

ANNO ACCADEMICO
2024/25

UNIVERSITÀ 2000

Educazione e Formazione Permanente
Fondata nel 1996 con il Lions Club Cassina de' Pecchi - Naviglio Martesana



Scuola di Atene - Affresco di Raffaello Sanzio



Comune
Cassina de' Pecchi
Città Metropolitana di Milano



Con la collaborazione
Lions Club
Cassina de' Pecchi e Vignate

BENVENUTA
Casa

"Se potessi ricreare la casa di anima li
Sono sicuro che ne trarrei un arricchimento
spirituale e una più compiuta visione del mondo."

Primo Zito

TECNOCASA CASSINA DE' PECCHI tel 02.95.22.172

TECNOCASA



- Contratti di locazione, sfratti
- Consulenza diritto condominiale
- Consulenza Superbonus e bonus fiscali
- Consulenza tributaria per gli immobili

***Chiedici come mettere a reddito la
seconda casa in piena correttezza
e sicurezza, ti sapremo aiutare.***

Confedilizia Martesana
via Giuseppe Verdi 38/C
20063 Cernusco sul Naviglio (MI)
Tel. 0292271777
info@confediliziamartesana.it
www.confediliziamartesana.it



Un ringraziamento agli Sponsor

Carissimi cittadini e carissime cittadine di Cassina, anche quest'anno siamo lieti di annunciare che si rinnova l'ottima esperienza dei corsi dell'Università 2000. Un caleidoscopio di proposte in grado di intercettare tutti gli interessi, gli hobby, le curiosità, le esperienze nozionistiche e conoscitive che ci aiutano a rimanere attivi mentalmente oltre che ben inseriti nella comunità. Dopo il successo ottenuto lo scorso anno non posso che augurarmi il giusto seguito anche per le proposte che andiamo ad annunciare.

Il mio doveroso grazie va ai docenti, tutti qualificati e molto disponibili, ai volontari che si danno da fare gratuitamente per la buona riuscita delle iniziative, al personale dei Servizi Sociali del Comune, ai Lions, oltre che (ovviamente) a tutti i corsisti che frequentano interessandosi e aiutandoci con i loro suggerimenti per migliorare sempre. Università 2000 è una macchina perfetta che funziona a meraviglia solo grazie a tutte queste componenti, che interagiscono e si innescano in virtuosi processi con la stessa finalità: il successo e il gradimento della platea dei fruitori. La comunità cassinese è soprattutto questo: solidarietà, aiuto reciproco e comprensione dei bisogni altrui.

Dott.ssa Elisa Balconi
Sindaco

Mi accingo a scrivere queste righe per l'apertura del nuovo anno accademico dell'Università 2000 confortata dai risultati dell'anno accademico appena trascorso. Noto con piacere che tutti i timori per il calo delle iscrizioni dovuto alla pandemia sono ormai un ricordo e l'Università 2000 ha ripreso alla grande; segno che le difficoltà degli anni passati siano ormai un ricordo del passato.

Siamo, ancora una volta, riusciti a fare in modo che la socializzazione, l'apprendimento, condiviso e divertente, siano tornati al centro della nostra attività d'insegnamento. Questo mi fa bene sperare che, visto il successo di molti corsi, l'entusiasmo e la vita sociale siano ripresi a pieno ritmo.

Credo che l'intento di fare di questo luogo la nostra comune casa dove solidarietà, apprendimento, allegria, socializzazione si uniscono sotto un comune denominatore sia un impegno che portiamo avanti con determinazione e passione. L'Università 2000 è un fiore all'occhiello del Comune e dei Lions, che ne sono fondatori, perché rappresenta il modo più alto e autentico il concetto di 'servizio alla comunità'.

Molto ancora c'è da fare soprattutto nella ricerca di nuovi argomenti da proporre al sempre più vasto pubblico che decide di frequentare i nostri corsi; pubblico che viene anche dai comuni della zona a riprova della qualità e varietà delle nostre proposte. Non è un'impresa facile accontentare tutti, ma ci proviamo. Ci proviamo perché apprendere non è solo immagazzinare nozioni; è anche un percorso di crescita interiore, è diventare più consapevole, nutrire la propria Anima con qualcosa di bello e interessante.

Stare insieme, parlare, scambiare opinioni, magari fare nuove conoscenze è l'essenza di ciò che negli anni abbiamo costruito. Il nostro è un servizio alla nostra comunità, forse il più alto e soddisfacente: dare spazio al vostro bisogno di interagire col prossimo, soddisfare in parte la sete di conoscenza e soprattutto portare un po' di serenità nei vostri cuori. E' bello vedere come si affrontano le lezioni con entusiasmo e spirito direi...adolescenziale ed è altrettanto bello e gratificante lo scambio reciproco, a un livello più alto e profondo, che si instaura tra docente e discente in un apprendimento e arricchimento continuo che coinvolge entrambe le parti. Se saremo riusciti a fare tutto questo allora la nostra missione lionistica si sarà compiuta e siamo felici quanto voi di dedicare il nostro tempo al vostro servizio.

Ringrazio tutti della vostra partecipazione perché sono sicura che avete reso la nostra vita più ricca e piena di significato e in primis ci avete permesso di adempiere al nostro servizio verso la comunità; cosa primaria nella vita di un Lions.

Faccio i miei più sentiti auguri a tutti per questo nuovo anno scolastico nel vero e più profondo spirito lionistico.

Dott.ssa Maria Cristina Iovinella

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 2024 - 2025:** 1 ottobre 2024

► **Iscrizioni e Pagamento quote:** dal 16 settembre 2024 e durante tutto l'anno accademico attraverso la piattaforma Simeal accessibile dal sito del Comune di Cassina de' Pecchi: *Servizi per il cittadino, Scuola, App Simeal*. 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 ragioni di carattere amministrativo e organizzativo, si informano gli iscritti che non è possibile effettuare rimborsi in seguito ad una eventuale revoca della propria iscrizione a corsi già avviati.

Si può annullare la propria iscrizione ai corsi e/o laboratori - se non ancora iniziati - e chiedere eventuale rimborso, dandone comunicazione via mail a universita2000@comune.cassinadepecchi.mi.it, almeno una settimana prima della data d'inizio del corso stesso.

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

► Non è richiesto alcun titolo di studio

► **Quota d'iscrizione annuale valida per l'anno accademico Ottobre 2024 - Maggio 2025:**

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 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.

Tariffa aggiuntiva di €18,00 per la frequenza ad ogni corso o laboratorio eccedente il numero stabilito con la quota annuale.

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.

► 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:

Venerdì 1 novembre 2024

Dal 23 dicembre 2024 al 6 gennaio 2005

Dal 18 al 22 aprile 2025

Venerdì 25 aprile 2025

Giovedì 1° maggio 2025

Venerdì 2 maggio 2025

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

Tutti i Santi

Sospensione festività natalizia

Sospensione festività pasquale

Festa della Liberazione

Festa del Lavoro

Sospensione

Segreteria Università 2000

Centro 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

I CORSI	Docenti	pagine
▶ Alimentazione e Salute	Specialisti vari	8
▶ Astrologia	Thomas Molteni	9
▶ Circumnavigazione dell'Africa	Fortunato Taddei	10
▶ Diritto	Specialisti vari	11
▶ Il mondo dei parassiti e degli insetti: conosciamoli	Marco Gusti	12
▶ Le Cinque Giornate di Milano	Armando semplice	13
▶ Lingua francese - base pomeridiano	Angelita Boracchia	14
▶ Lingua francese - intermedio pomeridiano	Angelita Boracchia	14
▶ Lingua inglese - base pomeridiano	Cristina Orsi	15
▶ Lingua inglese - intermedio pomeridiano	Cristina Orsi	15
▶ Lingua inglese - conversazione serale	Laura Ardizzone	16
▶ Lingua spagnola - base serale	Paola Gamberoni	17
▶ Lingua spagnola - intermedio serale	Paola Gamberoni	17
▶ Medicina	Specialisti vari	18
▶ Psicologia	Specialisti vari	19
▶ Risparmio: vita e finanza	Giuseppe Ronzoni	20
▶ Storia dell'arte	Chiara Villa	21
▶ Storia della musica	Vittorio Ziliotto	22

I LABORATORI	Docenti	pagine
▶ Burraco	Alessandro Piantanida	24
▶ Creativo	M.T. Pistone e M.R. Zaccheddu	25
▶ Decorazione su ceramica	Patrizia Benvenuto	26
▶ Decoupage	Patrizia Benvenuto	27
▶ Decoupage Pittorico	Patrizia Benvenuto	28
▶ Informatica 1° Livello	Alessandro Piantanida	29
▶ Informatica 2° Livello	Alessandro Piantanida	30
▶ La vibrazione nello yoga	Antonio Maione	31
▶ Pittura ad olio	Marisa Lamonarca	32
▶ Restauro mobili	Felice Di Bari	33
▶ Scultura su legno	Pardo Malorni	34
▶ Shiatsu	Nicola Nardone	35
▶ Tango Argentino	Mauro Biasion e Rossana Perego	36
▶ Teatro	Alessandro Bellinato	37
▶ Yoga	Elena Monistier	38

I SEMINARI	GLI ISCRITTI POSSONO PARTECIPARE A QUALSIASI SEMINARIO	pagine
▶ Angeli	Barbaro Pontoriero	40
▶ Arte Fiamminga	Maria Ludovica Mondino	41
▶ Frammenti di Letteratura	Bruno Belletti	42
▶ Il classico cammino francese	Fortunato Taddei	43
▶ La Costituzione della Repubblica Italiana	F. Lenzerini e G. Locurcio	44
▶ La storia di Milano raccontata dalle pietre	Sandro Maddei	45
▶ Le assicurazioni	Trucco Cesare	46
▶ Ma che cos'è questa energia	Marino Contardo	47
▶ Matematica: quanta passione!	Silvia Cantamessa	48
▶ Qual è il tuo mito?	Silvia Ronzani	49
▶ Previsioni astrologiche	Thomas Molteni	50
▶ Truffe nelle loro diverse manifestazioni	CAP. F. Berloni, LGT. D. Leone	51
▶ Ungaretti il poeta	Barbaro Pontoriero	52

EVENTI	pagine
▶ Inaugurazione anno accademico 2024	53
▶ Chiusura anno accademico 2025	53
▶ Calendario dei Corsi - Laboratori - Seminari	54-63

A stylized, light gray tree with a thick trunk and several branches. The tree is surrounded by various colorful icons: a red bird perched on a branch, a blue laptop, a yellow house, a green leaf, a blue envelope, a brown globe, a blue megaphone, a blue key, a blue person icon, a brown person icon, a red person icon, a green gear, a blue padlock, a brown RSS icon, a blue envelope, a yellow tower, a blue musical note, a green folder, a blue keyboard, a blue antenna, a blue person icon, a blue envelope, a blue musical note, a green folder, a blue keyboard, a blue antenna, a blue person icon, a blue envelope, a blue musical note. A purple rectangular box is overlaid on the left side of the tree, containing the text 'I CORSI' in white, bold, uppercase letters.

