



ANNO ACCADEMICO 2025 – 2026



Comune di Olgiate Olona

settembre 2025

a chi ci rivolgiamo e cosa vogliamo fare

- ✓ Ci rivolgiamo a tutti coloro che sono interessati ad **ampliare la loro cultura** su materie di vario genere e a **socializzare** in un ambiente informale
- ✓ Mettiamo a disposizione **non solo competenze** attinte dai territori, **ma anche condivisioni di saperi, passioni e interessi**
- ✓ Proponiamo **incontri informativi** e di **sensibilizzazione** su temi d'attualità
- ✓ Collaboriamo con le **Associazioni culturali del territorio** e promuoviamo loro iniziative

AUSER è una ODV ETS,
cioè una **Organizzazione Di Volontariato e Ente di Terzo Settore,**
impegnata a favorire l'invecchiamento attivo dei Soggetti anziani
e a valorizzare il loro ruolo nella società

TESSERA AUSER – I SERVIZI DELL'ASSOCIAZIONE

- ❖ **Accompagnamenti /Trasporto protetto per visite mediche**
- ❖ **Aiuto a domicilio**
- ❖ **Consegna della spesa o dei farmaci**
- ❖ **Opportunità di svago**
- ❖ **ATTIVITÀ CULTURALI**
- ❖ **Sportello informazioni**
- ❖ **Servizi alla Comunità: doposcuola primarie, alfabetizzazione adulti e pratiche per stranieri**



INFORMAZIONI GENERALI

- **Iscrizioni:** da lunedì **29 Settembre** a venerdì **3 Ottobre** 2025 (dalle 15.00 alle 18.00) presso il Teatrino di Villa Gonzaga - via Luigia Greppi 4 Olgiate Olona
- **Inizio corsi:** Ottobre 2025
- **Fine corsi:** Maggio 2026
- **Orari:** dal lunedì al venerdì pomeriggio 14.30 - 18.30; sabato mattina per alcuni corsi
- **Sede principale:** Le Scuderie | Cortile del Comune - via Luigia Greppi 4 Olgiate Olona
- **Tessera associativa Auser:** 20 €
- **Contatti:** 351 423 0270 | utel.olgiateolona@gmail.com

*Durante la presentazione di oggi sarà possibile fare una **pre-iscrizione** (senza versamento di quota) che ci consentirà di avere indicazioni sul gradimento dell'iniziativa e dei corsi*



I CORSI

Coltivare con la terra. Per una Agricoltura Rigenerativa nell'Orto

Paolo Bogno

Approfondimenti, consigli pratici, esempi e curiosità, per provare a rispondere insieme ad alcune domande:

È possibile coltivare in maniera naturale lavorando in sinergia con la terra?

Come possiamo farlo? Quali benefici per noi e per l'ambiente?

Un orto rigenerato può rigenerare anche la comunità umana?

- **Cos'è l'agricoltura rigenerativa:** parole chiave
- **Esempi e storie**
- **Il suolo:** cos'è davvero e cosa c'è sotto
- **Come coltivare rispettando il suolo:** metodi concreti e strumenti di lavoro
- **Nutrimiento e cura:** preparati fitosanitari fatti in casa
- **Il calendario dell'orto**
- **Dalla terra alle persone:** come costruire nuove reti di produzione e consumo (l'esempio concreto della CSA Orto Naturale)

IL CAMBIAMENTO CLIMATICO

Il Clima che cambia: dubbi, risposte della scienza, scelte da compiere

Fulvio Fagiani

**I DUBBI
SUL CLIMA
CHE CAMBIA**

**E LE RISPOSTE
DELLA
SCIENZA**

Che c'entro io con il clima?



Perché il clima ci riguarda
e cosa possiamo fare

Del **sistema climatico** si sa normalmente molto poco, non si conosce come funziona realmente, che cosa sono i **fenomeni che lo determinano**, come i *feedback*, né i possibili e catastrofici cambiamenti, né i «**tipping points**» e soprattutto non riusciamo a realizzare quali siano i **rischi** che corriamo e a capire come **prevenirli**.

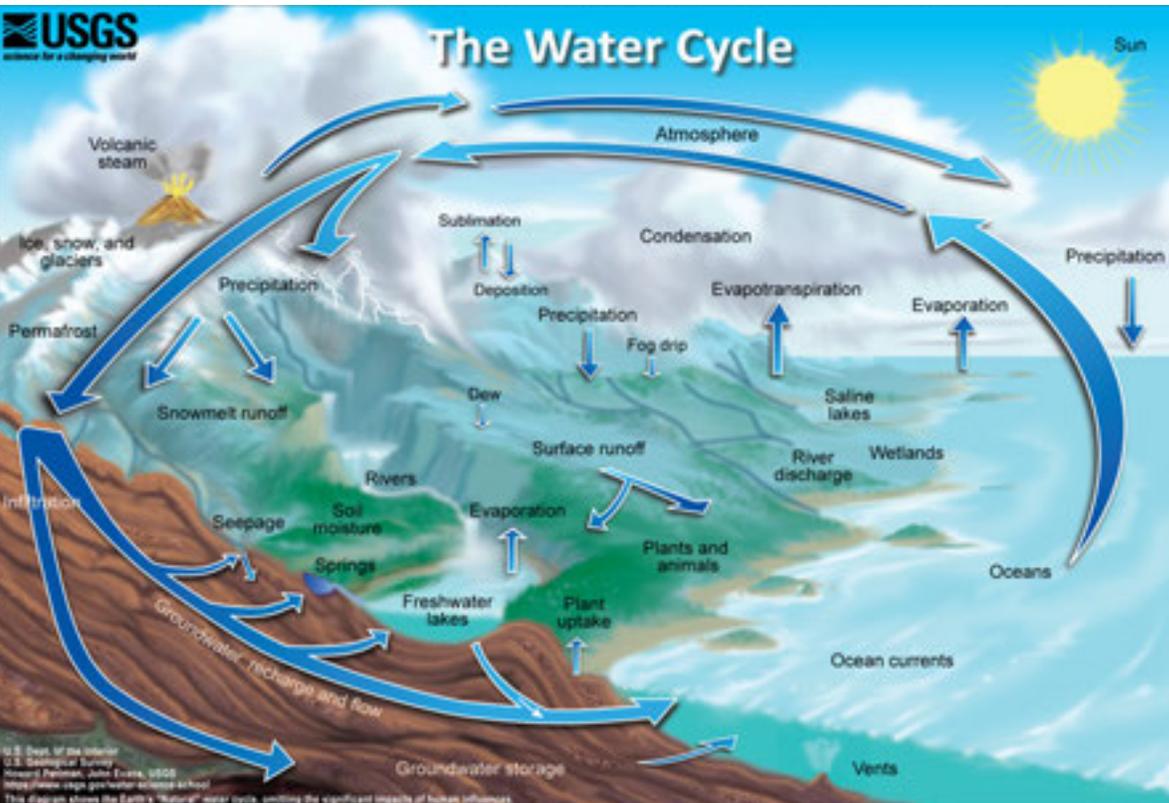
Nel ciclo delle due conferenze cercheremo di spiegare, in modo semplice:

