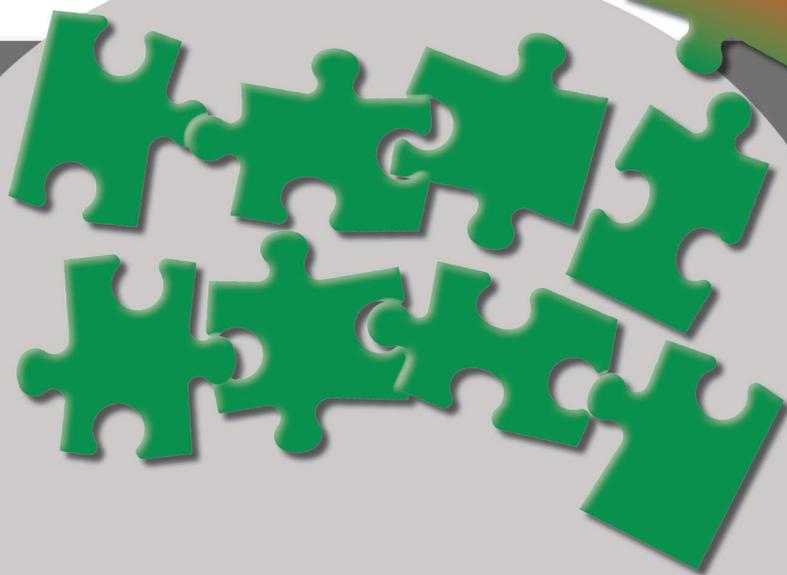




con il patrocinio  
del comune di  
VAREDO



 **UNITRE**  
**Università delle Tre Età**  
**Sede di Varedo**  
**GUIDA AI CORSI 2020 - 2021**

**Anno Accademico 2020 - 2021**

**Sede**

Via San Giuseppe 15, 20814 Varedo (MB)  
Tel. 03621780557 - Cell. 3664431878  
e-mail: [unitrevaredo@libero.it](mailto:unitrevaredo@libero.it)  
[www.unitrevaredo.it](http://www.unitrevaredo.it)

**Segreteria**

Lunedì - Mercoledì - Venerdì  
dalle 15,00 alle 17,00

Durante il periodo delle iscrizioni (ottobre 2020) la segreteria è operativa tutti i giorni dal lunedì al venerdì, dalle 9,00 alle 12,00.

Ad agosto la segreteria è chiusa. Nei restanti periodi (giugno, luglio, settembre) la presenza degli addetti è subordinata alle necessità operative e comunque svincolata dagli orari sopra esposti.

**Soci Fondatori**

Bruno Bailo	Ezio Gorla
Maurizio Baresi	Ernesto Guagnetti
Angelo Beccarelli	Luigi Lucioni
Carla Chiesa	Costanza Lunardi
Maurizio Colombo	Lorenza Mutti
Gaetano Contrafatto	Simona Ordioni
Nunzio Di Bari	Liliana Pasqualini
Elena Ferrara	Luciana Pescarolo
Renato Fumagalli	Irma Re
Giovanni Gaslini	Marilena Regondi

**Consiglio Direttivo**

Presidente:	Simona Ordioni
Vice Presidente:	Gaetano Contrafatto
Segretaria:	Liliana Pasqualini
Tesoriere:	Ezio Gorla
Direttore corsi:	Luigi Lucioni
Consiglieri:	Bruno Bailo
	Ornella Donati
	Roberto Merati
	Angelo Perretta

**Revisori dei Conti**

Giovanna Brenna, Rodolfo Merico, Angela Vegro

## LE DATE DA RICORDARE

**Presentazione corsi:** annullata

**Iscrizioni:** dal 5.10 con modalità e tempi previsti nel comunicato specifico

**Inizio corsi:** lunedì 2.11.2020

**Chiusura di Natale:** dal 21.12.2020 all'8.1.2021

**Chiusura di Pasqua:** da giovedì 1 a mercoledì 7.4.2021

**Altre festività:** martedì 8.12.2020

**Fine corsi:** venerdì 21.5.2021

**Verranno successivamente comunicate le date relative a:**

- Auguri per le feste natalizie
- Festa di chiusura dell'anno accademico
- Gite, iniziative relative ai corsi e altre attività a corsi terminati, subordinate alla situazione sanitaria del momento.

### **ATTENZIONE**

**TUTTE LE DATE E I PROGRAMMI POTRANNO SUBIRE VARIAZIONI IN OTTEMPERANZA ALLE DISPOSIZIONI ISTITUZIONALI, O A TITOLO PRUDENZIALE, IN MERITO ALLA SITUAZIONE SANITARIA PER COVID-19 (LEGGERE LE AVVERTENZE).**

## AVVERTENZE

### **Premessa**

Chiunque può iscriversi all'UNITRE e partecipare ai corsi, indipendentemente dal proprio livello di studio, basta avere almeno 18 anni. Nessuno ti interroga, gli esami li fai con te stesso, puoi anche solo ascoltare. E ti arricchisci.

### **Quota**

Per l'anno accademico 2020-21 è confermata in €80,00.

La quota è versata a titolo di adesione all'associazione e non quale pagamento dei corsi; non sono pertanto previsti rimborsi, anche parziali, salvo casi particolari a carattere generale approvati dal Consiglio Direttivo, per la soppressione di qualche lezione o la mancata partecipazione a uno o più corsi. Di conseguenza è consigliato di aderire a più di un corso. E' possibile aderire all'associazione senza frequentare corsi.

### **Iscrizioni**

Modalità, tempi e logistica delle iscrizioni dipenderanno dalla situazione sanitaria a seguito COVID-19, comunque si terranno nel mese di ottobre. Saranno oggetto di apposito comunicato pubblicato sul nostro sito, inviato all'attuale mailing-list e affisso in bacheca. L'inosservanza delle disposizioni, comportamenti non consoni e abusi comporteranno l'esclusione dalle iscrizioni.

### **Capienza corsi, aule e didattica a distanza**

Ove non espressamente indicato, il numero massimo di iscritti ai corsi è determinato dalla capienza delle aule e dalle norme di sicurezza dello stabile. La scelta delle aule avviene in base a criteri logistico-organizzativi e non è sindacabile.

Ove necessario, in funzione dell'emergenza sanitaria, si procederà alla riduzione della capienza delle aule, con contromisure per consentire la massima partecipazione ai corsi più frequentati. Ricorreremo alla didattica a distanza solo se costretti dalla situazione e dalle disposizioni delle istituzioni.