I CORSI



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

- ▶ La prevenzione passa dalle nostre tavole, impariamo a leggere le etichette per scegliere consapevolmente
- ▶ Intestino e salute: scopriamo insieme la relazione

Mercoledì (n. 2 incontri) 20 e 27 novembre 2024 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.*

- ▶ Alimentazione e infiammazioni: quali collegamenti
- ▶ Risparmiare denaro, senza perdere qualità: la spesa giusta, trucchi e ricette
- ▶ Salute, bellezza ed energia nell'età della maturità: alimenti super e movimento
- ▶ Il benessere con la danza: Il ballo che cura, il tango argentino, proviamo insieme i primi movimenti

Lunedì (n. 4 incontri) dal 24 febbraio al 17 marzo 2025 ore 16.45 - 18.15

Docenti: Valentina Oppizzi, *Biologa nutrizionista e dottoressa magistrale in Farmacia*
Francesca Cappelli, *Medico chirurgo, specialista in Oftalmologia*

- ▶ Nutrire gli occhi: la relazione tra stile di vita, alimentazione e patologie oculari

Mercoledì (n. 1 incontro) 5 marzo 2025 ore 17.00 - 18.30

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, 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. 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. E' 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 divenendo 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 10 ottobre al 12 dicembre 2024

ore 17.00 - 18.30



Docente

Fortunato Taddei

Appassionato di storia e geografia

- ▶ La Circumnavigazione dell'Africa di Enrico il Navigatore
- ▶ Gli esecutori del progetto a partire da Bartolomeo Diaz fino a Vasco da Gama
- ▶ Le Armade da India che furono inviate a Goa in India
- ▶ Le spezie delle Molucche
- ▶ L'impero portoghese del 1500
- ▶ Regni africani prima dell'arrivo dei portoghesi, il Grande Zimbabwe
- ▶ I sultanati della costa swahili

Calendario delle lezioni:

mercoledì (n. 7 incontri)

dal 2 ottobre al 13 novembre 2024

ore 15.00 - 16.30



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

- ▶ I diritti dell'uomo e le libertà fondamentali
- ▶ La tutela del lavoro nella Costituzione e nel Codice Civile
- ▶ Errata diagnosi medica e rifiuto di ricovero del paziente
- ▶ Omicidi in famiglia e la riforma del Codice Rosso
- ▶ L'esecuzione delle pene nei confronti dei condannati minorenni
- ▶ La convenzione relativa all'Assistenza Giudiziaria in materia penale tra gli Stati Membri dell'Unione Europea

giovedì (n. 6 incontri) dal 6 febbraio al 13 marzo 2025 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

Il phishing e le pratiche commerciali scorrette e aggressive
I contratti conclusi al telefono o su internet
Tutele del consumatore: rimedi esperibili e garanzie commerciali
Come prevenire ed evitare le truffe telefoniche e telematiche

▶ Come mettere a reddito il proprio immobile: la locazione abitativa

I contratti di locazione a forma libera e a canone concordato
Gli accordi territoriali in tema di locazione
I contratti di locazione transitori, turistici e per studenti
Lo sfratto e le tutele risarcitorie
Come gestire le problematiche tra proprietario e inquilino

▶ Diritto tributario

Lo Statuto dei diritti del contribuente
Le cartelle esattoriali, prescrizione e decadenza
La riscossione a mezzo ruolo, vizi degli atti e rimedi esperibili
L'esdebitamento e le rateazioni dei debiti fiscali

▶ Diritto condominiale

Nozioni base di condominio e di comproprietà
Il Regolamento Condominiale, come predisporre un efficace regolamento
L'amministratore condominiale, nomina, compiti e sua revoca/sostituzione
La ripartizione delle spese, la tabella millesimale
Come prevenire le liti in condominio, la mediazione

martedì (n. 4 incontri) dall'1 al 29 aprile 2025 ore 17.00 - 18.30

I CORSI

IL MONDO DEI PARASSITI E DEI BATTERI: conosciamoli



Docente

Marco Gusti

Agrotecnico, esperto in entomologia urbana

Entrerete nel mondo di queste materie in modo "simpatico" dando informazioni di base per come salvaguardare la nostra vita in considerazione dei problemi causati dagli artropodi (insetti - microbi) nella nostra vita comune.

- ▶ Inquadramento degli artropodi, dei batteri e microbi
- ▶ Cosa sono i microbi
- ▶ Cosa sono e quali sono gli artropodi infestanti (insetti - microbi - roditori - uccelli infestanti)

- ▶ I principali insetti infestanti le nostre case ed i nostri giardini
- ▶ Ciclo di vita
- ▶ Prevenzione e lotta

- ▶ Cambiamenti climatici e rischi causati dalla proliferazione degli insetti
- ▶ Le zanzare - biologia e come difenderci
- ▶ Situazione della dengue e delle altre malattie tropicali trasmesse dalle zanzare nel mondo e gestione del rischio in Italia

- ▶ Biologia e presenza dei principali roditori presenti nel nostro territorio
- ▶ Utilizzo dei formulati (prodotti insetticidi - rodenticidi) con "il fai da te" senza rischi!

- ▶ Disinfezione e controllo dei batteri e dei microbi
- ▶ Importanza della prevenzione e della disinfezione negli ambienti
- ▶ Utilizzo dei formulati disinfettanti senza rischi!

- ▶ Laboratorio di entomologia con utilizzo di microscopio e riconoscimento insetti

Calendario delle lezioni:

lunedì (n. 7 incontri)
dal 24 marzo al 12 maggio 2025
ore 16.30 - 18.30

LE CINQUE GIORNATE DI MILANO

I CORSI

Docente

Armando Semplice

Appassionato di cultura milanese



Le Cinque Giornate di Milano come elemento unico del Risorgimento italiano. Le ragioni, l'entusiasmo, il successo e la delusione finale. Il ruolo della nobiltà, della borghesia e del popolo.

Dalle Cinque Giornate di Milano alla 1° Guerra di Indipendenza e il coinvolgimento dei Savoia Carignano con il ruolo della personalità controversa di Carlo Alberto.

Carlo Cattaneo e la sua analisi di partecipante, Giovanni Raiberti poeta quasi giornalista in diretta e Gilberto Oneto con la sua recente analisi del risorgimento, faranno da supporto a questo ricordo.

Calendario delle lezioni:

(n. 6 incontri)

martedì 5 e 12 novembre 2024

ore 15.00 - 16.30

lunedì dal 25 novembre al 16 dicembre 2024

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

Base pomeridiano: mercoledì (n. 28 incontri) dal 2 ottobre 2024 al 23 aprile 2025 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

Intermedio pomeridiano: mercoledì (n. 28 incontri) dal 2 ottobre 2024 al 23 aprile 2025 ore 17.00 - 18.30

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

Cristina Orsi

*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 familiare 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

Base pomeridiano: giovedì (n. 28 incontri) dal 3 ottobre 2024 al 24 aprile 2025 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 familiare 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: Speakout Pre-Intermediate 2nd Edition - Students' book - Antonia Clare - Frances Eales - Steve Oakes - J.J. Wilson - ISBN 9781292115979

Intermedio pomeridiano: venerdì (n. 28 incontri) dal 4 ottobre 2024 al 16 maggio 2025 ore 15.00 - 16.30 e mercoledì 14 maggio 2025 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

giovedì (n. 28 incontri) dal 3 ottobre 2024 al 24 aprile 2025 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.

Base serale: lunedì (n. 28 incontri) dal 7 ottobre 2024 al 12 maggio 2025 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, 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.

Libro di testo: Maria Vittoria Calvi; Enhorabuena! Curso y gramática de español para itálofonos - Niveles A1 A2 B1 B2 - Segunda edición, ed. Zanichelli. ISBN 9788808420527

Intermedio serale: martedì (n. 28 incontri) dall'1 ottobre 2024 al 29 aprile 2025 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**.



Docente: Marco Zignani, *Fisioterapista ed Osteopata*

Gli incontri saranno relativi a quattro distretti corporei: spalla, anca, ginocchio, piede e caviglia. Per ciascun distretto sarà trattata l'anatomia e la biomeccanica, le patologie più frequenti e gli interventi fisioterapici utili.

- ▶ La spalla: cenni di anatomia e biomeccanica.
Patologie più comuni ed esercizi utili per prevenirle e curarle
- ▶ L'anca: cenni di anatomia e biomeccanica.
Patologie più comuni ed esercizi utili per prevenirle e curarle
- ▶ Il ginocchio: cenni di anatomia e biomeccanica.
Patologie più comuni ed esercizi utili per prevenirle e curarle
- ▶ Piede e caviglia: cenni di anatomia e biomeccanica.
Patologie più comuni ed esercizi utili per prevenirle e curarle.

L'ultimo incontro sarà dedicato ad eventuali dubbi sugli argomenti trattati e prova pratica per gli esercizi utili per ciascun distretto.

martedì (n.5 incontri) dall' 1 al 29 ottobre 2024 ore 15.00 - 16.30

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

- ▶ Anatomia, fisiologia, funzioni del fegato e delle vie biliari con immagini e dettagli
- ▶ Le malattie epatiche e delle vie biliari

venerdì (n. 2 incontri) 17 e 24 gennaio 2025 ore 17.00 - 18.30

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

- ▶ Menopausa e sessualità
- ▶ Andropausa e sessualità
- ▶ Disturbi ansioso depressivi e sessualità
- ▶ La sindrome metabolica (ipertensione, sovrappeso, malattie cardiovascolari, diabete, ipercolesterolemia)
- ▶ L'universalità delle emozioni: lettura delle espressioni facciali nell'uomo e negli animali e accenni alla medicina estetica

martedì (n. 5 incontri) dal 14 gennaio all'11 febbraio 2025 ore 17.00 - 18.30

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

- ▶ La gestione del dolore: aggiornamenti

venerdì (n. 1 incontro) 11 aprile 2025 ore 17.00 - 18.30

Docente: Mario Olivieri, *Consulente allergologia*

- ▶ Noi e le malattie allergiche ed il nostro medico
- ▶ Cerchiamo, insieme, come gestirle e viverle con una buona qualità di vita

mercoledì (n. 2 incontri) 30 aprile e 7 maggio 2025 ore 17.00 - 18.30



LA COLLABORAZIONE TRA NUTRIZIONISTA E PSICOLOGO NEI DISTURBI DEL COMPORTAMENTO ALIMENTARE: come riconoscerli e prevenirli

Docente: Giulia Delli Zotti, *Psicologa Clinica e Psicoterapeuta Individuale e di Gruppo. Dal 2015 lavora in ambito ospedaliero occupandosi di pazienti affetti da patologie organiche e dei loro caregiver. A Milano e a Cassina de' Pecchi, svolge attività di psicoterapia per adulti, giovani e coppie. Collabora con Università Vita-Salute San Raffaele per il Servizio di Counseling e Orientamento.*

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

L'incontro avrà l'obiettivo di approfondire la conoscenza dei Disturbi della Nutrizione dell'Alimentazione. In particolare, verranno approfondite le loro caratteristiche psicologiche, i campanelli d'allarme per identificarli e i consigli per prevenirli, la gestione dal punto di vista nutrizionale e il trattamento in caso di diagnosi.