- come funziona il sistema climatico e come si possono **stimarne impatti e rischi**
- che cosa si può fare per **contenerne gli effetti** e quali sistemi si devono trasformare e come

IL RISCALDAMENTO TERRESTRE

Cause e possibili Soluzioni

Roberto Brusa



Il ciclo di incontri sarà incentrato sulla valutazione e l'analisi delle **probabili cause** del riscaldamento globale e avanzerà una **ipotesi di soluzione** del problema

- **Valutazioni quantitative del calore emesso** nei processi di combustione dal 1712 al 2018
- **Impronta di carbonio e Impronta di calore**: due facce della stessa medaglia. Diagramma di stato dell'acqua. Temperature di innesco cambiamenti di stato. Calore Latente di Liquefazione/Solidificazione
- **Controllo incrociato** unità di misura. Valutazioni risultati e domande aperte
- **È ancora possibile una via d'uscita?** Differenti approcci culturali. Studio Preliminare di Fattibilità della soluzione proposta

EDUCAZIONE AMBIENTALE E ALLA SOSTENIBILITÀ 2

Lascia che la Natura
ti sia Maestra

Walter Girardi

Si parlerà di:

- **Cambia sacco, non pianeta** – viaggio nel pattume
- A **Plastic Ocean**
- **Zone Umide**: un salto con rane e rospi
- **Cambia il Clima ma noi no**: i migranti climatici
- Gli strumenti di **Valutazione** in campo ambientale: VIA – VAS
- Gli strumenti di **Valutazione** in campo ambientale: VIC – VIS
- **Green New Deal**: Europa per il futuro
- Area **MAB Unesco**: valorizzazione e promozione territoriale
- I progetti pro **Natura**: Life for future
- **Ciak si gira**: le questioni ambientali viste da Hollywood

➤ **USCITE:**
In programmazione



AMBIENTE



Azienda Speciale
Consortile Medio Olona
Servizi alla Persona



Regione
Lombardia



ausser

ELEMENTI IN NATURA

L'Acqua, il bene più prezioso

Lello Tomanelli

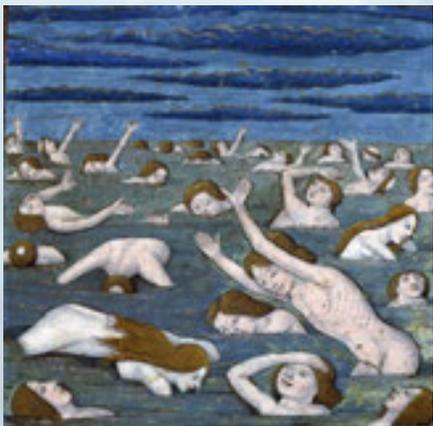


- **Utilizzi dell'acqua**
- **Sostanze e parametri fondamentali delle acque**
- **Microrganismi acquatici**
- **Tecniche di trattamento delle acque**
 - Le acque **minerali**
 - Le acque **sotterranee**
- **La potabilizzazione delle acque**
 - **Il riutilizzo delle acque**

LA DIMENSIONE SIMBOLICA DELL'ACQUA

Usi, Credenze e Riti d'Acqua

Dario Bassi



Intraprenderemo insieme un percorso antropologico per scoprire i **significati**, i **ruoli** e le **dinamiche culturali dell'acqua**, il bene comune più prezioso per gli uomini, dal grande impatto sociale

Ne esploreremo **gli usi produttivi** e **la loro evoluzione nel tempo**; ci immergeremo nella **dimensione simbolica dell'acqua** in diversi contesti **storici, geografici e culturali**

Guarderemo assieme da più vicino **ciò che ruota attorno all'elemento fondamentale per la vita** così per come la conosciamo, spaziando tra **passato, presente e sfide del prossimo futuro**

«La terra era informe e deserta e le tenebre ricoprivano l'abisso e lo spirito di Dio aleggiava sulle acque» Gen.2

«L'acqua è l'origine di tutte le cose» Talete VI sec. a.C.



NORD AMERICA



Popoli, Tradizioni, Ambienti ed Eventi in Canada e USA

Giorgio Gallo

Excursus storico, geografico, archeologico e antropologico in Canada e USA

- I primi insediamenti in America
 - Flora e Fauna
- I monti dell'Alaska e le grandi pianure
- Cenni di storia degli Stati Uniti: **epoca pre-colombiana**
 - Dalle **prime migrazioni** dall'Europa alle **13 colonie**
 - **George Washington** e Washington D.C.

ARTE CONTEMPORANEA

Impegno,
testimonianze e speculazioni
dell'Arte Contemporanea

Giorgio Seveso



3 incontri per mettere a fuoco esempi di
contraddizioni dell'ambiente artistico attuale: **sviluppi e cadute,**
progressi e regressione dell'arte.

ARCHITETTURA CONTEMPORANEA

Visita alla Milano
del XXI secolo

Alessandra Sgueglia



Se ti piace scoprire una città nei suoi angoli più antichi ma anche nei suoi **quartieri di sviluppo più recente**, Milano è la città ideale per le **trasformazioni urbane e architettoniche** subite negli ultimi anni.

Forse unica città italiana a parlare **un linguaggio architettonico contemporaneo**, Milano è una city in cui ci si sente nel **futuro** e in cui hanno lavorato e lavorano **progettistici di fama internazionale** e le più grandi **archistars**.