### **Tessera**

Chi ha già frequentato lo scorso anno accademico, all'atto dell'iscrizione deve necessariamente presentare la tessera per il rinnovo. I nuovi iscritti riceveranno la tessera all'iscrizione.

### **Frequenza**

La frequenza ai corsi è subordinata all'iscrizione all'associazione, che si riterrà formalizzata con il versamento della quota.

## AVVERTENZE

Fatto salvo il numero chiuso di alcuni corsi, non sono previste limitazioni al numero di corsi frequentabili, con facoltà di essere iscritti a una lista d'attesa per quelli con posti già esauriti.

Non è consentito frequentare corsi a cui non si è iscritti senza la preventiva autorizzazione scritta della segreteria.

Chi non partecipasse più a un corso a cui è iscritto è pregato di informare la segreteria, possibilmente via e-mail, per l'aggiornamento anagrafico.

Gli iscritti dell'Unitre di Varedo potranno anche frequentare presso l'Unitre di Cesano Maderno, secondo le modalità previste, quei corsi che non siano istituiti presso la propria sede. Con lo stesso principio gli iscritti all'Unitre di Cesano Maderno potranno partecipare ai corsi di Varedo.

### Certificato medico

Per i corsi di attività fisica non è più necessario il certificato medico, tuttavia è consigliato un controllo medico.

### Materiali

Ove previsti, i materiali individuali necessari per la partecipazione ai corsi sono sempre a carico degli iscritti.

### Numero minimo di iscritti

Qualora nel corso dell'anno il numero di partecipanti ad un corso scendesse stabilmente sotto le cinque unità, ove non altrimenti specificato, il docente avrà facoltà di chiederne la sospensione.

### Orari

Giorni e orari di effettuazione dei corsi qui pubblicati possono subire variazioni per necessità personali e/o professionali dei docenti o per specifiche necessità organizzative. Sarà cura degli interessati verificare gli orari definitivi all'atto dell'iscrizione. Variazioni postume saranno comunicate agli interessati a cura della segreteria.

### Partecipazione

La partecipazione ai corsi a cui si dà adesione è un impegno morale e un segno di rispetto per i docenti che, con dedizione e serietà, offrono la propria disponibilità e competenza a titolo gratuito.

E' facoltà dei docenti valutare se le capacità individuali siano adeguate ai livelli dei corsi ed agire di conseguenza.

## AVVERTENZE

### Comportamento

Premessa: ove imposto dall'emergenza sanitaria verranno emanate disposizioni specifiche più stringenti rispetto a quelle di seguito riportate.

E' indispensabile essere puntuali, non interrompere il docente durante la lezione e non trattenersi in aula al termine della lezione per consentire l'inizio regolare del corso successivo.

Non entrare in aula prima del termine della lezione precedente, attendere nella zona di accoglienza.

Durante la lezione **I CELLULARI VANNO TENUTI SPENTI**. Evitate gli schiamazzi e la voce alta per non disturbare le lezioni adiacenti.

**NON SPOSTATE LE SEDIE**: se ciò è richiesto dal corso risistematele con esattezza al termine della lezione, evitando di trascinarle rumorosamente.

E' **VIETATO** utilizzare le porte antipanico (allarmate) se non per ragioni di sicurezza; l'uso improprio può causare l'intervento delle Forze dell'Ordine alle quali saranno segnalati i responsabili.

Rispettate i contenitori della raccolta differenziata: ogni rifiuto al suo posto, in caso di dubbio chiedere in segreteria.

### Corsi NON cumulabili

Per i corsi che prevedono più livelli o sessioni è ammessa l'iscrizione a **UN SOLO CORSO**, salvo specifiche deroghe a discrezione della Direzione. Fanno eccezione Canto Corale a necessità del docente, e i corsi di conversazione in lingua, comunque riservati a quanti, a discrezione del docente, hanno adeguate basi.

Ove necessario saranno esclusi da un determinato livello di corso quanti lo abbiano già frequentato per due anni consecutivi.

### Comunicazioni, e-mail e sito internet

Le variazioni di lezioni (rinvii, soppressioni, ecc.) vengono segnalate agli interessati via e-mail, ove i tempi lo consentano, e sui prospetti nelle bacheche; gli utenti sono invitati a controllarle costantemente. In casi di particolare urgenza e/o necessità l'UNITRE di Varedo utilizza il servizio di messaggistica sms.

E' importante che chi dispone di un indirizzo di posta elettronica lo riporti correttamente nel modulo di iscrizione.

Gli avvisi e le notizie più importanti, nonché le iniziative, vengono affissi alle bacheche, divulgati via e-mail e pubblicati sul sito internet [www.unitrevaredo.it](http://www.unitrevaredo.it).

## INDICE DEI CORSI

Analisi del Processo Storico in Atto	pag. 10
Archeologia	pag. 11
Astronomia	pag. 12
Biologia, Qui e Altrove	pag. 13
Burraco 1 e 2	pag. 14
Canto Corale 1 e 2	pag. 15
Chiacchiere di Cucina: Come Fare Per...	pag. 16
Conoscere il Vino	pag. 17
Diari di Viaggio	pag. 18
Diritto Civile	pag. 19
Di-Segno: Forme non Usuali	pag. 20
Divina Commedia: Paradiso	pag. 21
Educazione Finanziaria	pag. 22
Fiori di Carta	pag. 23
Fotografia 1 e 2	pag. 24
Fotoritocco	pag. 25
Geologia	pag. 26
Ginnastica A e B - Stare in Forma ad Ogni Età	pag. 27
Grafologia	pag. 28
Grammatica Italiana	pag. 29
I Protagonisti (Personaggi Storici)	pag. 30
Il Libro dell'Apocalisse	pag. 31
Informatica 2	pag. 32
Informatica Concetti base	pag. 33
Informatica - Modulo Excel 2010	pag. 34
Intrecci di Carta	pag. 35
Invito alla Lettura	pag. 36
L'Enigma della Bellezza	pag. 37
TAVOLA RIASSUNTIVA DEI CORSI	pag. 38-39
La Bibbia: la Grande Storia (s)Conosciuta	pag. 40
Latino	pag. 41
Letteratura Italiana	pag. 42
Lingua Francese 1 e 2	pag. 43