Calendario delle lezioni (n. 1 incontro): martedì 19 novembre 2024 ore 15.00 -16.30

PSICOLOGIA dell'INDIA CLASSICA. ANATOMIA DEL CORPO SOTTILE ED EMOZIONI: l'armonizzazione attraverso la psicologia e la spiritualità dello yoga

Docente: Laura Tenerelli, *Counselor, Insegnante yoga, docente.*

Secondo la Scienza Yoga e Ayurveda, mente, corpo e spirito non sono aspetti separabili nell'esperienza di vita incarnata. L'anatomia sottile rappresenta il ponte tra queste istanze e studia l'influenza dei centri energetici, come chakra e marma, sulla nostra salute fisica, psichica e spirituale. Ogni centro energetico del corpo è come una piccola centralina: essa coordina le funzioni degli organi adiacenti, ed al contempo è strettamente collegato alla psiche e alle emozioni. In questi incontri si potranno apprendere i concetti fondamentali dei centri energetici, della loro relazione con le emozioni e le connessioni nell'ambito della comunicazione e della gestione delle relazioni umane. In particolare approfondiremo le emozioni e le caratteristiche collegate a ciascun chakra, che hanno un ruolo determinante nel condizionare la vita di un essere umano. Quando vissute in modo passivo e non consapevole costituiscono degli ostacoli importanti allo sviluppo evolutivo della coscienza e talvolta causa di sofferenza. Conoscere e gestire con consapevolezza queste dinamiche energetiche sottili può diventare uno tra i nostri più grandi patrimoni, da utilizzare per creare armonia interiore e risolvere i conflitti intra ed inter-personali.

Calendario delle lezioni: (n. 6 incontri) martedì: dal 26 novembre al 10 dicembre 2024 e dal 6 al 13 maggio 2025 ore 15.00 - 16.30

giovedì: 8 maggio 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 lavora 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.

Calendario delle lezioni (n. 1 incontro): venerdì 10 gennaio 2025 ore 17.00 -18.30



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 31 gennaio al 28 febbraio 2025
ore 16.30 - 18.30

Docente

Chiara Villa

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



Un percorso attraverso la storia dell'arte dal secolo della rinascita. Il Quattrocento, alle esuberanze del Barocco. Il Rinascimento pone sotto i riflettori della geografia dell'arte la penisola italiana che, con l'avvento delle Signorie, diventa la culla delle arti. Un approfondimento sui grandi maestri che hanno reso nota l'Italia nel mondo, ma non solo, due focus speciali, uno per raccontare una manifestazione artistica peculiare come quella dei Sacri Monti lombardo piemontesi e l'altro per dare la giusta rilevanza alle donne pittrici dell'epoca moderna, spesso dimenticate.

Le uscite ci porteranno, la prima a vedere il capolavoro di Bernardino Luini: la chiesa di San Maurizio al Monastero Maggiore a Milano e la seconda a tu per tu con l'ultimo Michelangelo, la cui ultima opera si trova conservata al Castello Sforzesco.

- ▶ Il Quattrocento fiorentino da Masaccio a Botticelli
- ▶ Il ducato di Urbino tra Piero della Francesca e Bramante
- ▶ Arte in laguna e oltre: da Bellini a Mantegna
- ▶ L'officina ferrarese e l'arte fiamminga
- ▶ Il ducato di Milano da Leonardo da Vinci a Bernardino Luini

Visita: Il capolavoro di Bernardino Luini, la Chiesa di San Maurizio al Monastero Maggiore

▶ Raffaello Sanzio da Urbino a Roma

▶ Roma come nuova Atene e il genio di Michelangelo Buonarroti

Visita: La Pietà Rondanini di Michelangelo al Castello Sforzesco

▶ Il Veneto tra maniera e manierismi: da Tiziano a Tintoretto e Veronese

▶ La Controriforma nell'arte lombarda

Focus: I Sacri Monti tra Lombardia e Piemonte

▶ Michelangelo Merisi da Caravaggio: luci e ombre

Focus: La mano delle Artiste: da Sofonisba Anguissola e Artemisia Gentileschi

▶ Il Barocco tra pittura e scultura: Rubens e Bernini

Attivazione del corso con un numero minimo di 15 partecipanti

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

Calendario delle lezioni:

(n. 15 incontri)

martedì: 14-21-28 gennaio 2025 - 4-11-18-25 febbraio 2025

4-11-18-25 marzo 2025 ore 15.00 - 17.00

venerdì: 4 aprile 2025 ore 16.30 - 18.30

martedì: 8-15-29 aprile 2025 ore 15.00 - 17.00



Docente

Vittorio Ziliotto

*Dottore in lettere moderne,
appassionato di storia del melodramma*

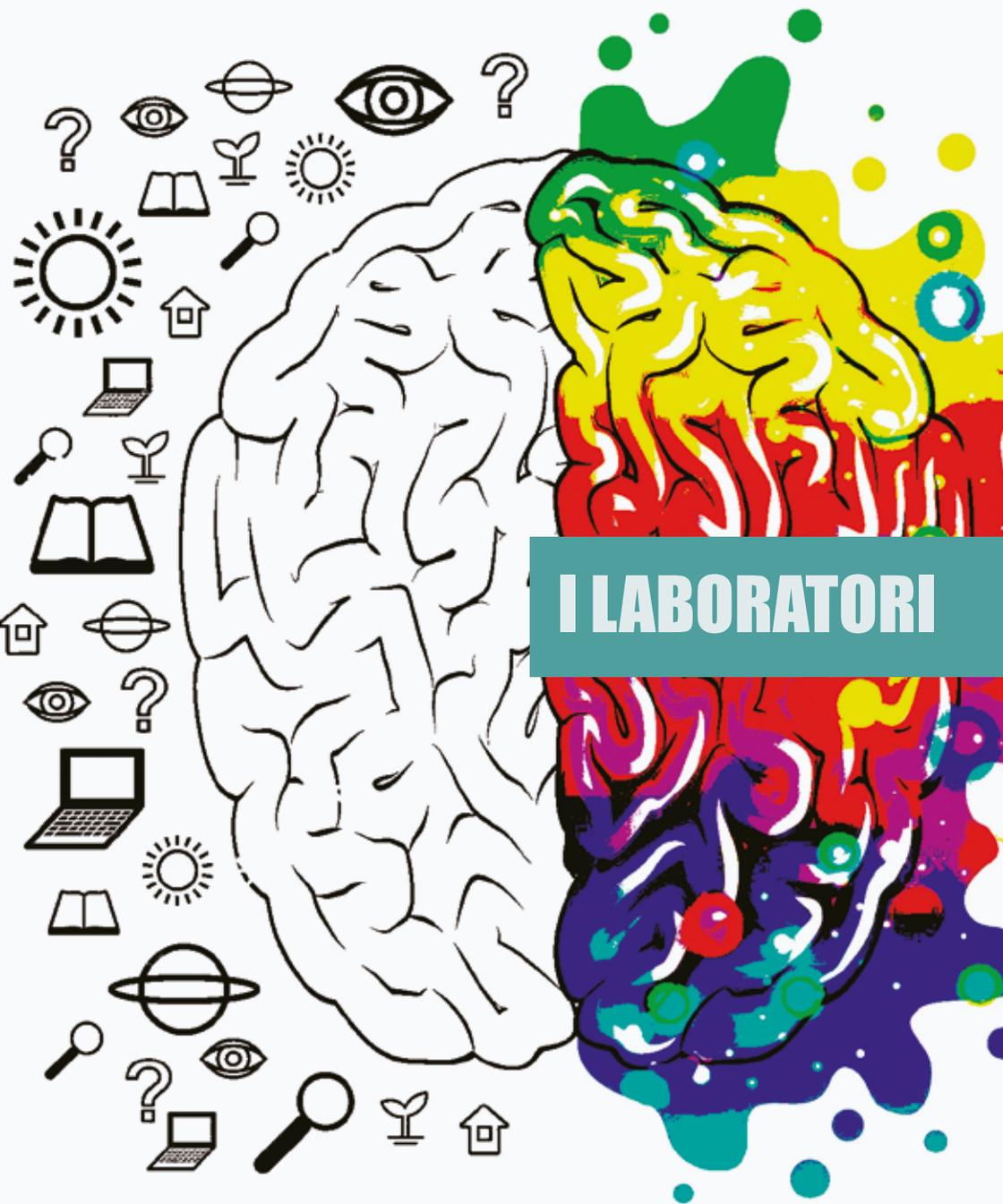
Il melodramma è prevalentemente scritto da uomini, ma parla essenzialmente al femminile e quello di Puccini non è certo un'eccezione a questa regola. Affiorano ritratti di donna che risentono del clima culturale della loro epoca, della maturazione poetica del compositore e anche dei fruitori per cui l'evoluzione è costante e spesso imprevedibile. Romanticamente infelici sono le eroine delle sue prime opere, l'Anna delle Villi e la Fedelia dell'Edgard, poi con la Manon Lescaut, che segna il suo primo grande successo, complice il testo dell'abate Prevost, si esce dal mondo dei sogni e l'amore si impatta più concretamente con la vita quotidiana. L'amore è povero, dicevano i Greci, e il lusso richiede la rinuncia all'amore; dolorosa storia, quella di Manon, gaia è invece la vita degli allegri, ma non sempre, amici della Bohème. Essa scorre nella loro spensierata giovinezza la quale però passa e più non torna e, come Mimì, sarà un ricordo. Tosca – Scarpia: eros come trasfigurazione artistica, ma anche come delirio di potenza. Ieri come oggi. Con onor muore chi non può serbar vita con onore. Da una società che si crede moderna ma che è brutale e tribale, il grido di Butterfly arriva vivo sino a noi. Il passato pesa e a volte non riusciamo a liberarcene e questo è il destino di Magda che non si sente degna di una redenzione che ben più di altri meriterebbe e come una rondine prenderà il volo per tornare al suo nido: il destino ha sempre due facce, le aveva predetto Prunier, quindi, chissà... Minnie è la compagna che vorremmo per ogni stagione della nostra vita, ma richiede di affidarsi a lei, di amarla perché la Fanciulla del West sa cos'è la vita, ma non ha ancora conosciuto l'Amore e lo aspetta. Cercare la fuga dal mondo circoscritto in cui si vive può condurre a restringerlo ancor più ed è questo il destino di Giorgetta che dal battello del marito non può fuggire e si trova ad essere per sempre avvolta in quel suo tabarro che soffoca nella morte la sua unica speranza di vita. Nell'angosciante quiete di un monastero solo dalla Madre che è nei Cieli, Angelica, madre offesa, mutilata negli affetti e disperata, può sperare pace, comprensione e perdono e, malgrado il suo peccato, da quella Madre che tutto comprende e tutto perdona, l'avrà. Lauretta è una dolce eccezione che invita a guardare con fiducia alla vita senza quella cupidigia che ne oscura gli orizzonti. Infine l'amore che si mostra velato di morte e di mistero (Turandot non esiste ...) e Calaf non comprende: chi o cosa è Turandot? E noi non sapremo mai come Puccini avrebbe colmato quel vuoto. Nei nostri cuori possiamo solo intuire che cosa rappresenta la Turandot o il Calaf che abbiamo incontrato nella nostra vita, sempre che si sia capaci di riconoscerli.

Calendario delle lezioni:

venerdì (n. 10 incontri)

dal 4 ottobre al 13 dicembre 2024

ore 16.45 - 18.30



I LABORATORI



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 24 marzo al 12 maggio 2025

ore 16.30 - 18.30

CREATIVO

Maglia e uncinetto

Docenti

Maria Teresa Pistone

Maria Rita Zaccheddu

Appassionate all'attività artistica - manuale



Se siete stanche di passare i pomeriggi a casa davanti alla tv o avete bisogno di staccare la spina dal ritmo quotidiano, abbiamo pensato al laboratorio che fa per voi.