Ci sorprenderemo a **scoprire**, attraverso **racconti fatti di immagini**, la **bellezza della città dei nostri giorni**, ricca di **scorci interessanti e «fotogenici»**.

Una città che si è rifatta il look e che, nonostante la presenza di altissimi grattacieli, è **a misura d'uomo**.

Sabato 9 Maggio 2026

 **ARTE**

 **JTEL**  **auser**

CINEMATOGRAFIA 2

Cos'è il Cinema? I linguaggi dell'audiovisivo nell'epoca contemporanea

Giuseppe Chiaramonte | Francesco Formigoni



Nella società contemporanea dominata **dall'immagine e delle rappresentazioni**, è sempre più importante avere conoscenza dei meccanismi secondo i quali queste si creano e si sviluppano. **La cinematografia, nel corso del XX secolo, è stata uno specchio – a volte distorto – della realtà; oggi cosa ne rimane? Ha senso ancora parlare di cinema?**

Nel corso di queste lezioni si analizzeranno quali sono i **meccanismi** intrinseci del cinema - di finzione e non - per arrivare a parlare del contesto attuale, sempre più **spesso contaminato da altre forme artistiche**.

DOPPIAGGIO

Il doppiaggio: un'arte dietro le quinte

Antonella Marcora

Il **doppiaggio**, utilizzato nel cinema, in televisione e nella pubblicità oltre che in videogiochi e videoguide, è **una vera e propria arte**, che in Italia si avvale di una **lunga e consolidata tradizione** con un **alto grado di specializzazione**.

Sostituire la voce di un attore richiede doti e sensibilità artistiche specifiche, che ne salvaguardino lo stile e consentano di mantenere le sfumature della versione originale, così come **dare voce a un personaggio d'animazione** richiede **capacità di interpretarne la caratterizzazione**.

Nei **3 incontri** dedicati scopriremo insieme gli **aspetti più significativi**, le **diverse tecniche** e i **diversi adattamenti**. Parleremo anche della figura dei doppiatori, "voci nell'ombra" il cui ruolo è cruciale per la buona riuscita dell'opera.



ASTROLOGIA

Introduzione all'Astrologia evolutiva

Damiana Covelli



- L'Astrologia può essere uno **strumento di lettura** e di **comprensione delle fasi di sviluppo dell'individuo**, un aiuto a leggere le **connessioni tra microcosmo interiore e macrocosmo**, tra la vita del singolo e la vita di tutte le creature
- **I quattro elementi e le croci** in cui i segni zodiacali si collocano
- **I segni zodiacali e le loro caratteristiche**
- **I pianeti e le loro peculiarità**

Come lo faremo: cercheremo di **applicare quanto verrà trattato al tema natale di ciascuno dei partecipanti**. Sarà utile dunque avere i **dati di nascita dei partecipanti** (data completa di giorno, mese, anno, ora e luogo di nascita) per poter stampare i temi e averli disponibili all'avvio del corso.

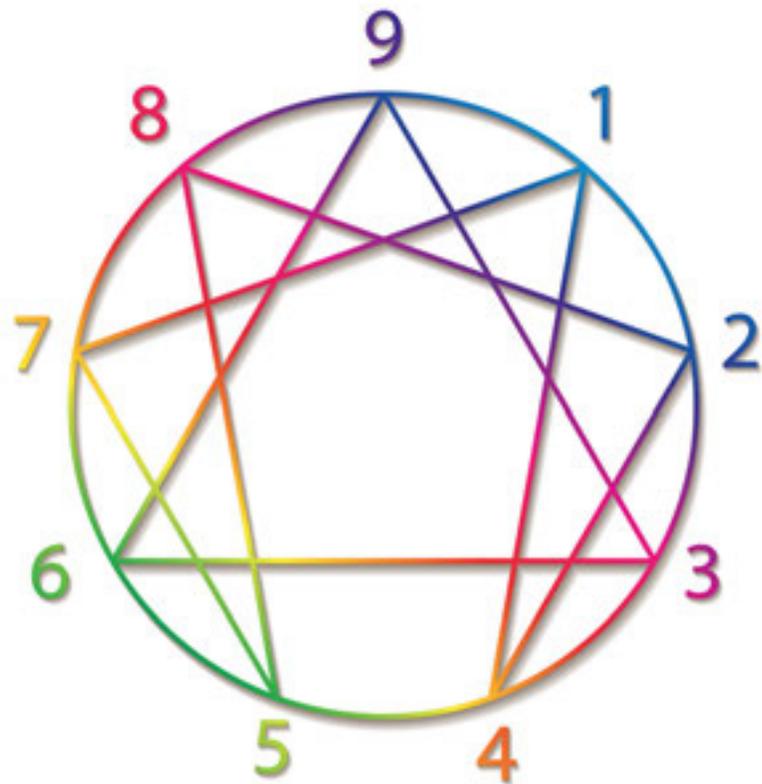
❖ **PERCORSI DI CONSAPEVOLEZZA**



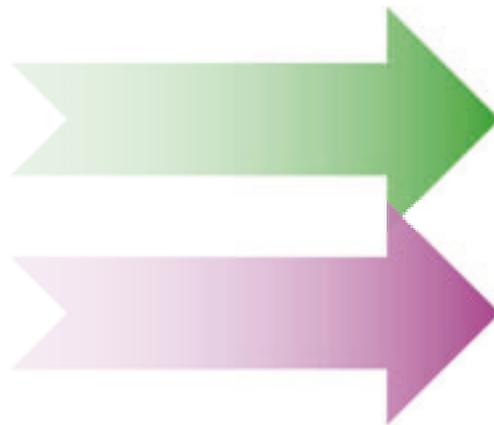
CONOSCENZA DI SÉ

Enneagrammi e Carattere

Damiana Covelli



Esplorare il mondo delle relazioni che attraverso un antico e attualissimo strumento: l'**enneagramma**, una sorta di "mappa" per la conoscenza di sé, che descrive nove tipi di **personalità** e i rapporti tra loro.