## INDICE DEI CORSI

pag. 44	Lingua Francese Conversazione
pag. 45	Lingua Inglese 1
pag. 46	Lingua Inglese 1+
pag. 47	Lingua Inglese 2
pag. 48	Lingua Inglese 3
pag. 49	Lingua Inglese Conversazione
pag. 50	Lingua Tedesca
pag. 51	Medicina e Salute A e B
pag. 52	Milanese: Lingua e Teatro
pag. 53	Osteopatia, Emozioni e Salute
pag. 54	Pittura e Disegno
pag. 55	Pittura su Ceramica
pag. 56	Proviamo a Recitare (da confermare)
pag. 57	Psico-Alimentazione
pag. 58	Riflessologia Plantare - Cos'è, a cosa serve, benefici
pag. 59	Risparmio Energetico A
pag. 60	Risparmio Energetico B
pag. 61	Scacchi
pag. 62	Storia dell'Arte A
pag. 63	Storia dell'Arte C
pag. 64	Storia Moderna
pag. 65	Storia Romana
pag. 66	Tai Chi Chuan
pag. 67	Tecnologie Multimediali Digitali
pag. 68	Training Autogeno
pag. 69	Una Certa Idea del Mondo A
pag. 70	Una Certa Idea del Mondo B
pag. 71	Uncinetto e Maglia
pag. 72	Viaggio nella Storia
pag. 73	Volare, Oh Oh!
pag. 74	DATE CORSI QUINDICINALI, MENSILI, PERIODICI
pag. 75	CALENDARIO ANNO ACCADEMICO 2020-2021

# Analisi del Processo Storico in Atto

docente: Fabiano Contrafatto

## Funzionamento dello Stato, Enti pubblici, Enti sovranazionali

Il corso svilupperà una descrizione ed un'analisi del funzionamento delle istituzioni statali ed il loro rapporto con enti locali ed organismi internazionali.

L'analisi del funzionamento dello Stato verrà trattata in tutte le sue dimensioni, quella istituzionale, burocratico/amministrativa, finanziaria ed economica. L'analisi si svilupperà toccando i seguenti argomenti:

- Forma di stato e forma di governo
- Articolazione dello stato e divisione dei poteri
- Diritti e doveri dei cittadini
- Influenza delle norme internazionali
- Struttura finanziaria dello stato, con collegamenti alle teorie di politica economica

giorno, ora: lunedì 18,00-19,00

frequenza: settimanale

# Archeologia

docente: Marta Ronconi

## I siti archeologici UNESCO in Italia

La penisola italiana ospita moltissimi siti considerati patrimonio mondiale dell'umanità e per questo inseriti nell'elenco Unesco; tra questi tanti sono a carattere archeologico: durante il corso parleremo proprio di questi e faremo un viaggio sia nel passato, sia nelle diverse regioni italiane.

giorno, ora: lunedì 17,00-18,00

frequenza: date

date: Ott -  
Gen 18  
Apr -

Nov 16, 30  
Feb 1, 8, 15, 22  
Mag -

Dic 7  
Mar -

# Astronomia

docente: Marco Sanvito

L'effettuazione del corso in presenza fisica è subordinata al **DEFINITIVO SUPERAMENTO** dell'emergenza sanitaria e alla disponibilità del vaccino anti Covid19.

In caso contrario le lezioni verranno inviate agli iscritti mensilmente su duplice file.

## CIELO DEL MESE

Verranno presentati pianeti, costellazioni, stelle ed eventi celesti osservabili ad occhio nudo.

Curiosità e news tratte da riviste di astronomia.

(Il file verrà inviato agli iscritti nei primi 5 giorni del mese in oggetto)

## ARGOMENTO DELL'ANNO ACCADEMICO \*

Il sistema solare. Come si è formato.

Presentazione dei pianeti sulla base delle più aggiornate notizie NASA ESA

Particolare attenzione al nostro satellite e al pianeta Marte in quanto sono oggetto di studio degli enti spaziali per possibili insediamenti umani.

**INTERVISTE AD ASTRONAUTI** su esperienze, difficoltà di adattamento all'assenza di peso durante le missioni spaziali.

(\* Il file verrà inviato agli iscritti nella seconda quindicina del mese)

giorno, ora: venerdì 9,30-11,30

frequenza: quindicinale

date (presenza fisica):	Nov 13, 27	Dic 11
	Gen 15, 29	Mar 12, 26
	Apr 9, 23	Mag 7, 21

# Biologia, Qui e Altrove

docente: Daniele Venturoli

L'inizio del corso sarà dedicato ad approfondire la conoscenza della biologia dei virus.

Avrà poi inizio il corso vero e proprio, commentando le più importanti e recenti scoperte ed esperienze in materia di esplorazione spaziale e di permanenza dell'uomo nello spazio, cercando di descrivere, in particolare, i possibili ambienti che potrebbero ospitare forme di vita nell'Universo.

Per parlare di radiazioni si proporrà poi nelle successive tre lezioni la proiezione commentata di uno sceneggiato del 1966 ("Madame Curie").

giorno, ora: venerdì 9,30-11,30

frequenza: quindicinale

date:	Ott -	Nov 6, 20	Dic 4, 18
	Gen 22	Feb 5, 19	Mar 5, 19
	Apr 16, 30	Mag 14	

## Burraco 1 e 2

docente: Antonio Dall'Ara

Nato in Uruguay negli anni 40, il Burraco è approdato negli anni 80 in Italia dove si è propagato velocemente "contagando" ad oggi più di 10 milioni di giocatori.

Appassionante e coinvolgente, è un invito alla socializzazione; coinvolge e assorbe trasversalmente individui di ogni età, sesso, professione, estrazione culturale e sociale.

### Corso 1

Il corso è rivolto ai neofiti che devono apprendere i principi fondamentali. La teoria si alternerà alle fasi di gioco effettivo comprendenti anche un torneo entro la fine del corso. Le regole del gioco? Iscrivetevi, le imparerete in fretta.

### Corso 2

Il corso è rivolto a quanti già lo praticano e devono affinare tecnica e strategia. La teoria si alternerà alle fasi di gioco effettivo comprendenti anche un torneo entro la fine del corso.

Massimo 20 iscritti per ogni corso (salvo restrizioni)

giorno, ora: corso 1 - martedì 9,30-11,00

corso 2 - venerdì 9,30-11,00

frequenza: settimanale

## Canto Corale 1 e 2

docente: Osvaldo Carrara

### Corso 1

Nozioni di teoria musicale:

- Il suono, le note, il rigo
- Chiavi musicali, valori e pause musicali
- Le misure, il ritmo, il tempo

Nozioni di impostazione vocale:

- L'apparato fonico del corpo umano, il respiro
- I registri vocali, il timbro vocale, i vocalizzi

Repertorio

### Corso 2

Nozioni di teoria musicale:

- Solfeggio parlato, solfeggio cantato

Nozioni di impostazione vocale:

- Vocalizzi, scala diatonica

Repertorio

giorno, ora: corso 1 - martedì 17,00-18,30

corso 2 - venerdì 17,00-18,30

frequenza: settimanale

## Chiacchiere di Cucina: Come Fare Per...

docente: Adriano Moleri

Negli anni scorsi abbiamo imparato svariate ricette per tutti i tipi di alimenti.