Il laboratorio *CREATIVO*, è un laboratorio di espressione creativa che nasce per chi ha voglia di imparare a lavorare a maglia o a uncinetto, ma non sa da che parte iniziare. Si rivolge a chiunque desideri condividere un'esperienza socializzante, in un clima di reciproca collaborazione, scambio di idee, in un ambiente stimolante, dove è piacevole stare in compagnia di persone che condividono la stessa passione.

Il laboratorio prevede la realizzazione di capi lavorati a maglia e/o uncinetto quali scalda collo, borse, cappelli o eventuali accessori.

Il materiale sarà a carico dei partecipanti e verrà consigliato dalle docenti.

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

LABORATORIO max 16 partecipanti

Calendario delle lezioni

venerdì (n. 11 incontri)

dal 4 ottobre al 20 dicembre 2024

ore 16.30 - 18.30



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*

In questo laboratorio vedremo come decorare piccoli fiori, come riportare il disegno sulla ceramica, come tamponare il colore e come miscelarlo.

Facile e rilassante la decorazione da forno a terzo fuoco, adatto per tutti.

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

L'acquisto del materiale avrà un costo di circa € 100. Le cotture di ciascun pezzo avranno un costo di € 2.

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

LABORATORIO max 16 partecipanti

Calendario delle lezioni:

**giovedì (n. 4 incontri)
dal 17 aprile al 15 maggio 2025
ore 16.30 - 18.30**

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.*



Il *découpage* è una tecnica decorativa, che consiste nel decorare oggetti e mobili tramite ritagli di carta di vario tipo. Questa è la definizione tecnica, ma si tratta di un passatempo creativo, che fa bene alla mente e al cuore, è anche eco-friendly, perché alla base c'è il recupero e il riutilizzo degli oggetti.

Imparare la tecnica del *découpage* non è un'impresa difficile, permette di attivare l'immaginazione. Con questo hobby si possono decorare gli accessori di casa, far rivivere vecchi oggetti da riciclare e, con un pizzico di fantasia e originalità, inventare piccoli doni da regalare agli amici. Con alcuni strumenti utili, si riesce a far rivivere un oggetto attraverso un nuovo look.

Considerato che chiuderemo il laboratorio vicino al Natale, impareremo anche a decorare dei bellissimi addobbi natalizi.

Il materiale sarà a carico dei partecipanti e verrà consigliato dalla docente. L'acquisto del materiale avrà un costo stimato di circa € 50.

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

LABORATORIO max 16 partecipanti

Calendario delle lezioni:

martedì (n. 10 incontri)

dall'1 ottobre al 3 dicembre 2024

ore 16.30 - 18.30



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*

Il decoupage pittorico ci farà sentire delle artiste. Si tratta di una tecnica di completamento del decoupage base. Vedremo come usare i colori acrilici, i colori a olio, i gessetti per fare sfondi diversi e per iniziare a dipingere usando la tecnica della pittura facilitata. Inizieremo non solo a creare il fondo, ma anche piccole decorazioni seguendo il profilo delle immagini fissate su oggetti di legno, cartone, vetro o su altri materiali, con pennelli a punta tonda quadrati e tagliati.

Il materiale sarà a carico dei partecipanti e verrà consigliato dalla docente. L'acquisto del materiale avrà un costo stimato di circa € 40.

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

LABORATORIO max 16 partecipanti

Calendario delle lezioni:

**lunedì (n. 4 incontri)
dal 13 gennaio al 3 febbraio 2025
ore 16.45 - 18.30**

INFORMATICA

1° livello

Capire e usare il PC

Docente

Alessandro Piantanida

Consulente Informatico

IL PC

- ▶ Cenni storici: dalla pascalina ai moderni calcolatori.
- ▶ Sensori, attuatori, processore, memoria, comunicazione
- ▶ Dispositivi di interazione: mouse, tastiera, schermo
- ▶ Dispositivi di immissione ed emissione
- ▶ Dispositivi di archiviazione
- ▶ Il sistema operativo Windows 10
- ▶ Il file system: files e cartelle, loro esplorazione
- ▶ Le app e le loro icone
- ▶ Il desktop
- ▶ Le finestre
- ▶ Alcune applicazioni base del sistema
 - o Videoscrittura
 - o Strumenti di disegno
 - o Media player
 - o Strumento di cattura
 - o Pannello di controllo

LABORATORIO max 10 partecipanti

Calendario delle lezioni:

lunedì (n. 10 incontri)

dal 7 ottobre al 9 dicembre 2024

ore 15.00 - 16.45

I LABORATORI



INTERNET

- ▶ che cos'è e come funziona
- ▶ motori di ricerca
- ▶ alcuni portali interessanti
 - o Voli
 - o Vacanze
 - o Spettacoli
 - o Home banking

INSTALLAZIONE DI APPLICAZIONI

- ▶ La posta elettronica

Se si desidera, si può portare il proprio pc 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 desidera, si può portare il proprio pc portatile

LABORATORIO max 10 partecipanti

Calendario delle lezioni:

lunedì (n. 10 incontri)
dal 13 gennaio al 17 marzo 2025
ore 15.00 - 16.45

LA VIBRAZIONE NELLO YOGA

*Nada Yoga, Mantra, Kirtan
Un Laboratorio, individuale e collettivo,
dove esplorarne la percezione*

Docente

Antonio Maione

*Insegnante di Hatha yoga, metodo Satyananda,
La mia formazione Yoga si rifà alla tradizione
classica Indiana. I miei riferimenti sono i Maestri
Sivananda e Satyananda.*

I LABORATORI



Il Laboratorio si propone l'obiettivo di fornire le basi di conoscenza per avvicinarsi alle pratiche del Nada Yoga, alla recitazione dei Mantra e al canto dei Kirtan. Durante il percorso si andrà a:

- ▶ sperimentare l'utilizzo della propria voce
- ▶ focalizzare la percezione della vibrazione nel corpo
- ▶ sperimentare la relazione tra il suono/vibrazione e il corpo, la mente e le emozioni
- ▶ sperimentare la ricerca del proprio suono interiore

Ogni incontro avrà una parte teorica e una parte pratica.

Teorica: la vibrazione, dal punto di vista fisico e Yogico. Il significato e le tecniche di Nada Yoga, Mantra e Kirtan.

Pratica: tecniche utili alla presa di coscienza della vibrazione verbale e mentale applicata al canto e alla recitazione di alcuni Mantra. Esperienze rivolte alla percezione della vibrazione di suoni emessi dalla voce e da alcuni strumenti.

Non verranno proposte nè Asana nè Pranayama, ma solo tecniche relative agli argomenti trattati.

Si consiglia di indossare indumenti comodi. Portare il proprio tappetino e un cuscino mezzaluna o mattoncino per Yoga, per la posizione seduta.

Calendario delle lezioni:

**lunedì (n. 3 incontri)
dall'11 al 25 novembre 2024
ore 18.30 - 21.00**



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 3 ottobre 2024 al 27 febbraio 2025

ore 15.00 - 17.00

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:

venerdì (n. 9 incontri)

dal 31 gennaio al 28 marzo 2025

ore 16.30 - 18.30



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 realizzando dei lavori 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

per gli esperti - pezzo di tronco € 10,00

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.

Alcune sculture, realizzate dal docente ed alcuni allievi, sono visibili in via Milano, in via Andromeda (all'interno del parco giochi) e in via Cassiopea.

E' possibile organizzare una visita guidata in Val Gardena "La Valle degli Scultori" in primavera, l'altra alla Fiera di Sant'Orso di Aosta.

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

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

LABORATORIO max 16 partecipanti

lunedì (n. 11 incontri) dal 7 ottobre al 16 dicembre 2024 ore 20.30 - 22.00

SHIATSU

*Laboratorio teorico-pratico di Tecniche pratiche di RiAttivazione Energetica.
Come migliorare il benessere con lo Shiatsu*

Docente

Nicola Nardone

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



Lo Shiatsu è una antica disciplina giapponese che attraverso pressioni effettuate principalmente con pollici e palmi, stimola il corpo e permette il miglioramento della circolazione delle energie in tutto il corpo.

Migliorare la circolazione delle energie in tutto il corpo, significa ottenere come risultato una diminuzione degli effetti della maggior parte dei malesseri 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 idoneo per applicare tutte le tecniche Shiatsu che verranno spiegate. Le persone che parteciperanno al laboratorio 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 senso di 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 7 marzo al 16 maggio 2025

ore 18.30 - 20.00



TANGO ARGENTINO: conoscersi attraverso il ballo

Docenti

Mauro Biasion
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.

Calendario delle lezioni:

venerdì (n. 5 incontri)
dal 4 ottobre all'8 novembre 2024
ore 20.00 - 21.30

TEATRO

Antigone di Sofocle

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.



Antigone è una tragedia di Sofocle, rappresentata per la prima volta ad Atene alle Grandi Dionisie del 442 a.C. Nell'Antigone di Sofocle la protagonista del dramma è una donna. Una donna che si ribella, che non si sottomette né alle leggi della sua città, né all'autorità patriarcale. L'opera narra la vicenda di Antigone, una tragedia che la conduce alla morte. Antigone decide di dare sepoltura al cadavere del fratello Polinice, pur contro la volontà del nuovo re di Tebe, Creonte, che l'ha vietata con un decreto. Polinice, infatti, è morto assediando la città di Tebe, comportandosi come un nemico: non gli devono quindi essere resi gli onori funebri. Scoperta, Antigone viene condannata dal re a vivere il resto dei suoi giorni imprigionata in una grotta. In seguito alle profezie dell'indovino Tiresia e alle suppliche del coro, Creonte decide infine di liberarla, ma è troppo tardi perché Antigone nel frattempo si è impiccata. Questo porta prima al suicidio del figlio di Creonte, Emone, promesso sposo di Antigone e poi della moglie Euridice, lasciando Creonte solo a maledirsi per la propria intransigenza.

Alla fine dell'anno accademico, si terrà una breve presentazione dell'opera, valorizzando i diversi caratteri dei personaggi.

Calendario delle lezioni:

lunedì (n. 15 incontri)

dal 13 gennaio al 28 aprile 2025

ore 20.00 - 22.00

I LABORATORI

YOGA

*Come stile di vita, un'esperienza di pace
e appagamento interiore*



Docente

Elena Monistier

*Insegnante di Hatha yoga, con il Metodo SāgarYoga -
Satyanaanda, Istruttore di Ginnastica Posturale*

La pratica dell'Hatha Yoga ci insegna che il corpo, la mente e il cuore sono una cosa sola, unica e indivisibile ed ha come obiettivo quello di mantenere in equilibrio e in armonia due polarità, le energie vitale/mentale e solare/lunare nell'organismo umano e che per farlo è richiesto uno sforzo fisico e mentale.

Hatha Yoga comincia nel corpo fisico e lo usa come uno strumento per entrare negli strati più profondi e sottili del nostro essere. Ma non si occupa solo del corpo: è la base per arrivare poi alle pratiche di meditazione.

Le pratiche saranno di Yoga integrale e andremo a lavorare con il corpo, il respiro e il rilassamento.

ASANA

Il corpo come uno strumento per entrare negli strati più profondi e sottili del nostro essere. Sviluppando il controllo del corpo attraverso le asana, si controlla anche la mente.