CONOSCENZA DI SÉ [CORSO 1]
Presentazione dei 9 ENNEATIPI

CONOSCENZA DI SÉ [CORSO 2]
Approfondimento di come ciascun **enneatipo** può uscire da schemi di comportamento non utili

YOGA: ARMONIA E SALUTE

Lo Yoga e l'arte di prendersi cura di se stessi

Maria Grazia Sofia

Con l'aiuto dello Yoga possiamo migliorare la nostra salute e il nostro benessere. Lo Yoga favorisce **l'agilità fisica**, la **mobilità delle articolazioni**, una **buona condizione della schiena**, offre sostegno nel **ritrovare l'armonia interiore** e **migliora l'auto-percezione**.

Gli incontri saranno dedicati ai malesseri e disagi più comuni; le tematiche possono essere concordate con gli allievi.

Il percorso si articola intorno ai tre pilastri, che sono il dono prezioso dello Yoga:

- Gli esercizi fisici, conosciuti con il nome di **Āsana**
- Tecniche di respirazione o **Prānāyāma**
- La **Meditazione**



Azienda Speciale
Consortile Medio Olona
Servizi alla Persona



Regione
Lombardia

❖ **PERCORSI DI CONSAPEVOLEZZA**



PSICOLOGIA

**prerequisito:*
essere in grado
di mantenere
la posizione
supina



AEQUILIBRIUM: sperimentare la quiete e il potere dell'immaginazione

Tatiana Baroni

Ogni giorno riceviamo così tanti stimoli che spesso **fatichiamo** a prestare attenzione al nostro corpo, a come stiamo e come ci sentiamo. **Aequilibrium** si propone come un **momento dedicato a sé stessi, all'ascolto delle emozioni** e delle sensazioni che abitano il nostro corpo per poter raggiungere una maggiore **consapevolezza di sé**.

[lezione teorica] Introduzione al sistema simpatico e parasimpatico con focus sulla **respirazione**, le sei emozioni di base e la ruota delle **emozioni**.
Significato del termine **meditazione** e amplificazione.

[4 lezioni pratiche*] Saranno proposti esercizi di **rilassamento corporeo** e di **immaginazione guidata**, al fine di stimolare la **connessione** tra le diverse parti che ci caratterizzano. Ci si concentrerà sulla **respirazione** e sulla **propriocezione** per poter promuovere un senso di **benessere interiore**.



Azienda Speciale
Consortile Medio Olona
Servizi alla Persona



Regione
Lombardia

❖ **PERCORSI DI CONSAPEVOLEZZA**



CAMMINARE



Sulle antiche vie dei pellegrini:
percorsi per la mente e per il corpo

Marco Giovannelli | Roberto Colombo | Stefano Catone

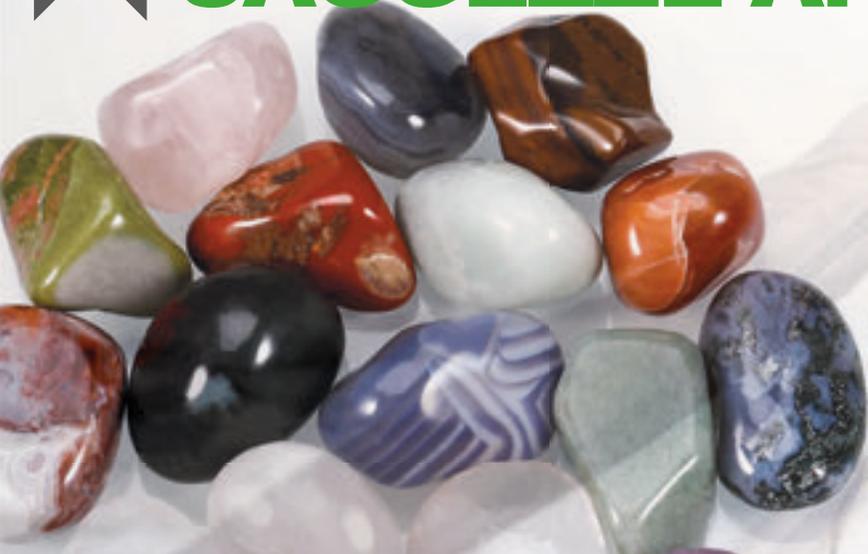
- Il boom dei cammini
- La **Via Francisca del Lucomagno** la Via pellegrina sotto casa
- Il **Cammino di Oropa** e il **Cammino Materano** tra i più frequentati al nord e al sud
- La **Via degli dei** e il **Cammino di Santiago** il più frequentato in Italia e quello nel mondo
- Trekking al **Campo base dell'Everest** il sogno di ogni camminatore
- **Camminare è salute. Benefici e vantaggi per il corpo e lo spirito** interviene il dott. Gianluca Castiglioni, medico dello sport
- Il libro **Camminare lungo i confini e oltre** a cura di Stefano Catone è un **sentiero di montagna** su cui esplorare il **significato di confine e di frontiere** mobili, scoprire le vie di fuga degli italiani al tempo del fascismo fino alle nuove rotte dei migranti

❖ **BENESSERE & STORIA**

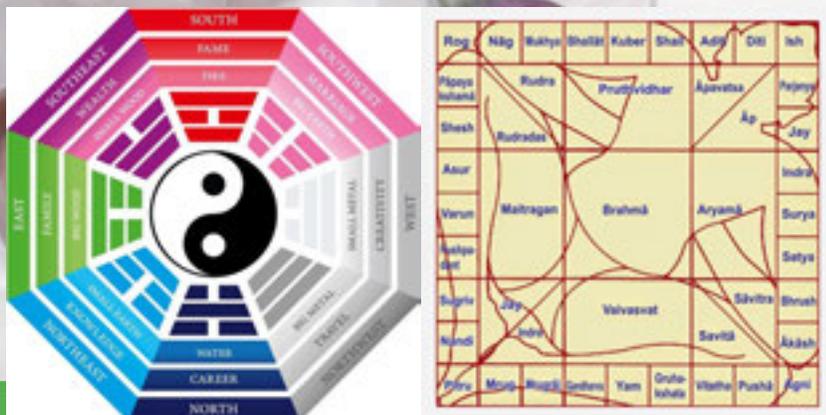
VIVERE BENE CON SAGGEZZE ANTICHE

Cristalloterapia | Feng Shui, Vastu | Bioarchitettura

Raffaella Pagani



- Il "benessere complementare" & olistico attraverso ambiente e cristalli. Differenze e analogie fra oriente e occidente e le diverse visioni dei "Mondi Orientali»
- Il territorio e gli elementi
- Il territorio e i cristalli
- Le mappe energetiche dell'essere umano e il benessere olistico: quanto e come possiamo stare bene nel nostro quotidiano con semplici strumenti
- L'acqua, all'interno del nostro ambiente, è sempre "salutare"?
- Dalla Raddomanzia alle moderne tecniche di Geobiologia: lo studio del territorio come causa del Malessere psicofisico
- Pietre preziose e benessere: da semplici decorazioni a forti strumenti curativi
- Elettromagnetismo fra ambiente e cristalli: come rendere positivo il negativo
- Mantenere l'equilibrio tra mente, corpo e spirito
- Il ciclo lunare e il mondo dei riti sciamanici