Ma come dobbiamo procedere per la loro preparazione?

In questo corso affronteremo gli aspetti pratici di come intervenire sugli alimenti: tagliare in modo corretto, disossare, sfilettare, ecc. non è sempre così semplice!

Impareremo a farlo con una parte di teoria supportata da dimostrazioni pratiche su prodotti che comunque non saranno utilizzati per l'alimentazione.

Eventuali materiali sono a carico dei partecipanti.

Massimo 15 iscritti (10 in caso di limitazioni).

giorno, ora: lunedì 17,00-18,30

frequenza: quindicinale

date: Ott -	Nov 2, 16, 30	Dic -
Gen 18	Feb 1, 15	Mar 1, 15, 29
Apr 26	Mag -	

## Conoscere il Vino

docente: Daniela Gelmini

### Il piacere di bere bene, consapevolmente

Perché iscriversi?

Perché il corso è molto pratico: impariamo come valutare e degustare un vino, come sceglierlo al ristorante oppure al supermercato o in enoteca, come abbinarlo al cibo.

Perché il corso è molto divertente e utile: ci sono 16 degustazioni guidate durante le quali sperimentiamo il nostro olfatto e impariamo le tecniche di degustazione.

Perché ci sarà un'uscita didattica: a fine corso visiteremo una azienda vitivinicola per toccare con mano tutto quello che abbiamo imparato.

Sarà richiesto il versamento di una quota aggiuntiva di € 25,00 per l'acquisto dei materiali necessari per il corso.

I partecipanti dovranno dotarsi di tovaglietta e calici secondo l'indicazione della docente.

Massimo 10 iscritti

giorno, ora: giovedì 17,30-19,00

frequenza: quindicinale da gennaio (8 lezioni)

date: Ott -	Nov -	Dic -
Gen 14, 28	Feb 11, 25	Mar 11, 25
Apr 8, 22	Mag -	

# Diari di Viaggio

docente: Cesare Trovati

Lo svolgimento del programma di quest'anno sarà leggermente diverso dal solito.

Vi narrerò alcune novelle di cui sono l'autore, illustrandole con mie fotografie; presenteranno particolari bellezze o situazioni insolite, con cui ho avuto a che fare e in cui mi sono trovato. Dunque, buon ascolto e buon viaggio!

- 1) Il deserto è il giardino di Allah ...  
“... da cui ha tolto ogni cosa superflua per far spazio al silenzio assoluto. Alle distanze infinite. Ai cieli sconfinati. Alla luce accecante. Alle notti nere.”
- 2) L'acqua che non ti immagini.  
Isole speciali, lontane le une dalle altre, ma simili, una peculiarità dell'Asia : baia di Halong, fiume LiJing, mare delle Andamane
- 3) L'acqua che precipita  
Provare la “potenza delle cascate”, Le cateratte del cielo: cosa vuol dire “monsone”
- 4) “Sogno o son desto”?  
C'è un territorio ove si trova tutto l'immaginabile: valli, gole, laghi, montagne, rocce, sentieri, prati riposanti, pareti di roccia che ti sfidano ... “le Dolomiti”!  
Un viaggio in questo ambiente è ...

giorno, ora: venerdì 14,00-15,30

frequenza: settimanale

**DURATA : 4 lezioni dal 6 al 27 novembre 2020**

# Diritto Civile

docente: Simona Ordioni

Anche quest'anno chiacchiereremo insieme di diritto, di giustizia e di etico con lezioni monotematiche su argomenti indicatimi da voi.

giorno, ora: mercoledì 17,30-18,30

frequenza: quindicinale

date: Ott -	Nov 4, 18	Dic 2, 16
Gen 20	Feb 3, 17	Mar 3, 17, 31
Apr 14, 28	Mag 12	

## Di-Segno: Forme non Usuali

docente: Fausto Gorla

---

Imparare attraverso il disegno e scoprire i "segni" che sono nascosti dentro ognuno di noi.

Con il colore dare luce ad espressioni "profonde" personali.

Sperimentare, scoprire, esplorare non con una nuova identità ma con la nostra personalità.

Sperimentare con gesto creativo alla ricerca di forme non usuali.

Minimo 7 massimo 10 iscritti

---

giorno, ora: lunedì 14,30-16,30

frequenza: settimanale

## Divina Commedia: Paradiso

docente: Pier Luigi Castagni

---

Dopo una breve esposizione del Poema di Dante e delle prime due cantiche, verrà ripresa la lettura del Paradiso con l'analisi e il commento dei canti particolarmente significativi per il contenuto e per i personaggi.

---

giorno, ora: giovedì 9,45-11,00

frequenza: quindicinale

date: Ott -

Gen 21

Apr 15, 29

Nov 5, 19

Feb 4, 18

Mag 13

Dic 3, 17

Mar 4, 18

# Educazione Finanziaria

docente: Simone Filippini

## Investire ai tempi del Coronavirus

La pandemia ha portato con sé, oltre ad un'emergenza sanitaria globale, anche uno sconvolgimento nell'economia e nella finanza mondiale. Il corso, dopo aver ricordato i principali concetti di economia, tratterà l'impatto a livello mondiale, europeo ed italiano sul sistema economico, sulla finanza, sulla fiscalità e sulla gestione del risparmio di questa crisi.

Gli argomenti del corso saranno molto "freschi" e di attualità. Cercherò di trasmettere e semplificare tante tematiche, facilitando la comprensione di tante questioni e problemi che sono emersi durante questi mesi a livello finanziario ed economico, cercando sempre di far emergere come gli avvenimenti, le decisioni a livello macro-economico e politico, possano impattare in maniera importante sulle nostre vite e in particolare modo sui nostri investimenti.

giorno, ora: giovedì 11,00-12,00

frequenza: quindicinale dal 5 novembre al 17 dicembre 2020

date:	Ott -	Nov 5, 19	Dic 3, 17
	Gen -	Feb -	Mar -
	Apr -	Mag -	

# Fiori di carta

docenti: Giorgina Lodi e Bruna Lamagni

Desideri un tocco di colore per decorare un pacchetto regalo o un angolo di casa? Puoi realizzare deliziosi fiori utilizzando la carta.

Stimola la creatività: con la carta puoi realizzare lavoretti semplici e ricchi di fantasia, ma anche creare composizioni floreali così belle da non distinguerle da quelle con fiori naturali.