PRANAYAMA

Respirare bene contribuisce al nostro benessere psico-fisico: la qualità della nostra vita è determinata dalla qualità del nostro respiro.

YOGA NIDRA

Rilassamento profondo che insegna a rilassare, non solo il corpo fisico, ma anche a rilassare il corpo pranico, le emozioni, la mente e la psiche.

Faremo un primo approccio teorico / pratico a Surya Namaskara, il saluto al sole, una pratica completa poiché include asana, pranayama, mantra e tecniche meditative.

A tutti i partecipanti è consigliato indossare indumenti comodi e portare un cuscino mezzaluna o mattoncino per yoga.

LABORATORIO max 25 partecipanti

Calendario delle lezioni:

venerdì (n. 8 incontri)

dal 10 gennaio al 28 febbraio 2025

ore 19.30 - 20.30



I SEMINARI



Docente

Barbaro Pontoriero

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

Si sente tanto parlare di angeli, ma chi sono gli angeli? Cosa sono?

L'Angelo custode: è possibile mettersi in contatto con lui? Che significa vedere sempre gli stessi numeri?

Una meravigliosa avventura nel mondo spirituale alla ricerca della propria autenticità.

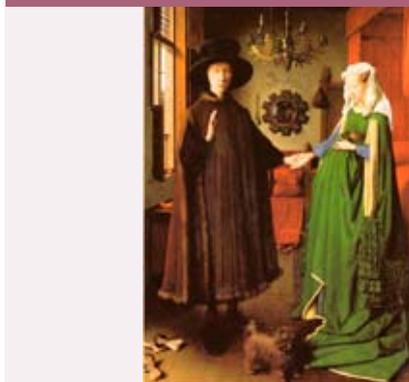
Calendario delle lezioni:

martedì (n. 2 incontri)
10 e 17 dicembre 2024
ore 17.00 - 18.30

Docente

Maria Ludovica Mondino

*Laureata in lettere moderne
e conservazione dei beni culturali*



La nascita e lo sviluppo dell'arte fiamminga risale al Quattrocento. Il forte sviluppo economico e culturale nelle città dei Paesi Bassi è terreno fertile per la diffusione di questa corrente pittorica, caratterizzata da molteplici aspetti: realismo dai toni caldi e vibranti, maestria tecnica, effetti luministici, sfumature ombreggiate e prospettiva.

Nessun particolare sfugge ai pittori fiamminghi che riproducono i più piccoli dettagli, l'essenza della vita quotidiana, la bellezza della natura, sfruttando abilmente la tecnica dell'olio su tela.

L'approccio innovativo di questi maestri diventerà una vera e propria tradizione artistica nei secoli successivi, evolvendosi fino al Seicento.

Calendario delle lezioni:

mercoledì (n. 4 incontri)

5 e 19 marzo 2025 - 2 e 16 aprile 2025

ore 20.30 - 22.00



Docente

Bruno Belletti

Dirigente scolastico, già docente di storia e filosofia, formatore in corsi per docenti.

- ▶ Giovanni Pascoli: Il Nido e il Fanciullino
- ▶ Italo Svevo: La Salute e gli Ordigni
- ▶ Vita, Forma e Maschera in Luigi Pirandello
- ▶ La Filosofia di Pirandello: Eredità e Attualità

Si propone l'analisi di suggestive tematiche di carattere letterario, dense di riferimenti filosofico-esistenziali che richiamano alcuni atteggiamenti di fondo nei confronti della vita, in diretta o latente risonanza col nostro io, anche alla luce di problematiche della contemporaneità più recente. Si procederà a un'analisi di testi, con spunti di riflessione partecipata.

Calendario delle lezioni:

**giovedì (n. 4 incontri)
dal 3 al 24 aprile 2025
ore 17.00 - 18.30**

IL CLASSICO CAMMINO FRANCESE

I SEMINARI

Docente

Fortunato Taddei

Appassionato di storia e geografia



Si descrive il più classico dei Cammini di Santiago a partire dal punto di partenza in Francia fino all'arrivo di Santiago con il prolungamento a Finisterre.

Questo cammino è quello maggiormente frequentato da Pellegrini di varie provenienze.

Durante il seminario si mostreranno foto e brevi filmati dei punti di maggior interesse.

Verranno mostrati e trattati i passaggi caratteristici più significativi del tracciato, da quelli montuosi ed immersi nei boschi alle estese mesetas della Castiglia, senza tralasciare la salita del O'Cebreiro, gli Horreos e la Cruz de Hierro.

Verranno evidenziati i punti storici salienti che si incontrano nel tracciato; tra questi la fine del Cavaliere Orlando, Valentino (citato da Machiavelli), il Cid Campeador, la fontana del Vino e molti altri.

Calendario delle lezioni:

lunedì (n. 4 incontri)

dal 24 marzo al 14 aprile 2025

ore 15.00 - 16.00



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)

5 e 12 maggio 2025

ore 15.00 - 16.30

LA STORIA DI MILANO RACCONTATA DALLE PIETRE

I SEMINARI



Docente

Sandro Medei

Appassionato di storia locale

In questi due incontri scopriremo le tracce della storia millenaria della nostra metropoli: lungo il percorso incontreremo gli antichi bassorilievi celtici e romani, misteriose statue e suppellettili quasi dimenticate in qualche angolo della città e le pietre d'inciampo che richiamano il periodo più buio del Novecento.

Ogni tappa racconta una storia o una leggenda, ricorda un monumento scomparso o un eroe del suo tempo.

Calendario delle lezioni:

mercoledì (n. 2 incontri)

19 e 26 marzo 2025

ore 15.00 - 16.30



Docente

Cesare Trucco

Esperto nei rami delle Assicurazioni

Noi italiani, tra tutti gli altri popoli europei, siamo quelli meno assicurati, forse perché siamo irriducibili ottimisti o non conosciamo bene il mondo assicurativo e tutto ciò che gli ruota intorno. Un antico adagio dice che “la prudenza non è mai troppa” ed ecco che la copertura assicurativa ci aiuta a far fronte a quegli eventi dannosi che, nonostante la nostra prudenza, si possono verificare e che potrebbero arrecarci un danno spesso assai importante e costoso.

Il seminario si propone di illustrare brevemente il mercato assicurativo italiano, di spiegare la logica dei vari rami assicurativi, la tipologia degli eventi da cui ci si può assicurare, la struttura, la portata e i limiti delle normali coperture con brevi cenni agli innumerevoli prodotti che fanno capo al ramo vita.

Calendario delle lezioni:

mercoledì (n. 3 incontri)

dal 2 al 16 aprile 2025

ore 15.00 - 16.30

MA CHE COS'E' QUESTA ENERGIA

I SEMINARI

Docente

Marino Contardo

Ingegnere, appassionato di conoscenze scientifiche e tecnologiche



Il seminario ha l'intento di rispondere e di condividere risposte a domande tipo: da dove viene l'energia che consumiamo, dove la produciamo e come la portiamo nelle fabbriche, nelle case, negli uffici e ovunque serve. Quanta ne consumiamo, che cosa vuol dire efficienza e risparmio, qual è l'incidenza sul clima, rinnovabili e nucleare sono in antitesi, scenari possibili per il 2050. Gli incontri hanno carattere divulgativo senza formule matematiche.

In chiusura del seminario, verranno organizzate due visite guidate: una alla Centrale Idraulica di Trezzo sull'Adda e l'altra presso la Centrale Termoelettrica di Cassano d'Adda.

Per iscriversi alle gite, si prega cortesemente di rivolgersi direttamente al docente di riferimento.

Calendario delle lezioni:

lunedì (n. 3 incontri)

dal 4 al 18 Novembre 2024

ore 17.00 - 18.30

I SEMINARI



MATEMATICA: quanta passione!

*Storie di matematici e matematiche
che hanno lottato contro i pregiudizi,
con vigore e passionalità*

Docente

Silvia Cantamessa

*Laureata in matematica, ex insegnante
alla scuola secondaria di secondo grado*

*Se mi sento triste, faccio matematica per essere felice.
Se sono felice, faccio matematica per restare felice.
(Alfréd Rényi)*

- ▶ L'appassionato "duello matematico" tra Tartaglia e Cardano per una formula in versi e il riconoscimento dei "diritti d'autore". Accenni molto divulgativi sull'evoluzione dell'algebra, dall'invenzione del sistema posizionale arabo alla scoperta dei numeri complessi.
- ▶ Donne "che contano": una carrellata di figure femminili, appassionate e talentuose, che hanno dato notevoli contributi alla storia della matematica, ma che hanno dovuto combattere contro l'esclusione, l'oblio e le discriminazioni.

Calendario delle lezioni:

**mercoledì (n. 4 incontri)
dal 5 al 26 febbraio 2025
ore 15.00 - 16.30**

QUAL E' IL TUO MITO?

I SEMINARI

Docente

Silvia Ronzani

Psicologa, laureata in filosofia



Nella mitologia greca e romana, gli dei e gli eroi avevano specifici ruoli, compiti e caratteristiche, affrontavano imprese spesso ardue, superando prove e sconfiggendo nemici. Simbolicamente rappresentano ancora oggi le caratteristiche umane, le condizioni e le prove che ognuno affronta nella propria vita. Attraverso alcuni miti, sceglieremo quello in cui possiamo meglio identificarci e confrontarci con la rappresentazione mitologica. Scoprire, perseguire e trasformare il proprio mito può aiutare a dare una diversa visione e un rinnovato significato alla propria vicenda biografica.

Calendario delle lezioni:

martedì (n. 3 incontri)
dal 4 al 18 marzo 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*

La parola desiderio ha la sua origine dal latino "De Sidera", che letteralmente significa "mancanza di stelle", da sempre, infatti, l'uomo ha legato alle stelle i propri buoni e cattivi auspici.

In queste due serate scopriremo i legami tra il simbolo, ovvero il segno zodiacale, l'astrologia, la storia e la cultura.

L'analisi dei fenomeni del cielo esiste da quando esiste l'uomo.

Qual'è il legame profondo tra le stelle, i cicli della terra, il tempo e la storia dell'uomo?

Approfondiremo in queste due serate i transiti dell'anno 2025 segno per segno considerando anche le decadi, indagando gli aspetti dei pianeti in transito nel 2025, in relazione ad ogni segno solare e fornendo previsioni segno per segno per il nuovo anno.

Calendario delle lezioni:

giovedì (n. 2 incontri)

9 e 16 gennaio 2025

ore 17.00 - 18.30

TRUFFE NELLE LORO DIVERSE MANIFESTAZIONI

I SEMINARI



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:

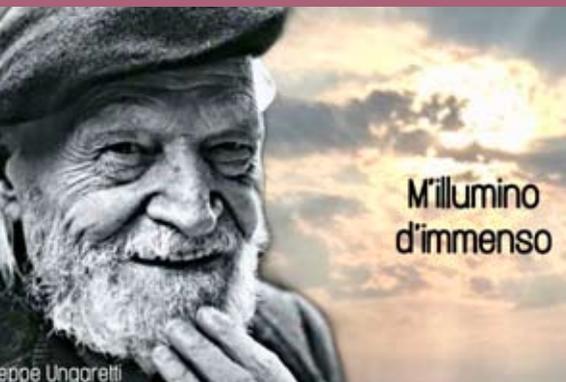
- ▶ Phishing e furto di identità
- ▶ Pedopornografia, sextortion
- ▶ Diffusione illecita di immagini
- ▶ Bullismo e cyberbullismo

Calendario delle lezioni:

lunedì (n. 2 incontri)

14 e 21 ottobre 2024

ore 17.30 - 18.30



Docente

Barbaro Pontoriero

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

La purezza della parola e il fascino dell'ermetico.