BENESSERE

FILOSOFIA

Le domande che restano Un Viaggio nella Filosofia

Riccardo Morandi | Pietro Panzeri



Un ciclo di sei lezioni per riscoprire il **significato** delle grandi domande dell'**esistenza**, accompagnate dai pensatori che hanno segnato **la storia della filosofia**. Dall'antichità a Nietzsche, passando per Agostino, Cartesio, Kant e Hegel, verranno **esplorati temi universali**, con un continuo richiamo alla contemporaneità. Un corso pensato per chi vuole **riflettere, confrontarsi e comprendere meglio sé stesso e il mondo**.

- **Introdurre** i partecipanti, con un linguaggio semplice e concetti accessibili, **alla filosofia**, attraverso i più grandi pensatori della storia
- **Stimolare il pensiero critico**, la memoria e la riflessione personale
- Promuovere il **dialogo tra esperienza di vita e idee filosofiche**
- Offrire uno **spazio di confronto** su tematiche universali e attuali

❖ **CONOSCENZA &
CONSAPEVOLEZZA**

COMUNICAZIONE EFFICACE

Il Dibattito

Enza Barlocco

Il «dibattito», più conosciuto finora col termine anglosassone di «debate», è un metodo didattico che intende contribuire alla costruzione di un **pensiero critico** fornendo strumenti per una **comunicazione efficace e persuasiva**. Attraverso questa metodologia, con **tempi e regole prestabiliti**, **due squadre** sostengono e controbattono un argomento, ponendosi in un campo (**PRO**) o nell'altro (**CONTRO**), assegnato con **sorteggio**.

Attraverso questo «gioco» si impara a:

- Ricercare e riconoscere l'**affidabilità** delle **fonti**
- Esercitare l'**ascolto attivo**
- **Confrontare** i diversi punti di vista, **rispettandoli**
- **Argomentare** e motivare le proprie tesi

Questo metodo sviluppa inoltre capacità come il **lavoro di gruppo** e il **public speaking** e affina le **competenze espressive e relazionali**



❖ **CONOSCENZA & CONSAPEVOLEZZA**



EDUCAZIONE FINANZIARIA

Impariamo a gestire il nostro Risparmio

Saverio Bennardo



- **Gli investimenti etici e sostenibili**
- L'importanza degli investimenti semplici ed economici
- La **strategia d'investimento**: il vero fulcro della gestione consapevole
- Affrontare le banche e i consulenti con una buona conoscenza in materia
- Il **gender gap**: la consapevolezza delle donne come difesa e autonomia
- **Obbligazioni e fondi d'investimento**
- Il consulente finanziario: il conflitto di interessi
- L'importanza dei **fondi pensione**
- Gli **investimenti**: una scelta consapevole per tutta la famiglia
- Vivere di rendita con il proprio risparmio: sogno o realtà?
- La nuova moneta: il **bitcoin**

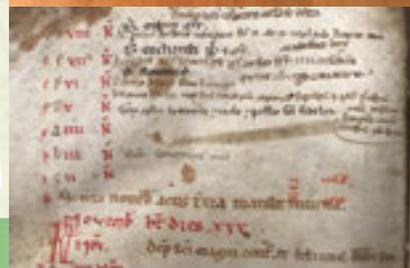
❖ **CONOSCENZA & CONSAPEVOLEZZA**

LA STORIA PER IMMAGINI

Olgiate Olona: la sua storia e la sua gente

Nicola Puddu | Paolo Maccabei e relatori olgiatesti

- **Foto storiche di Olgiate Olona: una pagina Facebook dedicata**
- **La Villa Gonzaga:**
 - da casa di campagna della nobiltà lombarda a **Opera di Prevenzione Antitubercolare**
 - **l'evoluzione architettonica:** le trasformazioni dal 1840 ad oggi
- **La Villa e il Podere Restelli:** quando la storia locale intreccia la storia nazionale
- **La Pieve di Olgiate Olona:** dal XIV secolo ad oggi
- **Il Mulino e gli opifici della Valle:** storie di operosità e sviluppo industriale
- **Vita di paese:** il palio, le processioni, gli eventi della comunità
- **Le Piazze:** la loro storia e il loro ruolo nell'evoluzione urbanistica del paese
- **Olgiate e la prima autostrada al mondo**
- **Olgiate e la Radio della Liberazione:** l'annuncio dell'aprile 1945
- **Olgiate e Olgiatesti illustri nella storia**
- **LE NOSTRE ORIGINI:** il **Castrum di Olgiate** nel **Manuale Ambrosiano del XIII secolo** con documenti del IX secolo (**Biblioteca Capitolare di Busto Arsizio**)



TRADIZIONI E DIALETTO LOCALE

Dialettando
Artemio Paletti

*"Pütöst che nagöt
l'è mèi pütöst"*

Il **dialetto**, considerato a volte alla stregua di una vera e propria lingua, è un **elemento fortemente** identitario che ci fa sentire parte di una **comunità**.

Rivedremo **spettacoli della Compagnia Dialettale**, leggeremo e commenteremo insieme **prose e poesie di nostri autori scritte in dialetto locale**, non solo per rievocare **emozioni e affetti del passato**, ma anche per rivivere **episodi della nostra storia**, ritrovare **termini dimenticati, filastrocche e detti popolari** e soprattutto **per mantenere viva la nostra tradizione**.