Massimo 15 iscritti (10 in caso di restrizioni)

giorno, ora: giovedì 9,30-11,30

frequenza: settimanale

# Fotografia 1 e 2

docente: Antonio Piccin

## Corso 1 - Base

Il corso si rivolge a tutti coloro che abbiano interesse alla realizzazione personale delle immagini pur non avendo nessuna conoscenza degli strumenti fondamentali.

Programma:

- risoluzione delle immagini, ISO, tempi, diaframmi, bilanciamento del bianco
- proiezione, test tempi, diaframmi
- proiezione, menù della macchina fotografica con prove di scatto
- tecniche e regole di composizione
- obiettivi e il loro utilizzo
- uscite fotografiche

## Corso 2 - avanzato

Il corso ha lo scopo di sviluppare le nostre capacità tecniche creative. Usare la luce per documentare la vita e le nostre emozioni, fornire una buona preparazione tecnica e pratica, conoscere le regole fondamentali per realizzare belle immagini con la propria macchina fotografica.

Argomenti:

- Reportage, ritratto, viaggi, città, arte, moda, still-life, sport, natura.
- Uscite fotografiche e proiezione delle immagini realizzate

giorno, ora: lunedì 9,00-10,15

frequenza: settimanale

corso 1: da novembre a dicembre 2020

corso 2: da gennaio a maggio 2021

# Fotoritocco

docente: Roberto Romanò

## Il magico mondo di Photoshop

### Prima settimana: Corso base

Si apprenderanno le tecniche per migliorare una foto, recuperare foto "problematiche" analizzando gli strumenti necessari per queste funzioni mediante l'utilizzo di Photoshop, il programma leader della post-produzione. Verrà illustrato il meccanismo di formazione dell'immagine digitale. Verranno infine dati simpatici spunti per sviluppare la fantasia e la creatività nella post-produzione delle proprie foto.

E' richiesta una conoscenza, seppur sommaria, di come funziona il computer.

### Seconda settimana: Corso avanzato

In particolare sarà trattata la gestione di un file RAW, cioè del negativo digitale; il meccanismo di formazione dell'immagine digitale e dei suoi metodi di gestione del colore (RGB, CMYK, LAB).

Si apprenderanno tecniche avanzate di selezione; filtri avanzati e HDR.

E' necessario conoscere già le funzioni base di Photoshop.

giorno, ora: martedì 9,00-10,00

frequenza: settimanale - ultima lezione 30 marzo 2021

Giovedì 10 dicembre 2020 recupero di martedì 8 dicembre 2020 (festivo)

# Geologia

docente: Tiziana Carini

Scopriremo il pianeta Terra attraverso la conoscenza dei geologi che lo studiarono:

- Dolomieu, il grande geologo francese che è famoso per aver dato il suo nome alle Dolomiti;
- Rosalind Franklin, la tenace scienziata che per prima fotografò la struttura del DNA.

Completeranno il corso una visita guidata alla sezione di Minerali e Rocce del Museo di Storia Naturale di Milano e un'escursione al sentiero geologico dei Corni di Canzo.

giorno, ora: giovedì 17,30-18,45

frequenza: mensile

date: Ott -  
Gen 14  
Apr 15

Nov 19  
Feb 18  
Mag 13

Dic 17  
Mar 18

# Ginnastica A e B - Stare in Forma ad Ogni Età

docente: Fausto Gorla

“Mens sana in corpore sano”

Curare il corpo per aprire la mente e trovare il giusto equilibrio psicofisico, cercare di mantenersi sani e tonici per stare meglio con sé stessi e con gli altri.

Ci proveremo con un'adeguata attività mirata alla funzionalità dei principali muscoli motori, alla mobilità ed elasticità articolare, utili ad una presa di coscienza del proprio equilibrio dinamico.

Ricordate: il nostro corpo è una macchina che esige cure ed interesse ma che, se adeguatamente preservata, ci ripaga con grandi soddisfazioni.

**I CORSI INIZIANO MERCOLEDÌ 13 GENNAIO 2021**

Massimo 40 iscritti per corso

giorno, ora: corso A - mercoledì 9,00-10,00

corso B - mercoledì 10,00-11,00

frequenza: settimanale presso Palazzetto dello Sport

# Grafologia

docente: Sandra Belluschi

Come non esistono due persone che corrono, camminano o danzano in modo identico, così non esistono due persone che scrivono in modo identico.

La grafia è, allora, una traccia di te.

Imparare a leggere questa traccia permette di scoprire e valutare le capacità creative di una persona, la fantasia, la volontà, il sentimento, le aspirazioni, i meccanismi di difesa, l'intraprendenza, l'estroversione, la spinta verso il futuro, la fiducia nella proprie capacità, la generosità, la disponibilità ad aprirsi agli altri.

La scrittura, con la sua ricchezza e varietà, è lo specchio del carattere nella sua complessità.

Il corso alternerà approfondimenti teorici ed esercitazioni pratiche con l'ausilio di scritture di personaggi famosi e non.

giorno, ora: lunedì 17.00-18.30

frequenza: quindicinale da gennaio 2021

date: Ott -

Gen 11, 25

Apr 19

Nov -

Feb 8, 22

Mag 3

Dic -

Mar 8, 22

# Grammatica Italiana

docente: Nicoletta Cugliandro

DIAMOCI UNA REGOLA! CORSO AMICHEVOLE DI GRAMMATICA ITALIANA

L'interesse e la curiosità per la lingua italiana non riguardano solo la scuola, ma tutti coloro che, in famiglia, nel lavoro, nella vita, vogliono usare la nostra lingua in modo corretto, efficace e consapevole.

Il corso si rivolgerà a chi conosce le regole e vuole approfondirle, ma soprattutto a chi nutre dei dubbi e desidererebbe risolverli.

giorno, ora: venerdì 14,30-15,45

frequenza: settimanale

# I Protagonisti (Personaggi Storici)

docente: Antonino Cannavò

---

Il corso si propone di compiere un viaggio affascinante nella vita di illustri personaggi antichi e contemporanei che hanno segnato, con le loro opere, il cammino dell'umanità.

Ogni personaggio verrà analizzato in tutti i suoi aspetti positivi e negativi con aneddoti, racconti, riflessioni dei contemporanei; si approfondiranno le tematiche del suo tempo, si discuterà ampiamente dell'apporto da lui conseguito per il bene (o il male) della nostra vita.

Per ogni protagonista si assisterà alla visione di film, documentari, musical, diapositive e questi strumenti serviranno ad approfondire ancor più le tematiche del personaggio di cui si parla.