A riconoscere in Ungaretti il poeta che per primo era riuscito a rinnovare formalmente e profondamente il verso della tradizione italiana, furono soprattutto i poeti dell'ermetismo che, all'indomani della pubblicazione del **Sentimento del tempo**, salutarono in Ungaretti il maestro e precursore della propria scuola poetica, iniziatore della poesia «pura». Da allora la poesia ungarettiana ha conosciuto una fortuna ininterrotta.

Calendario delle lezioni:

martedì (n. 2 incontri)

12 e 19 novembre 2024

ore 17.00 - 18.30

Sabato 14 settembre 2024 ore 15.30
INAUGURAZIONE UNIVERSITA' 2000
Educazione e Formazione Permanente
Anno Accademico 2024 – 2025

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

Sabato 17 maggio 2025 ore 15.30
CERIMONIA DI CHIUSURA
UNIVERSITÀ 2000 Educazione
e Formazione Permanente
Anno Accademico 2024 - 2025

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

OTTOBRE 2024

Martedì 1 ottobre 2024	15,00 - 16,30 16,30 - 18,30 20,30 - 22,00	Medicina - dr. Zignani Decoupage - laboratorio Spagnolo - intermedio
Mercoledì 2 ottobre 2024	15,00 - 16,30 15,00 - 16,30 17,00 - 18,30	Circumnavigazione dell'Africa Francese - base Francese - Intermedio
Giovedì 3 ottobre 2024	15,00 - 16,30 15,00 - 17,00 20,30 - 22,00	Inglese - base Pittura ad olio - laboratorio Inglese - conversazione
Venerdì 4 ottobre 2024	15,00 - 16,30 16,30 - 18,30 16,45 - 18,30 20,00 - 21,30	Inglese - intermedio Creativo - laboratorio Storia della musica Tango Argentino - laboratorio
Lunedì 7 ottobre 2024	15,00 - 16,45 20,30 - 22,00 20,30 - 22,00	Informatica 1° liv. - laboratorio Spagnolo - base Scultura su legno - laboratorio
Martedì 8 ottobre 2024	15,00 - 16,30 16,30 - 18,30 20,30 - 22,00	Medicina - dr. Zignani Decoupage - laboratorio Spagnolo - intermedio
Mercoledì 9 ottobre 2024	15,00 - 16,30 15,00 - 16,30 17,00 - 18,30	Circumnavigazione dell'Africa Francese - base Francese - Intermedio
Giovedì 10 ottobre 2024	15,00 - 16,30 15,00 - 17,00 17,00 - 18,30 20,30 - 22,00	Inglese - base Pittura ad olio - laboratorio Astrologia Inglese - conversazione
Venerdì 11 ottobre 2024	15,00 - 16,30 16,30 - 18,30 16,45 - 18,30 20,00 - 21,30	Inglese - intermedio Creativo - laboratorio Storia della musica Tango Argentino - laboratorio
Lunedì 14 ottobre 2024	15,00 - 16,45 17,00 - 18,30 20,30 - 22,00 20,30 - 22,00	Informatica 1° liv. - laboratorio Truffe nelle loro diverse manifestazioni - seminario Spagnolo - base Scultura su legno - laboratorio
Martedì 15 ottobre 2024	15,00 - 16,30 16,30 - 18,30 20,30 - 22,00	Medicina - dr. Zignani Decoupage - laboratorio Spagnolo - intermedio
Mercoledì 16 ottobre 2024	15,00 - 16,30 15,00 - 16,30 17,00 - 18,30	Circumnavigazione dell'Africa Francese - base Francese - intermedio
Giovedì 17 ottobre 2024	15,00 - 16,30 15,00 - 17,00 17,00 - 18,30 20,30 - 22,00	Inglese - base Pittura ad olio - laboratorio Astrologia Inglese - conversazione
Venerdì 18 ottobre 2024	15,00 - 16,30 16,30 - 18,30 16,45 - 18,30 20,00 - 21,30	Inglese - intermedio Creativo - laboratorio Storia della musica Tango Argentino - laboratorio

O
 I
 B
 A
 R
 D
 N
 E
 F
 E
 L
 G
 A
 T
 E
 G
 A
 L
 E
 R
 I
 E
 S
 I
 N
 I
 S
 T
 I
 T
 U
 T
 O

Lunedì 21 ottobre 2024	15,00 - 16,45 17,00 - 18,30 20,30 - 22,00 20,30 - 22,00	Informatica 1° liv. - laboratorio Truffe nelle loro diverse manifestazioni - seminario Spagnolo - base Scultura su legno - laboratorio
Martedì 22 ottobre 2024	15,00 - 16,30 16,30 - 18,30 20,30 - 22,00	Medicina - dr. Zignani Decoupage - laboratorio Spagnolo - intermedio
Mercoledì 23 ottobre 2024	15,00 - 16,30 15,00 - 16,30 17,00 - 18,30	Circumnavigazione dell'Africa Francese - base Francese - intermedio
Giovedì 24 ottobre 2024	15,00 - 16,30 15,00 - 17,00 17,00 - 18,30 20,30 - 22,00	Inglese - base Pittura ad olio - laboratorio Astrologia Inglese - conversazione
Venerdì 25 ottobre 2024	15,00 - 16,30 16,30 - 18,30 16,45 - 18,30 20,00 - 21,30	Inglese - intermedio Creativo - laboratorio Storia della musica Tango Argentino - laboratorio
Lunedì 28 ottobre 2024	15,00 - 16,45 20,30 - 22,00 20,30 - 22,00	Informatica 1° liv. - laboratorio Spagnolo - base Scultura su legno - laboratorio
Martedì 29 ottobre 2024	15,00 - 16,30 16,30 - 18,30 20,30 - 22,00	Medicina - dr. Zignani Decoupage - laboratorio Spagnolo - intermedio
Mercoledì 30 ottobre 2024	15,00 - 16,30 15,00 - 16,30 17,00 - 18,30	Circumnavigazione dell'Africa Francese - base Francese - intermedio
Giovedì 31 ottobre 2024	15,00 - 16,30 15,00 - 17,00 17,00 - 18,30 20,30 - 22,00	Inglese - base Pittura ad olio - laboratorio Astrologia Inglese - conversazione

NOVEMBRE 2024

Venerdì 1 novembre 2024 sospensione per festività

Lunedì 4 novembre 2024	15,00 - 16,45 17,00 - 18,30 20,30 - 22,00 20,30 - 22,00	Informatica 1° liv. - laboratorio Ma che cos'è questa energia - seminario Spagnolo - base Scultura su legno - laboratorio
Martedì 5 novembre 2024	15,00 - 16,30 16,30 - 18,30 20,30 - 22,00	Le Cinque Giornate di Milano Decoupage - laboratorio Spagnolo - intermedio
Mercoledì 6 novembre 2024	15,00 - 16,30 15,00 - 16,30 17,00 - 18,30	Circumnavigazione dell'Africa Francese - base Francese - intermedio
Giovedì 7 novembre 2024	15,00 - 16,30 15,00 - 17,00 17,00 - 18,30 20,30 - 22,00	Inglese - base Pittura ad olio - laboratorio Astrologia Inglese - conversazione

Venerdì 8 novembre 2024	15,00 - 16,30 16,30 - 18,30 16,45 - 18,30 20,00 - 21,30	Inglese - intermedio Creativo - laboratorio Storia della musica Tango Argentino - laboratorio
Lunedì 11 novembre 2024	15,00 - 16,45 17,00 - 18,30 18,30 - 21,00 20,30 - 22,00 20,30 - 22,00	Informatica 1° liv. - laboratorio Ma che cos'è questa energia - seminario La vibrazione nello yoga - laboratorio Spagnolo - base Scultura su legno - laboratorio
Martedì 12 novembre 2024	15,00 - 16,30 16,30 - 18,30 17,00 - 18,30 20,30 - 22,00	Le Cinque Giornate di Milano Decoupage - laboratorio Ungaretti il poeta - seminario Spagnolo - intermedio
Mercoledì 13 novembre 2024	15,00 - 16,30 15,00 - 16,30 17,00 - 18,30	Circumnavigazione dell'Africa Francese - base Francese - intermedio
Giovedì 14 novembre 2024	15,00 - 16,30 15,00 - 17,00 17,00 - 18,30 20,30 - 22,00	Inglese - base Pittura ad olio - laboratorio Astrologia Inglese - conversazione
Venerdì 15 novembre 2024	15,00 - 16,30 16,30 - 18,30 16,45 - 18,30	Inglese - intermedio Creativo - laboratorio Storia della musica
Lunedì 18 novembre 2024	15,00 - 16,45 17,00 - 18,30 18,30 - 21,00 20,30 - 22,00 20,30 - 22,00	Informatica 1° liv. - laboratorio Ma che cos'è questa energia - seminario La vibrazione nello Yoga - laboratorio Spagnolo - base Scultura su legno - laboratorio
Martedì 19 novembre 2024	15,00 - 16,30 16,30 - 18,30 17,00 - 18,30 20,30 - 22,00	Psicologia - dr.ssa Delli Zotti - dr.ssa Panni Decoupage - laboratorio Ungaretti il poeta - seminario Spagnolo - intermedio
Mercoledì 20 novembre 2024	15,00 - 16,30 15,00 - 16,30 17,00 - 18,30	Alimentazione e salute - dr.ssa Panni Francese - base Francese - intermedio
Giovedì 21 novembre 2024	15,00 - 16,30 15,00 - 17,00 17,00 - 18,30 20,30 - 22,00	Inglese - base Pittura ad olio - laboratorio Astrologia Inglese - conversazione
Venerdì 22 novembre 2024	15,00 - 16,30 16,30 - 18,30 16,45 - 18,30	Inglese - intermedio Creativo - laboratorio Storia della musica
Lunedì 25 novembre 2024	15,00 - 16,45 17,00 - 18,30 18,30 - 21,00 20,30 - 22,00 20,30 - 22,00	Informatica 1° liv. - laboratorio Le Cinque Giornate di Milano La vibrazione nello yoga - laboratorio Spagnolo - base Scultura su legno - laboratorio
Martedì 26 novembre 2024	15,00 - 16,30 16,30 - 18,30 20,30 - 22,00	Psicologia dell'India classica - dr.ssa Tenerelli Decoupage - laboratorio Spagnolo - intermedio

Mercoledì 27 novembre 2024	15,00 - 16,30 15,00 - 16,30 17,00 - 18,30	Alimentazione e salute - dr.ssa Panni Francese - base Francese - intermedio
Giovedì 28 novembre 2024	15,00 - 16,30 15,00 - 17,00 17,00 - 18,30 20,30 - 22,00	Inglese - base Pittura ad olio - laboratorio Astrologia Inglese - conversazione
Venerdì 29 novembre 2024	15,00 - 16,30 16,30 - 18,30 16,45 - 18,30	Inglese - intermedio Creativo - laboratorio Storia della musica