In collaborazione con la **Pro Loco di Olgiate**

GRUPPO DI LETTURA

Salotto letterario

Melissa Lanzetti

In collaborazione con la **Biblioteca Comunale G. e C. Shapira** di Olgiate Olona

Il **gruppo di lettura** è una grande opportunità per **avvicinarsi in modo compiuto al libro** ma anche **per avere un'occasione di stare in compagnia** di una piccola comunità e condividere impressioni, idee e pensieri.

Si coltiva il **piacere di leggere**, mettendo insieme persone che hanno lo stesso desiderio.

Viene scelto il testo da leggere, con un programma di lettura per qualche settimana. Poi il libro si legge insieme o singolarmente. E infine, le sedute del gruppo sono dedicate **ai commenti** e all'approfondimento dei temi contenuti nel testo.



❖ **IL SALOTTO DEI LIBRI**



INFORMATICA BASE

Il Personal Computer e gli strumenti digitali

Nicola Defina

In collaborazione con Progetto Nuova Vita



- Conoscere il **computer** e come funziona
- Organizzare e salvare **file e cartelle**
- Lavorare con i **programmi** di produttività (software da ufficio)
- **Navigare** sul web, gestire e inviare email
- Usare gli **strumenti digitali** in modo corretto e responsabile
- Utilizzare il **cellulare insieme al computer**

INFORMATICA +

Corso Intermedio di Informatica

Nicola Defina

In collaborazione con Progetto Nuova Vita

- Editing e impaginazione testi
- Gestione account email
- Uso consapevole di Internet
- Gestione e organizzazione di file e foto
- Creazione di brevi video

prerequisiti:

- gestione dei file (salvare/spostare/rinominare)
- formattare il testo
- gestione email (inviare, rispondere e allegare un file)

SICUREZZA INFORMATICA

La navigazione consapevole in internet

Luca Colombo

In collaborazione con **Progetto Nuova Vita**



Viviamo in **un mondo sempre più connesso**, dove **internet** è diventato parte integrante della nostra vita quotidiana. Fare acquisti, comunicare con gli amici o accedere ai servizi per i cittadini è comodo e veloce, ma quali sono i **rischi** che si nascondono dietro lo schermo?

Il **corso della durata di 2 ore** intende **fornire gli strumenti** per muoversi nel mondo digitale con maggiore **consapevolezza** ed evitare di trovarsi impreparati davanti ai pericoli del web.

- Navigare Sicuri Online: **Guida Pratica** ai pericoli del Web
- Le principali **truffe online**: come riconoscerle e come evitarle
- I **segreti di una password sicura**
- L'importanza della **privacy sui social network**
- Consigli pratici per **proteggere i tuoi dati personali e la tua identità digitale**

LETTERATURA INGLESE



Da «I racconti di Canterbury» agli eroi di W. Shakespeare, ai Romantici

Antonella Vecchione

Canterbury Tales e riferimenti al Decamerone

- Cenni sulle origini della letteratura
- Geoffrey Chaucer e la società a lui contemporanea
- Analisi del testo: struttura, prologo, temi e personaggi
- Breve testo con traduzione

William Shakespeare: grandi eroi, devastanti sentimenti

- Il teatro del 1600 in Inghilterra
- Analisi di alcune tragedie e dei loro protagonisti: da Romeo e Giulietta a Otello e Amleto, da Antonio e Cleopatra a Macbeth

Il Romanticismo

- Caratteri generali con riferimenti al Romanticismo Europeo
- I maggiori poeti della prima e seconda generazione
- Analisi di testi significativi

NOVITÀ

POESIA

Sulle tracce di Pablo Neruda

Paolo Colombo

*Pablo
Neruda*

Da Olgiate al Cile attraverso gli affascinanti luoghi smarriti
di una vita fatta di tante vite: **le vite del Poeta.**

4 incontri nel mese di Novembre

❖ LETTERATURA



CINESE



未 未

Dalla scoperta dei caratteri cinesi alle semplici conversazioni

Alice Desto

Il corso si propone di fornire delle **conoscenze di base** sulla lingua cinese, per imparare a scrivere i principali **caratteri** oltre che intraprendere **semplici conversazioni** utili nella vita quotidiana. Attraverso lo studio della **lingua cinese scritta**, lo 中文 zhōngwén e di quella **parlata**, 漢語, 汉语 lo hànǚ entreremo in contatto con le **abitudini e la cultura del popolo cinese**.



INGLESE

Inglese in 3 livelli: Iniziale | Base | Intermedio

Sara Donaggio | Antonella Maria Marcora | Antonella Vecchione



INIZIALE – INGLESE DA ZERO

Se hai deciso che devi essere **in grado di cavartela da solo** di fronte alle **semplici istruzioni in inglese** per l'uso di apparecchi o comprendere **messaggi pubblicitari** o **la tua canzone preferita**, hai trovato il corso giusto: Inglese da Zero per veri Principianti!

BASE – EASY ENGLISH

Se sei stato all'estero e ti sei sentito perso in un aeroporto, **incapace di chiedere** dov'è il bagno o **confuso** davanti a piatti sconosciuti, questo corso di inglese base è la soluzione per te, per affrontare queste sfide e trasformare le figuracce da viaggiatore fai-da-te in avventure senza confini.

INTERMEDIO – ENGLISH +

Se hai una **buona conoscenza** della lingua inglese e desideri **mantenere la capacità di dialogo, di lettura e comprensione**, pur non potendo viaggiare spesso, sei pronto per l'inglese intermedio.

«Il mese di **ottobre** servirà per divenire consapevoli della propria **competenza linguistica** e scegliere la **sezione** più confacente ai propri obiettivi futuri».