Verrà completato il programma dell'anno scorso con ulteriori integrazioni:

- Gesù, San Francesco, Giovanni XXIII
- Gandhi, Giulio Cesare, Lorenzo de' Medici, Messalina, Giovanni Paolo II, Madre Teresa di Calcutta
- Albert Einstein, Pietro il Grande, Napoleone Bonaparte, Dante Alighieri, Giacomo Leopardi, Ludwig van Beethoven, Luigi XIV, Leonardo da Vinci, Diana Spencer, Madame Curie, John Kennedy, Wolfgang A. Mozart, Sissi, Marilyn Monroe, Mata Hari, Al Capone, Nerone.
- I Presidenti d'Italia: De Nicola, Einaudi, Gronchi, Segni, Saragat, Pertini, Leone, Cossiga, Scalfaro, Ciampi.

---

giorno, ora: mercoledì 16,15-17,15 (16,15-18,15 con film)

frequenza: settimanale

# Il Libro dell'Apocalisse

docente: Don Giuseppe Grisa

---

Introduzione al Libro della Apocalisse

Perché questa scelta? È un libro già affrontato, mi dite.

Penso che la Parola di Dio sia sempre nuova e quindi ogni volta che la leggiamo ci dice qualche cosa di nuovo. Penso all'attualità del libro.

Non ci dice come finirà il mondo, non ci parla di catastrofi che ci sovrastano.

L'Apocalisse è un testo che ci parla della storia umana; ci aiuta a interpretarla, soprattutto per capire l'eterna lotta tra bene e male che quotidianamente viviamo.

Il tutto avviene in un contesto di preghiera liturgica.

Tutto ciò ci dice che è possibile e doveroso leggere gli avvenimenti umani con lo sguardo di Dio.

---

giorno, ora: martedì 16,45-17,45

frequenza: settimanale

## Informatica 2

docente: Liviano Valesin

Il corso si pone l'obiettivo di fornire gli strumenti e le conoscenze necessarie ad acquisire le competenze operative di livello avanzato nell'utilizzo del computer, del sistema operativo, di alcuni software di carattere generale. Il corso si rivolge a tutti coloro che, già in possesso di competenze informatiche di base, vogliono accrescere le proprie capacità di utilizzo del computer.

### Utilizzo del computer: installazione, gestione e funzionamento

- Installare o disinstallare un programma (software)
- Rendere il PC più veloce ed efficiente
- Salvare i dati su hard disk esterno o pen drive
- Masterizzare un CD musicale o un DVD
- Eseguire la manutenzione e pulizia del disco
- Installare e configurare una stampante o scanner
- Sincronizzare iPhone, smartphone o tablet con il proprio pc
- Aggiornare il sistema operativo

### La rete internet e la posta elettronica

Modalità di collegamento e navigazione in rete (browser), virus e anti-virus, posta elettronica (configurazione, filtri, antispam).

### Panoramica del pacchetto Office Microsoft

Utilizzo di comandi avanzati in Word, PowerPoint ed Excel

Al corso saranno ammessi gli studenti che hanno frequentato il corso di base negli anni precedenti o con capacità equivalenti.

Massimo 16 iscritti

giorno, ora: lunedì 16,00-17,00

frequenza: settimanale

## Informatica Concetti Base

docente: Liviano Valesin

Il corso di principi di Informatica, di carattere prettamente teorico, ha lo scopo di fornire un'introduzione ad un ampio spettro di concetti fondamentali per l'informatica.

Verranno fornite conoscenze sulla storia e architettura degli elaboratori, le rappresentazioni binarie ed esadecimali, sistemi operativi e sicurezza dei dati.

L'obiettivo del corso è quello di far acquisire un minimo di terminologia che permetterà ai partecipanti di parlare di informatica con amici e parenti, e di approcciare con maggior consapevolezza ai corsi pratici di livello superiore.

- Introduzione all'Informatica
- Storia degli elaboratori
- Architettura dell'Elaboratore
- Rappresentazione delle informazioni nel Calcolatore
- Funzioni del Sistema Operativo
- Panoramica dei sistemi operativi Linux, MacOS (Apple), Windows, Android
- Introduzione ai programmi Office
- Reti di calcolatori.
- Internet e posta elettronica
- Sicurezza dei dati
- Tecnologia digitale e informatica

Massimo 16 iscritti

giorno, ora: lunedì 15,00-16,00

frequenza: settimanale

## Informatica - Modulo Excel 2010

docente: Luciana Pescarolo

---

La partecipazione a questo corso è riservata a chi è in possesso di una buona conoscenza di base del PC e del sistema operativo Windows.

Obiettivi del corso:

- Eseguire calcoli, elaborare tabelle, salvare e stampare
- Applicare formati numerici, eseguire il riempimento automatico, ordinamento numerico e alfabetico
- Creare e personalizzare grafici che rendono visivamente immediata l'interpretazione dei dati: grafici a istogramma, a torta, a linee
- Utilizzare funzioni (somma, media, arrotonda), la funzione SE
- Applicare riferimento relativo, misto, assoluto
- Organizzare i fogli di lavoro
- Creare un modello di fattura
- Gestione di un elenco come database

Massimo 16 iscritti

---

giorno, ora: martedì 14,30-15,30

frequenza: settimanale

**DURATA : 10 lezioni dal 12 gennaio al 16 marzo 2021**

## Intrecci di Carta

docenti: Bruna Lamagni e Giorgina Lodi

---

Creare con le cannuce di carta

Riciclo della carta. Modificare la carta in cannuce per dare le forme più disparate a degli oggetti: dalle borse alle lampade, ai vasi, ai gioielli. Oggetti per arredare e ammirare.

Massimo 15 iscritti (10 in caso di restrizioni)

---

giorno, ora: mercoledì 14,30-16,30

frequenza: settimanale

## Invito alla Lettura

docente: Luigi Lupone

Nel XIX secolo, il romanzo nord-americano si affranca dalle sue origini inglesi per assumere caratteristiche proprie, rispondenti alla cosmopolita realtà etnica e sociale del popolo americano e alle vicende della nuova nazione. Le storie sono intensamente connotate dalla materialità del mondo, dalle sue forti passioni e conflitti di interesse. La lingua inglese è innovata dall'apporto di altre culture e lingue: la spagnola, l'afroamericana, l'indiana, ecc.

Oggi, la narrativa nordamericana è di gran lunga la più letta in Occidente e vanta autori celebri, quali, nell'Ottocento, Hawthorne, Poe, Melville, H. James, Twain, London, e, nell'ultimo secolo, Fitzgerald, Wharton, Chandler, Steinbeck, Dos Passos, Caldwell, Faulkner, H. Miller, Buck, Malamud, Bellow, Hemingway, Salinger, I. Shaw, Capote, Carver, Yates, Ph. Roth, Don Delillo.