DICEMBRE 2024

Lunedì 2 dicembre 2024	15,00 - 16,45 17,00 - 18,30 20,30 - 22,00 20,30 - 22,00	Informatica 1° liv. - laboratorio Le Cinque Giornate di Milano Spagnolo - base Scultura su legno - laboratorio
Martedì 3 dicembre 2024	15,00 - 16,30 16,30 - 18,30 20,30 - 22,00	Psicologia dell'India classica - dr.ssa Tenerelli Decoupage - laboratorio Spagnolo - intermedio
Mercoledì 4 dicembre 2024	15,00 - 16,30 17,00 - 18,30	Francese - base Francese - intermedio
Giovedì 5 dicembre 2024	15,00 - 16,30 15,00 - 17,00 17,00 - 18,30 20,30 - 22,00	Inglese - base Pittura ad olio - laboratorio Astrologia Inglese - conversazione
Venerdì 6 dicembre 2024	15,00 - 16,30 16,30 - 18,30 16,45 - 18,30	Inglese - intermedio Creativo - laboratorio Storia della musica
Lunedì 9 dicembre 2024	15,00 - 16,45 17,00 - 18,30 20,30 - 22,00 20,30 - 22,00	Informatica 1° liv. - laboratorio Le Cinque Giornate di Milano Spagnolo - base Scultura su legno - laboratorio
Martedì 10 dicembre 2024	15,00 - 16,30 17,00 - 18,30 20,30 - 22,00	Psicologia dell'India classica - dr.ssa Tenerelli Angeli - seminario Spagnolo - intermedio
Mercoledì 11 dicembre 2024	15,00 - 16,30 17,00 - 18,30	Francese - base Francese - intermedio
Giovedì 12 dicembre 2024	15,00 - 16,30 15,00 - 17,00 17,00 - 18,30 20,30 - 22,00	Inglese - base Pittura ad olio - laboratorio Astrologia Inglese - conversazione
Venerdì 13 dicembre 2024	15,00 - 16,30 16,30 - 18,30 16,45 - 18,30	Inglese - intermedio Creativo - laboratorio Storia della musica
Lunedì 16 dicembre 2024	17,00 - 18,30 20,30 - 22,00 20,30 - 22,00	Le Cinque Giornate di Milano Spagnolo - base Scultura su legno - laboratorio
Martedì 17 dicembre 2024	17,00 - 18,30 20,30 - 22,00	Angeli - seminario Spagnolo - intermedio

Mercoledì 18 dicembre 2024	15,00 - 16,30 17,00 - 18,30	Francese - base Francese - intermedio
Giovedì 19 dicembre 2024	15,00 - 16,30 15,00 - 17,00 20,30 - 22,00	Inglese - base Pittura ad olio - laboratorio Inglese - conversazione
Venerdì 20 dicembre 2024	15,00 - 16,30 16,30 - 18,30	Inglese - intermedio Creativo - laboratorio

Dal 23 dicembre 2024 al 6 gennaio 2025 sospensione per festività natalizie

GENNAIO 2025

Martedì 7 gennaio 2025	20,30 - 22,00	Spagnolo - intermedio
Mercoledì 8 gennaio 2025	15,00 - 16,30 17,00 - 18,30	Francese - base Francese - intermedio
Giovedì 9 gennaio 2025	15,00 - 16,30 15,00 - 17,00 17,00 - 18,30 20,30 - 22,00	Inglese - base Pittura ad olio - laboratorio Previsioni astrologiche - seminario Inglese - conversazione
Venerdì 10 gennaio 2025	15,00 - 16,30 17,00 - 18,30 19,30 - 20,30	Inglese - intermedio Psicologia - dr.ssa Chiara Mauri Yoga - laboratorio
Lunedì 13 gennaio 2025	15,00 - 16,45 16,45 - 18,30 20,00 - 22,00 20,30 - 22,00	Informatica 2° liv. - laboratorio Decoupage Pittorico - laboratorio Antigone di Sofocle - laboratorio di teatro Spagnolo - base
Martedì 14 gennaio 2025	15,00 - 17,00 17,00 - 18,30 20,30 - 22,00	Storia dell'arte Medicina - dr. Genoni Spagnolo - intermedio
Mercoledì 15 gennaio 2025	15,00 - 16,30 17,00 - 18,30	Francese - base Francese - intermedio
Giovedì 16 gennaio 2025	15,00 - 16,30 15,00 - 17,00 17,00 - 18,30 20,30 - 22,00	Inglese - base Pittura ad olio - laboratorio Previsioni astrologiche - seminario Inglese - conversazione
Venerdì 17 gennaio 2025	15,00 - 16,30 17,00 - 18,30 19,30 - 20,30	Inglese - intermedio Medicina - dr. Bellinato Yoga - laboratorio
Lunedì 20 gennaio 2025	15,00 - 16,45 16,45 - 18,30 20,00 - 22,00 20,30 - 22,00	Informatica 2° liv. - laboratorio Decoupage Pittorico - laboratorio Antigone di Sofocle - laboratorio di teatro Spagnolo - base
Martedì 21 gennaio 2025	15,00 - 17,00 17,00 - 18,30 20,30 - 22,00	Storia dell'arte Medicina - dr. Genoni Spagnolo - intermedio
Mercoledì 22 gennaio 2025	15,00 - 16,30 17,00 - 18,30	Francese - base Francese - intermedio
Giovedì 23 gennaio 2025	15,00 - 16,30 15,00 - 17,00 20,30 - 22,00	Inglese - base Pittura ad olio - laboratorio Inglese - conversazione

O
I
B
A
R
D
E
N
E
L
E
G
A
L
E

Venerdì 24 gennaio 2025	15,00 - 16,30 17,00 - 18,30 19,30 - 20,30	Inglese - intermedio Medicina - dr. Bellinato Yoga - laboratorio
Lunedì 27 gennaio 2025	15,00 - 16,45 16,45 - 18,30 20,00 - 22,00 20,30 - 22,00	Informatica 2° liv. - laboratorio Decoupage Pittorico - laboratorio Antigone di Sofocle - laboratorio di teatro Spagnolo - base
Martedì 28 gennaio 2025	15,00 - 17,00 17,00 - 18,30 20,30 - 22,00	Storia dell'arte Medicina - dr. Genoni Spagnolo - intermedio
Mercoledì 29 gennaio 2025	15,00 - 16,30 17,00 - 18,30	Francese - base Francese - intermedio
Giovedì 30 gennaio 2025	15,00 - 16,30 15,00 - 17,00 20,30 - 22,00	Inglese - base Pittura ad olio - laboratorio Inglese - conversazione
Venerdì 31 gennaio 2025	15,00 - 16,30 16,30 - 18,30 16,30 - 18,30 19,30 - 20,30	Inglese - intermedio Risparmio: vita e finanza Restauro mobili - laboratorio Yoga - laboratorio

FEBBRAIO 2025

Lunedì 3 febbraio 2025	15,00 - 16,45 16,45 - 18,30 20,00 - 22,00 20,30 - 22,00	Informatica 2° liv. - laboratorio Decoupage Pittorico - laboratorio Antigone di Sofocle - laboratorio di teatro Spagnolo - base
Martedì 4 febbraio 2025	15,00 - 17,00 17,00 - 18,30 20,30 - 22,00	Storia dell'arte Medicina - dr. Genoni Spagnolo - intermedio
Mercoledì 5 febbraio 2025	15,00 - 16,30 15,00 - 16,30 17,00 - 18,30	Matematica: quanta passione! seminario Francese - base Francese - intermedio
Giovedì 6 febbraio 2025	15,00 - 16,30 15,00 - 17,00 17,00 - 18,30 20,30 - 22,00	Inglese - base Pittura ad olio - laboratorio Diritto - Avv. Di Bello Inglese - conversazione
Venerdì 7 febbraio 2025	15,00 - 16,30 16,30 - 18,30 16,30 - 18,30 19,30 - 20,30	Inglese - intermedio Risparmio: vita e finanza Restauro mobili - laboratorio Yoga - laboratorio
Lunedì 10 febbraio 2025	15,00 - 16,45 20,00 - 22,00 20,30 - 22,00	Informatica 2° liv. - laboratorio Antigone di Sofocle - laboratorio di teatro Spagnolo - base
Martedì 11 febbraio 2025	15,00 - 17,00 17,00 - 18,30 20,30 - 22,00	Storia dell'arte Medicina - dr. Genoni Spagnolo - intermedio
Mercoledì 12 febbraio 2025	15,00 - 16,30 15,00 - 16,30 17,00 - 18,30	Matematica: quanta passione! seminario Francese - base Francese - intermedio
Giovedì 13 febbraio 2025	15,00 - 16,30 15,00 - 17,00 17,00 - 18,30 20,30 - 22,00	Inglese - base Pittura ad olio - laboratorio Diritto - Avv. Di Bello Inglese - conversazione

Venerdì 14 febbraio 2025	15,00 - 16,30 16,30 - 18,30 16,30 - 18,30 19,30 - 20,30	Inglese - intermedio Risparmio: vita e finanza Restauro mobili - laboratorio Yoga - laboratorio
Lunedì 17 febbraio 2025	15,00 - 16,45 20,00 - 22,00 20,30 - 22,00	Informatica 2° liv. - laboratorio Antigone di Sofocle - laboratorio di teatro Spagnolo - base
Martedì 18 febbraio 2025	15,00 - 17,00 20,30 - 22,00	Storia dell'arte Spagnolo - intermedio
Mercoledì 19 febbraio 2025	15,00 - 16,30 15,00 - 16,30 17,00 - 18,30	Matematica: quanta passione! seminario Francese - base Francese - intermedio
Giovedì 20 febbraio 2025	15,00 - 16,30 15,00 - 17,00 17,00 - 18,30 20,30 - 22,00	Inglese - base Pittura ad olio - laboratorio Diritto - Avv. Di Bello Inglese - conversazione
Venerdì 21 febbraio 2025	15,00 - 16,30 16,30 - 18,30 16,30 - 18,30 19,30 - 20,30	Inglese - intermedio Risparmio: vita e finanza Restauro mobili - laboratorio Yoga - laboratorio
Lunedì 24 febbraio 2025	15,00 - 16,45 16,45 - 18,15 20,00 - 22,00 20,30 - 22,00	Informatica 2° liv. - laboratorio Alimentazione e salute - dr.ssa Carini Antigone di Sofocle - laboratorio di teatro Spagnolo - base
Martedì 25 febbraio 2025	15,00 - 17,00 20,30 - 22,00	Storia dell'arte Spagnolo - intermedio
Mercoledì 26 febbraio 2025	15,00 - 16,30 15,00 - 16,30 17,00 - 18,30	Matematica: quanta passione! seminario Francese - base Francese - intermedio
Giovedì 27 febbraio 2025	15,00 - 16,30 15,00 - 17,00 17,00 - 18,30 20,30 - 22,00	Inglese - base Pittura ad olio - laboratorio Diritto - Avv. Di Bello Inglese - conversazione
Venerdì 28 febbraio 2025	15,00 - 16,30 16,30 - 18,30 16,30 - 18,30 19,30 - 20,30	Inglese - intermedio Risparmio: vita e finanza Restauro mobili - laboratorio Yoga - laboratorio