TEDESCO A1 & A2



Il tedesco per comunicare

Maria Grazia Sofia

Per chi desidera apprendere il tedesco in modo **pratico e comunicativo**, sviluppando fin da subito le competenze di base necessarie per affrontare le principali situazioni quotidiane

- Acquisire le **strutture linguistiche fondamentali** del livello A1-A2
- Saper **gestire conversazioni semplici** in contesti reali (presentazioni personali, acquisti, viaggi, tempo libero, salute)
- **Comprendere e produrre frasi** di uso comune su argomenti familiari

Al termine del corso lo studente sarà in grado di:

- **Interagire in semplici conversazioni** di vita quotidiana
- **Comprendere e utilizzare espressioni familiari e frasi basilari**
- **Comunicare esperienze ed esigenze** in lingua tedesca

*Il corso prevede **10 incontri interattivi** di un'ora e mezza ciascuno. Attraverso lessico mirato, dialoghi modello, esercitazioni pratiche e role play offre un approccio comunicativo incentrato sullo studente e sull'utilizzo immediato della lingua*



LA MALARIA:
ieri, oggi e domani



LE MALATTIE INFETTIVE:
I fantasmi del presente

2 incontri per esplorare come le malattie infettive hanno plasmato la storia e come le minacce attuali richiedano nuove strategie. Dalla **storia delle pandemie**, analizzando i fattori che hanno favorito la diffusione e le lezioni per la prevenzione, alle **minacce contemporanee**, con innovazioni diagnostiche e terapie, sfide di sorveglianza e sanità pubblica, fino all'importanza della **collaborazione globale per prevenire future emergenze.**

NEUROPSICOLOGIA

Invecchiamento Attivo: Conoscere Prevenire Allenare

Antea Caccia

Un **percorso teorico-pratico** che fornisce informazioni sui principali processi cognitivi e sui cambiamenti normali e patologici che possono presentarsi con l'avanzare dell'età, promuovendo attraverso **lezioni interattive ed esercizi individuali e di gruppo** l'**acquisizione di comportamenti protettivi e strategie cognitive efficaci** per favorire una **vita sana e stimolante**.

- Far comprendere l'importanza **dell'invecchiamento attivo** come stile di vita.
- Fornire conoscenze aggiornate e accessibili **sull'invecchiamento fisiologico patologico del cervello**.
- Promuovere la **consapevolezza sui fattori di rischio e di protezione cognitivi**.
- Fornire conoscenze teoriche sul funzionamento dei principali **processi cognitivi (memoria, attenzione, funzioni esecutive)** e alcune **strategie per potenziarle**.
- Stimolare la riflessione sul proprio funzionamento e la motivazione all'adozione di **abitudini salutari e cognitive** che favoriscano il benessere nel tempo.

VETERINARIA



Il benessere animale

Patrizia Arrighi



- **Consigli per una buona gestione dei nostri pet**
- **Non solo cani e gatti... furetti, conigli, pet emergenti**
- **I principali parassiti: prevenzione e terapia**

❖ **SALUTE**

Scopriamo insieme le caratteristiche delle **società** moderne, i **principi** su cui si fondano e i **meccanismi** che regolano il nostro **comportamento sociale**

INTRODUZIONE

- Cos'è e a cosa serve la **sociologia**

CENNI STORICI

- Le **società pre-moderne**, le **origini della società moderna** e la **cultura della modernità**
- I **padri fondatori** e i **sociologi contemporanei**
- La **post-modernità**

LE PRINCIPALI CATEGORIE DELLA SOCIOLOGIA

- **Cultura:** valori, credenze, simboli e linguaggi, comportamenti
- Le **diversità culturali:** cultura dominante, subculture e sottoculture
- La sociologia della **religione** e i **fondamentalismi religiosi**
- **Struttura sociale:** status, ruoli, organizzazioni e istituzioni
- **Potere** economico, culturale e politico: pluralismo, classi dominanti e privilegi

IDENTITÀ, DIFFERENZE e DISUGUAGLIANZE

- **Migrazioni ed etnie**
- **Razza ed etnia** nel tempo e nelle culture
- Atteggiamenti individuali: **pregiudizio, discriminazione, xenofobia**
- **Stratificazione e disuguaglianze** nell'era della globalizzazione
- **La struttura di classe nelle società contemporanee**
- Le disuguaglianze globali

DONNE E POTERE



Donne che hanno cambiato la Storia o che almeno ci hanno provato

Ivan Vaghi

Esiste una peculiarità «femminile» nella gestione del potere?

Cercheremo di dare una risposta attraverso il confronto tra:

- **Elisabetta I / Maria Stuarda**
- **Margaret Thatcher / Angela Merkel**
- **Wu Zeitan imperatrice cinese / Nzinga Mbande regina congolese**

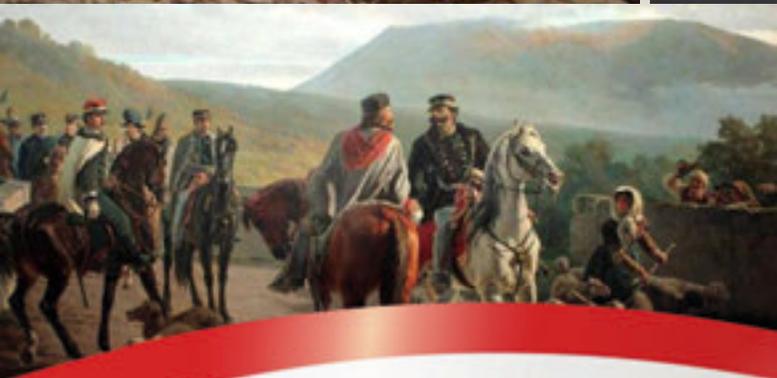
Esiste un «potere negato» alle donne nella storia?

- **Maria di Magdala:** la sua influenza nella storia della Chiesa, il suo ruolo nella storia di Gesù
- **Golda Meir:** Israele e sionismo

IL RISORGIMENTO

Il cammino verso l'Unità d'Italia

Luca Girardi



Nei **6 incontri** si ripercorreranno le principali tappe che hanno portato all'unificazione italiana, a partire dalle “repubbliche sorelle” e i moti del primo Ottocento fino ad arrivare alla presa di Roma (1870)

- **Le premesse:** il triennio rivoluzionario, l'Italia napoleonica e la Restaurazione
- Dai **Moti del 1820-21** al fallimento della Prima guerra d'Indipendenza
- Il Piemonte di **Cavour** e l'**annessione della Lombardia**
- La conquista del **Regno delle Due Sicilie**, i plebisciti nell'Italia centrale e la **nascita dello Stato unitario**
- Dall'inclusione del **Veneto e del Mantovano** alla presa di **Roma**
- L'Italia nella Grande guerra: l'acquisizione di **Trento e Trieste**



I LABORATORI

BIOVOICE



Educare la Voce

Susanna Zucchelli

Impariamo a conoscere il nostro apparato **fonatorio** per un **Uso più consapevole della voce**, passando:

- Dall'esercizio di **respirazione diaframmatica e posturale** all'**impostazione della voce** e approfondimento di **registro, timbro, tono e prosodia** nella voce parlata.
- Dagli **esercizi di canto** al **rilassamento nada yoga** a quelli **pneumo-fonetici per liberare tensioni** e disforie funzionali.
- Dalla **gestione delle emozioni** agli **esercizi di ascolto della voce** alla **dizione** e al **canto d'insieme** fino all'**approfondimento dei disturbi della voce** e norma di **igiene vocale**.