Il corso prevede la lettura, ciascuno per proprio conto, di una selezione di romanzi nord-americani, in versione italiana, rappresentativi della produzione degli ultimi due secoli. Con cadenza solitamente di uno al mese, i testi saranno commentati in aula con la partecipazione degli iscritti. L'incontro successivo all'analisi del testo sarà dedicato alla proiezione e commento di un film, tratto dallo stesso libro o riguardante il tema o il contesto evocato dal libro.

giorno, ora: lunedì 9,30-12,00

frequenza: quindicinale

date: Ott -	Nov 2, 16, 30	Dic 14
Gen 18	Feb 1, 15	Mar 1, 15, 29
Apr 12, 26	Mag 10	

## L'Enigma della Bellezza

docente: Pier Angelo Montorfano

L' ENIGMA DELLA BELLEZZA: la declinazione del "bello" nella Storia dell'Arte Occidentale.

La "bellezza" non è un'idea oggettiva e immutabile, bensì un valore relativo, legato alla cultura del tempo e quindi variabile nel trascorrere dei secoli.

Il corso intende mettere in luce i diversi modelli di "bellezza" che si sono avvicendati nella storia dell'Arte Occidentale, dall'antica Grecia al Novecento, con particolare riguardo alla pittura e alla scultura.

- L'incarnazione del bello, come proporzione e armonia, nell'arte dell'antica Grecia.
- La bellezza nel Medioevo: luce, colore, trascendenza.
- La bellezza magica tra Quattrocento e Cinquecento: dame, cavalieri ed eroi; amor sacro e amor profano.
- La bellezza inquieta del Manierismo: la melanconia.
- La bellezza teatrale e drammatica del Barocco e quella frivola del Rococò.
- La ragione e la bellezza nel Settecento: il Neoclassicismo.
- La bellezza come estasi della natura nel Romanticismo e nell'Impressionismo.
- La bellezza della provocazione nel Novecento: le Avanguardie

giorno, ora: mercoledì 14,30-16,00

frequenza: settimanale

DURATA: 5 lezioni dal 4 novembre

	9,00	9,30	10,00	10,30	11,00	11,30	12,00	14,00	14,30	15,00	15,30	16,00	16,30	17,00	17,30	18,00	18,30	19,00	19,30	20,00	20,30	21,00	21,30	22,00	
<b>LUNEDÌ</b>	Aula 1 Informatica																								
	Aula 2			Arte C (M)						Inglese 3 (S)															
	Aula 3			Fotografia 1 e 2 (S)		Storia della Lettera A (M)					Milanesi (S)														
	Aula 4																								
	Aula 5																								
<b>MARTEDÌ</b>	Aula 1 Informatica																								
	Aula 2			Fioritocco (S)		Una Certa Idea del Mondo A-B (Q)				Inglese 2 (S)															
	Aula 3			Francese 1 (S)																					
	Aula 4																								
	Aula 5					Burroco 1 (S)																			
<b>MERCOLEDÌ</b>	Aula 1 Informatica																								
	Aula 2					Volare Oh Oh! (S)																			
	Aula 3																								
	Aula 4					Tedesco (S)																			
	Aula 5																								
<b>GIOVEDÌ</b>	Aula 1 Informatica																								
	Aula 2					Divina Com(Q)																			
	Aula 3					Storia Moderna (Q)																			
	Aula 4																								
	Aula 5																								
<b>VEDÌ</b>	Aula 1 Informatica																								
	Aula 2																								
	Aula 3																								
	Aula 4																								
	Aula 5																								
<b>VENERDÌ</b>	Aula 1 Informatica																								
	Aula 2																								
	Aula 3																								
	Aula 4																								
	Aula 5																								
<b>SABATO</b>	Aula 1 Informatica																								
	Aula 2																								
	Aula 3																								
	Aula 4																								
	Aula 5																								

Legenda: (S) = Settimanale - (Q) = Quindicinale - (M) = Mensile - (D) = Date prefissate

**Giorni e orari sopra esposti possono subire variazioni. Controllare all'atto dell'iscrizione.**

## La Bibbia: La Grande Storia (s)Conosciuta

docente: Giacomo Mantegna

---

Si proseguirà la lettura dei libri storici, intervallata da alcuni accenni ai libri del Nuovo Testamento e, come già negli anni precedenti, prendendo spunto dagli insegnamenti del Testo Sacro, si approfondiranno temi di carattere religioso, storico, di costume e società di ieri e di oggi.

Nel corso dell'anno i lettori si esibiranno nella recita del Cantico dei Cantici durante una lezione aperta a tutti.

Il corso non avrà un docente ma solo un moderatore, perché tutti i partecipanti saranno contemporaneamente docenti e discenti.

---

giorno, ora: giovedì 16,15-17,15

frequenza: settimanale

## Latino

docente: Nicoletta Cugliandro

---

Perché un corso di latino oggi, in un'epoca in cui la comunicazione corre attraverso i mezzi informatici quasi alla velocità della luce?

Anche se oggi il latino non è più la lingua della cultura e della scienza, la sua eredità per un italiano è davvero ricca, presente anche nella nostra conversazione quotidiana, formata per il 90% da parole di origine latina.

Conoscere il latino significa possedere uno strumento in più per comprendere le nostre radici e sarà un'inaspettata "palestra" per la nostra mente.

---

giorno, ora: venerdì 16,00 -17,15

frequenza: settimanale

# Letteratura Italiana

docente: Elena Simoni

---

A fronte del disagio provocato dal Covid che ci ha reso schiavi delle nostre abitudini e delle nostre attività, verrà analizzata la situazione in rapporto e confronto con i poeti italiani che hanno trattato l'argomento della peste: Manzoni con i Promessi Sposi e Boccaccio col Decamerone.

Verranno analizzate le figure di rilievo nei Promessi Sposi con particolare attenzione all'attività descrittiva di Manzoni.

Leggeremo insieme alcuni passi importanti legati ai sentimenti, alle ragioni e alla politica mai espressa direttamente dal poeta.

In una seconda parte introduciamo Boccaccio come letterato satirico e analista del periodo storico afferente.

Leggeremo insieme qualche novella del Decamerone.

Durante il corso verranno analizzati anche i poeti stranieri che hanno un legame storico/politico con quelli presi in analisi.

Verranno proiettate diapositive concettuali sui due personaggi.

Visione di un filmato.

