 - 18,30  
17,00 - 18,30  
18,30 - 20,00  
20,30 - 22,00

Storia dell'arte  
Burraco - laboratorio  
Scrittura creativa - laboratorio  
Laboratorio di pratiche teatrali - laboratorio  
Spagnolo - base

Martedì 21 aprile 2026  
15,00 - 16,30  
17,00 - 18,30  
20,30 - 22,00

Medicina - dr.ssa Angela A. Lariccia  
Diritto - Avv. Lenzerini  
Spagnolo - intermedio

Mercoledì 22 aprile 2026  
15,00 - 16,30  
15,00 - 16,30  
17,00 - 18,30

Francese - base  
Home staging - seminario  
Francese - intermedio

Giovedì 23 aprile 2026  
15,00 - 16,30  
17,00 - 18,30  
20,30 - 22,00

Inglese - intermedio  
Filosofia: I Padri della Psicanalisi  
Inglese - conversazione

### Venerdì 24 aprile 2026 sospensione

Lunedì 27 aprile 2026  
15,00 - 17,00  
17,00 - 18,30  
17,00 - 18,30  
18,30 - 20,00  
20,30 - 22,00

Storia dell'arte  
Burraco - laboratorio  
Scrittura creativa - laboratorio  
Laboratorio di pratiche teatrali - laboratorio  
Spagnolo - base

Martedì 28 aprile 2026  
15,00 - 16,30  
17,00 - 18,30  
20,30 - 22,00

Medicina - dr.ssa Angela A. Lariccia  
Diritto - Avv. Lenzerini  
Spagnolo - intermedio

Mercoledì 29 aprile 2026  
15,00 - 16,30  
17,00 - 18,30

Home staging - seminario  
Medicina - dr. Giuseppe A. Iannocari

Giovedì 30 aprile 2026  
15,00 - 16,30  
17,00 - 18,30

Medicina - dr. Mario Olivieri  
Filosofia: I Padri della Psicanalisi

## MAGGIO 2026

### Venerdì 1° maggio 2026 sospensione per festività

Lunedì 4 maggio 2026  
15,00 - 16,30  
17,00 - 18,30  
17,00 - 18,30  
18,30 - 20,00  
20,30 - 22,00

La Costituzione della Repubblica Italiana - seminario  
Burraco - laboratorio  
Scrittura creativa - laboratorio  
Laboratorio di pratiche teatrali - laboratorio  
Spagnolo - base

Martedì 5 maggio 2026  
15,00 - 16,30  
17,00 - 18,30  
20,30 - 22,00

Filosofia: Poesia e senso della Vita  
Diritto - Avv. Lenzerini  
Spagnolo - intermedio

Mercoledì 6 maggio 2026  
17,00 - 18,30

Medicina - dr. Giuseppe A. Iannocari

Giovedì 7 maggio 2026  
15,00 - 16,30  
17,00 - 18,30

Medicina - dr. Mario Olivieri  
Dalle calende a internet - seminario

Venerdì 8 maggio 2026  
15,00 - 16,30  
17,00 - 18,30  
18,30 - 20,00

Inglese - base  
Riflessologia e cromoterapia auricolare - laboratorio  
Shiatsu - laboratorio

Lunedì 11 maggio 2026  
15,00 - 16,30  
17,00 - 18,30  
17,00 - 18,30  
18,30 - 20,00  
20,30 - 22,00

La Costituzione della Repubblica Italiana - seminario  
Burraco - laboratorio  
Scrittura creativa - laboratorio  
Laboratorio di pratiche teatrali - laboratorio  
Spagnolo - base

Martedì 12 maggio 2026  
15,00 - 16,30

Filosofia: Poesia e senso della Vita

### Mercoledì 13 maggio 2026 giornata libera

Giovedì 14 maggio 2026  
17,00 - 18,30

Dalle calende a internet- seminario

Venerdì 15 maggio 2026  
15,00 - 16,30  
17,00 - 18,30  
18,30 - 20,00

Inglese - base  
Riflessologia e cromoterapia auricolare - laboratorio  
Shiatsu - laboratorio

**Sabato 13 settembre 2025 ore 15.30**  
**INAUGURAZIONE UNIVERSITA' 2000**  
**Educazione e Formazione Permanente**  
**Anno Accademico 2025 – 2026**

**presso Spazio Cultura Giuseppe Verdi**  
**P.zza Europa 16/A Cassina de' Pecchi**



**Sabato 16 maggio 2026 ore 15.30**  
**CERIMONIA DI CHIUSURA**  
**UNIVERSITÀ 2000 Educazione**  
**e Formazione Permanente**  
**Anno Accademico 2025 - 2026**

**presso Spazio Cultura Giuseppe Verdi**  
**P.zza Europa 16/A Cassina de' Pecchi**



Galleria  
del tempo  
*gioielli e orologi*



Via Matteotti, 7  
20060 Cassina de' Pecchi  
Tel. 02 95344184  
[www.gioiellishop.it](http://www.gioiellishop.it)



Farmacia  
Cassina de' Pecchi

LA FERMATA DELLA SALUTE

**Via Papa Giovanni XXIII, 5 Cassina De' Pecchi (MI)**

**Tel. 029529238 - Fax. 029529780**

**[farmacia.meriggi@gmail.com](mailto:farmacia.meriggi@gmail.com)**

**Da Lunedì a Venerdì: 08.30 - 12.30 | 15.30 - 19.30**

**Sabato: 08.30 - 12.30**

*Un ringraziamento agli Sponsor*



# CASSINA DE' PECCHI E VIGNATE

---

SOLIDARIETÀ E AMICIZIA SONO L'ESSENZA DEL NOSTRO SERVIRE