MARZO 2025

Lunedì 3 marzo 2025	15,00 - 16,45 16,45 - 18,15 20,00 - 22,00 20,30 - 22,00	Informatica 2° liv. - laboratorio Alimentazione e salute - dr.ssa Carini Antigone di Sofocle - laboratorio di teatro Spagnolo - base
Martedì 4 marzo 2025	15,00 - 17,00 17,00 - 18,30 20,30 - 22,00	Storia dell'arte Qual è il tuo mito? seminario Spagnolo - intermedio
Mercoledì 5 marzo 2025	15,00 - 16,30 17,00 - 18,30 17,00 - 18,30 20,30 - 22,00	Francese - base Francese - intermedio Alimentazione e salute dr.ssa Oppizzi - dr.ssa Cappelli Arte Fiamminga - seminario

Giovedì 6 marzo 2025	15,00 - 16,30 17,00 - 18,30 20,30 - 22,00	Inglese - base Diritto - Avv. Di Bello Inglese - conversazione
Venerdì 7 marzo 2025	15,00 - 16,30 16,30 - 18,30 18,30 - 20,00	Inglese - intermedio Restauro mobili - laboratorio Shiatsu - laboratorio
Lunedì 10 marzo 2025	15,00 - 16,45 16,45 - 18,15 20,00 - 22,00 20,30 - 22,00	Informatica 2° liv. - laboratorio Alimentazione e salute - dr.ssa Carini Antigone di Sofocle - laboratorio di teatro Spagnolo - base
Martedì 11 marzo 2025	15,00 - 17,00 17,00 - 18,30 20,30 - 22,00	Storia dell'arte Qual è il tuo mito? seminario Spagnolo - intermedio
Mercoledì 12 marzo 2025	15,00 - 16,30 17,00 - 18,30	Francese - base Francese - intermedio
Giovedì 13 marzo 2025	15,00 - 16,30 17,00 - 18,30 20,30 - 22,00	Inglese - base Diritto - Avv. Di Bello Inglese - conversazione
Venerdì 14 marzo 2025	15,00 - 16,00 16,30 - 18,30 18,30 - 20,00	Inglese - intermedio Restauro mobili - laboratorio Shiatsu - laboratorio
Lunedì 17 marzo 2025	15,00 - 16,45 16,45 - 18,15 20,00 - 22,00 20,30 - 22,00	Informatica 2° liv. - laboratorio Alimentazione e salute - dr.ssa Carini Antigone di Sofocle - laboratorio di teatro Spagnolo - base
Martedì 18 marzo 2025	15,00 - 17,00 17,00 - 18,30 20,30 - 22,00	Storia dell'arte Qual è il tuo mito? seminario Spagnolo - intermedio
Mercoledì 19 marzo 2025	15,00 - 16,30 15,00 - 16,30 17,00 - 18,30 20,30 - 22,00	Francese - base La storia di Milano raccontata dalle pietre- seminario Francese - intermedio Arte Fiamminga - seminario
Giovedì 20 marzo 2025	15,00 - 16,30 20,30 - 22,00	Inglese - base Inglese - conversazione
Venerdì 21 marzo 2025	15,00 - 16,30 16,30 - 18,30 18,30 - 20,00	Inglese - intermedio Restauro mobili - laboratorio Shiatsu - laboratorio
Lunedì 24 marzo 2025	15,00 - 16,00 16,30 - 18,30 16,30 - 18,30 20,00 - 22,00 20,30 - 22,00	Il classico cammino francese - seminario Burraco - laboratorio Il mondo dei parassiti e dei batteri: conosciamoli Antigone di Sofocle - laboratorio di teatro Spagnolo - base
Martedì 25 marzo 2025	15,00 - 17,00 20,30 - 22,00	Storia dell'arte Spagnolo - intermedio
Mercoledì 26 marzo 2025	15,00 - 16,30 15,00 - 16,30 17,00 - 18,30	Francese - base La storia di Milano raccontata dalle pietre - seminario Francese - intermedio
Giovedì 27 marzo 2025	15,00 - 16,30 20,30 - 22,00	Inglese - base Inglese - conversazione

Venerdì 28 marzo 2025	15,00 - 16,30 16,30 - 18,30 18,30 - 20,00	Inglese - intermedio Restauro mobili - laboratorio Shiatsu - laboratorio
Lunedì 31 marzo 2025	15,00 - 16,00 16,30 - 18,30 16,30 - 18,30 20,00 - 22,00 20,30 - 22,00	Il classico cammino francese - seminario Burraco - laboratorio Il mondo dei parassiti e dei batteri: conosciamoli Antigone di Sofocle - laboratorio di teatro Spagnolo - base

APRILE 2025

Martedì 1 aprile 2025	17,00 - 18,30 20,30 - 22,00	Diritto - Avv. Lenzerini Spagnolo - intermedio
Mercoledì 2 aprile 2025	15,00 - 16,30 15,00 - 16,30 17,00 - 18,30 20,30 - 22,00	Francese - base Le assicurazioni - seminario Francese - intermedio Arte Fiamminga - seminario
Giovedì 3 aprile 2025	15,00 - 16,30 17,00 - 18,30 20,30 - 22,00	Inglese - base Frammenti di letteratura - seminario Inglese - conversazione
Venerdì 4 aprile 2025	15,00 - 16,30 16,30 - 18,30 18,30 - 20,00	Inglese - intermedio Storia dell'arte Shiatsu - laboratorio
Lunedì 7 aprile 2025	15,00 - 16,00 16,30 - 18,30 16,30 - 18,30 20,00 - 22,00 20,30 - 22,00	Il classico cammino francese - seminario Burraco - laboratorio Il mondo dei parassiti e dei batteri: conosciamoli Antigone di Sofocle - laboratorio di teatro Spagnolo - base
Martedì 8 aprile 2025	15,00 - 17,00 17,00 - 18,30 20,30 - 22,00	Storia dell'arte Diritto - Avv. Lenzerini Spagnolo - intermedio
Mercoledì 9 aprile 2025	15,00 - 16,30 15,00 - 16,30 17,00 - 18,30	Francese - base Le assicurazioni - seminario Francese - intermedio
Giovedì 10 aprile 2025	15,00 - 16,30 17,00 - 18,30 20,30 - 22,00	Inglese - base Frammenti di letteratura - seminario Inglese - conversazione
Venerdì 11 aprile 2025	15,00 - 16,30 17,00 - 18,30 18,30 - 20,00	Inglese - intermedio Medicina - dr. Isa Shiatsu - laboratorio
Lunedì 14 aprile 2025	15,00 - 16,00 16,30 - 18,30 16,30 - 18,30 20,00 - 22,00 20,30 - 22,00	Il classico cammino francese - seminario Burraco - laboratorio Il mondo dei parassiti e dei batteri: conosciamoli Antigone di Sofocle - laboratorio di teatro Spagnolo - base
Martedì 15 aprile 2025	15,00 - 17,00 17,00 - 18,30 20,30 - 22,00	Storia dell'arte Diritto - Avv. Lenzerini Spagnolo - intermedio
Mercoledì 16 aprile 2025	15,00 - 16,30 15,00 - 16,30 17,00 - 18,30 20,30 - 22,00	Francese - base Le assicurazioni - seminario Francese - intermedio Arte Fiamminga - seminario

Giovedì 17 aprile 2025	15,00 - 16,30 16,30 - 18,30 17,00 - 18,30 20,30 - 22,00	Inglese - base Decorazione su ceramica - laboratorio Frammenti di letteratura - seminario Inglese - conversazione
------------------------	--	--

Dal 18 al 22 aprile 2025 sospensione per festività pasquali

Mercoledì 23 aprile 2025	15,00 - 16,30 17,00 - 18,30	Francese - base Francese - intermedio
--------------------------	--------------------------------	--

Giovedì 24 aprile 2025	15,00 - 16,30 16,30 - 18,30 17,00 - 18,30 20,30 - 22,00	Inglese - base Decorazione su ceramica - laboratorio Frammenti di letteratura - seminario Inglese - conversazione
------------------------	--	--

Venerdì 25 aprile 2025 festività

Lunedì 28 aprile 2025	16,30 - 18,30 16,30 - 18,30 20,00 - 22,00 20,30 - 22,00	Burraco - laboratorio Il mondo dei parassiti e dei batteri: conosciamoli Antigone di Sofocle - laboratorio di teatro Spagnolo - base
-----------------------	--	---

Martedì 29 aprile 2025	15,00 - 17,00 17,00 - 18,30 20,30 - 22,00	Storia dell'arte Diritto - Avv. Lenzerini Spagnolo - intermedio
------------------------	---	---

Mercoledì 30 aprile 2025	17,00 - 18,30	Medicina - dr. Olivieri
--------------------------	---------------	-------------------------

MAGGIO 2025

Giovedì 1 e Venerdì 2 maggio 2025 sospensione per festività

Lunedì 5 maggio 2025	15,00 - 16,30 16,30 - 18,30 16,30 - 18,30 20,30 - 22,00	La Costituzione della Repubblica Italiana - seminario Burraco - laboratorio Il mondo dei parassiti e dei batteri: conosciamoli Spagnolo - base
----------------------	--	---

Martedì 6 maggio 2025	15,00 - 16,30	Psicologia dell'India classica - dr.ssa Tenerelli
-----------------------	---------------	---

Mercoledì 7 maggio 2025	17,00 - 18,30	Medicina - dr. Olivieri
-------------------------	---------------	-------------------------

Giovedì 8 maggio 2025	15,00 - 16,30 16,30 - 18,30	Psicologia dell'India Classica - dr.ssa Tenerelli Decorazione su ceramica - laboratorio
-----------------------	--------------------------------	--

Venerdì 9 maggio 2025	15,00 - 16,30 18,30 - 20,00	Inglese - intermedio Shiatsu - laboratorio
-----------------------	--------------------------------	---

Lunedì 12 maggio 2025	15,00 - 16,30 16,30 - 18,30 16,30 - 18,30 20,30 - 22,00	La Costituzione della Repubblica Italiana - seminario Burraco - laboratorio Il mondo dei parassiti e dei batteri: conosciamoli Spagnolo - base
-----------------------	--	---

Martedì 13 maggio 2025	15,00 - 16,30	Psicologia dell'India classica - dr.ssa Tenerelli
------------------------	---------------	---

Mercoledì 14 maggio 2025	15,00 - 16,30	Inglese - intermedio
--------------------------	---------------	----------------------

Giovedì 15 maggio 2025	16,30 - 18,30	Decorazione su ceramica - laboratorio
------------------------	---------------	---------------------------------------

Venerdì 16 maggio 2025	15,00 - 16,30 18,30 - 20,00	Inglese - intermedio Shiatsu - laboratorio
------------------------	--------------------------------	---



APERTO TUTTI I GIORNI
DALLE **9,00** ALLE **19,30**

Via A. Volta 19

Cassina de' Pecchi – MI

Tel. 02.95344210

studio.mannarino@gmail.com

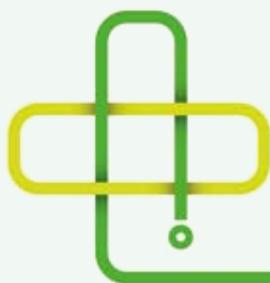
NUOVA APERTURA

a Cernusco S/N della "Medeor dental Clinic"

Via G. Mazzini 3/A Cernusco S/N - MI

Tel. 02 92271282

medeor.dentalclinic@gmail.com



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

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

Sabato: 08.30 - 12.30