Accademia di Musica
"CLARA SCHUMANN"

CHITARRA

La chitarra a quattro mani Corso base & *Saggio finale*

Emanuele Girardi

L'esperienza formativa della musica non ha età e non permette preclusioni di livello. Ecco quindi un progetto articolato **in tre fasi**:

Lezioni di strumento

Laboratorio di musica d'insieme

Saggio finale

Il progetto si rivolge al coinvolgimento dell'amatore quanto dello strumentista un po' più esperto. Le lezioni, a piccoli gruppi, si concentreranno sullo **studio delle tecniche basilari** e di una minima conoscenza della chitarra oltre che ad una elementare acquisizione delle **nozioni teorico – musicali**.

NOVITÀ

CUCINA

La Cucina italiana

Kevin Rexho



Storia della cucina italiana tra tradizione e innovazione
Dimostrazioni pratiche di ricette tradizionali

FOTOGRAFIA

Corso base Tecnica Fotografica e Narrazione Visiva

Claudio Argentiero



Vuoi iniziare a fotografare o capire meglio come funziona la macchina fotografica?
In **5 incontri** imparerai le basi della tecnica fotografica (come **usare la luce, mettere a fuoco, regolare l'esposizione**)
E scoprirai quanto è importante pensare a **cosa fotografare** e come **comporre un'immagine**. Un percorso semplice e pratico, per migliorare le tue foto e **guardare il mondo con occhi diversi**.

e... uscita fotografica

NOVITÀ

MACRAMÈ

Decorare con nodi e intrecci

Silvana Baldassa



Creazioni di moda: decorazioni e accessori
(borse, orecchini, cappelli, bracciali)

MUSICA CLASSICA

Cosa può dirci una sinfonia?

Emanuele Girardi

Cosa può dirci una **sinfonia**, una **sonata**, oppure un **trio**?
La **musica classica**, che spesso purtroppo viene collocata nell'oblio della
noia o del troppo difficile da comprendere, racchiude in sé **messaggi e
simbolismi accessibili a tutti** che la rendono una favolosa chiave di lettura
nella comunicazione, nelle emozioni, nella bellezza.

Andremo perciò alla scoperta di **5 grandi compositori della storia
della musica**, esplorando le pagine più celebri che a volte,
anche casualmente, sentiamo senza sapere quanto ci possono dire.

MUSICA & DINTORNI

Educazione all'Ascolto.
La Musica e le sue varianti.

Mario Caccia

5 lezioni per acquisire gli **elementi di base** che permettono di **riconoscere e identificare** le caratteristiche salienti di **ogni genere musicale** e il **suono degli strumenti principali**.

Attraverso **ascolti guidati** verranno messi a fuoco stili musicali, implicazioni estetiche e brevi accenni a panoramiche storiche.



MICOLOGIA

I Funghi: conoscerli, raccogliarli, gustarli

Attilio Busotti



Gli incontri, **di carattere informale e modalità interattiva**, hanno l'intento di condividere le conoscenze e le esperienze di chi, appassionato della natura e delle passeggiate nei boschi, ama «andar per funghi».

Oltre a parlare delle diverse **specie di funghi**, delle loro **caratteristiche**, affronteremo insieme importanti **aspetti legati alla loro raccolta nel loro habitat principale: il Bosco**.

*Conoscere e amare il bosco
Regole da rispettare
Le insidie del terreno
I periodi migliori*

ORIGAMI



L'antica arte giapponese
per creare oggetti di carta

Gabriella Romano

Un po' di carta, qualche piega... e tanta creatività!
Scopri il mondo dell'origami, l'antica arte giapponese di piegare la carta per creare oggetti, decorazioni e giochi.

Un materiale semplice, facilmente reperibile, si trasforma tra le tue mani in forme sorprendenti: basta un foglio e un pizzico di curiosità!

4 lezioni per imparare le **tecniche base**, **sperimentare** con le forme e allenare lo sguardo a **cogliere i dettagli**.
Un'occasione per giocare, osservare e riscoprire la bellezza del fare con le mani.

PITTURA

L'arte pittorica: libertà di emozioni

Santo Nania



In corso intende dare una formazione sia **teorica e pratica**: dal **disegno al colore**, dal **paesaggio dipinto all'interno** a quello «en plein air».

Materiali necessari:

- Cavalletto da tavolo
- Fogli carta A4
- Spatola 10/12
- I 5 colori fondamentali acrilici
- Rotolo di carta
- Tavolozza 30X40
- 5 pennelli: n. 2,4,10,14



**CORSO
AVANZATO**

RICAMO



Dalla tecnica base del Ricamo al Silk Ribbon... e non solo

Rita Olgiati

Il ricamo a mano è un'arte antica e affascinante che permette di creare bellissime decorazioni su tessuti.

Partendo dai **punti base** quali il punto erba e catenella al punto margherita si andrà ad esplorare la raffinata **tecnica del silk ribbon** (*nastro di seta*) utilizzare piccoli **coralli e altri materiali** per creare fiori e foglie che danno un aspetto **tridimensionale** al ricamo.

I partecipanti potranno esercitarsi su tessuti e arrivare ad acquisire la manualità necessaria per **decorare i propri abiti e camicie**.

NOVITÀ

TEATRO



«Essere altro da sé» Laboratorio Teatrale con *Saggio finale* Mario Ficarazzo

Cenni sulle alcune **tecniche pedagogiche:**

Movimento dell'attore nello spazio

Maschera Neutra

Il Punto fisso

Azione e Reazione

Improvvisazione:

risvegliare il nostro corpo al gioco

Saggio finale



Azienda Speciale
Consortile Medio Olona
Servizi alla Persona



Regione
Lombardia



ausser



**GRAZIE PER LA
PARTECIPAZIONE**