Discussione ed analisi.

---

giorno, ora: venerdì 17,30-18,30

frequenza: settimanale

# Lingua Francese 1 e 2

docente: Claire Dainnain

---

## Corso 1

Volete iniziare la conoscenza del francese e non lo avete mai studiato?

Allora facciamo insieme il corso per principianti! Vi permetterà di imparare: 1) la pronuncia giusta; 2) i primi rudimenti della comunicazione: presentarsi, parlare della vita quotidiana: la famiglia, i gusti ecc.; 3) i primi accenni della conoscenza del paese Francia.

Con la messa in pratica immediata dell'uso della lingua sia orale che scritta.

Le français c'est facile! BIENVENUS A' TOUS!

## Corso 2

Il corso si rivolge a chi ha una discreta conoscenza della lingua (studiata alle medie, usata per lavoro o piacere) e a chi ha seguito lo scorso anno il corso introduttivo.

Si comincerà con il ripasso generale e personalizzato delle basi, per continuare con approfondimento di argomenti grammaticali (indispensabili per esprimersi correttamente in francese), letture di interesse generale, di attualità con analisi degli argomenti.

Au travail! ET AU PLAISIR DE LA LANGUE!

---

giorno, ora: corso 1 - martedì 9,00 - 10,15

corso 2 - martedì 10,30 - 12,00

frequenza: settimanale

## Lingua Francese Conversazione

docente: Roberto Olivieri

---

Il corso si prefigge di aiutare i partecipanti ad acquisire sicurezza e fluidità nell'espressione attraverso la discussione in lingua su argomenti di volta in volta concordati con il docente e avvalendosi di collegamenti a siti web in lingua originale.

Indicato a chi ha padronanza della lingua e intende togliere un po' di ruggine, ma vivamente consigliato a quanti hanno acquisito sufficienti elementi grammaticali per tradurli in pratica linguistica.

L'eventuale partecipazione come semplici "auditori" di quanti non abbiano sufficiente preparazione sarà a discrezione del docente; in ogni caso dovranno limitarsi ad ascoltare e non potranno effettuare interventi o richieste.

---

giorno, ora: lunedì 16,00-17,00

frequenza: settimanale

## Lingua Inglese 1

docente: Mattia Iuan

---

Primi passi nella lingua inglese. Intraprenderemo un viaggio che, attraverso canzoni, giochi, esercizi, dialoghi e testi letterari, ci permetterà di fare nostra una lingua ormai importantissima per viaggiare, conoscere nuove persone e scoprire un altro mondo, sempre più vicino a casa.

Cercheremo di imparare divertendoci, allenando la memoria con le immagini e i suoni e buttandoci anche nella conversazione.

Sarà un viaggio che percorreremo gradualmente, decidendo insieme fin dove spingerci e dove arrivare.

Everyone is welcome! Tutti sono i benvenuti!

Massimo 30 iscritti (21 in caso di restrizioni)

---

giorno, ora: martedì 18,00-19,00

frequenza: settimanale

## Lingua Inglese 1+

docenti: Silvana Bellagente e Roberto Merati

---

Il corso INGLESE 1+ "Qualcosa in più" è dedicato a coloro che hanno seguito il corso Inglese 1+ dello scorso anno o di pari livello.

Il programma di quest'anno intende:

- Approfondire e consolidare le funzioni linguistiche e grammaticali presentate lo scorso anno
- Affrontare nuove regole e funzioni per approfondire la conoscenza della lingua inglese
- Abituarsi all'ascolto di una frase e/o di un testo ed alla sua comprensione
- Migliorare la lettura e la produzione orale

A tale scopo si propone l'utilizzo di un testo facilitato di letteratura inglese, idoneo al livello della classe, comprensivo di esercizi guidati di comprensione del testo e regole grammaticali opportunamente spiegate dall'insegnante. Tale testo è completato da un CD idoneo non solo all'ascolto in classe ma anche all'utilizzo individuale per esercitarsi autonomamente.

Ciò ci permetterà di affrontare nuove situazioni, modi di dire, vocaboli e regole partendo da un testo classico che consentirà di ampliare le conoscenze della lingua inglese per un suo migliore utilizzo.

Massimo 30 iscritti

---

giorno, ora: martedì 15,30-16,30

frequenza: settimanale

## Lingua Inglese 2

docente: Roberto Olivieri

---

Il corso si rivolge:

- a chi ha frequentato il corso base lo scorso anno
- a chi conosce qualche nozione di base della lingua inglese

### Programma

Prima parte dell'anno

- Ripasso accurato e approfondito delle funzioni grammaticali e linguistiche apprese nel corso del precedente anno.

Seconda parte dell'anno

- Prosecuzione dello studio della lingua: nuove funzioni linguistiche e grammaticali affrontate con la stessa metodologia del precedente anno accademico.
- Attività ed esercitazioni in classe ed individuali.
- Letture ed argomenti di interesse quotidiano e/o storico proposti anche dal gruppo-classe.

Massimo 30 iscritti (21 in caso di restrizioni)

---

giorno, ora: martedì 14,30-15,30

frequenza: settimanale

## Lingua Inglese 3

docente: Pierantonio Beluffi

---

Il corso si rivolge:

- a chi ha già frequentato lo scorso anno
- a chi ha una sufficiente conoscenza della lingua
- a chi vuole approfondire lo studio della lingua inglese

Obiettivi didattici:

- approfondire lo studio delle strutture grammaticali e sintattiche volte ad una discreta padronanza della lingua scritta
- presentare brani di autori inglesi o americani per imparare a conoscere la letteratura e la storia dei paesi di lingua anglofona nel corso dei secoli

Programma:

- presentazione delle strutture morfo-sintattiche oggetto di studio
- lettura di pagine tratte da autori o di cronache storiche
- esercitazioni atte ad assimilare le strutture e riutilizzare le strutture studiate.

Massimo 30 iscritti (21 in caso di restrizioni)

---

giorno, ora: lunedì 14,30-15,30

frequenza: settimanale

## Lingua Inglese Conversazione

docente: Roberto Olivieri

---

Il corso si prefigge di aiutare i partecipanti ad acquisire sicurezza e fluidità nell'espressione attraverso la discussione in lingua su argomenti di volta in volta concordati con il docente ed avvalendosi di collegamenti a siti web in lingua originale.

Indicato a chi ha padronanza della lingua e intende togliere un po' di ruggine, ma vivamente consigliato a quanti hanno acquisito sufficienti elementi grammaticali per tradurli in pratica linguistica.

L'eventuale partecipazione come semplici "auditori" di quanti non abbiano sufficiente preparazione sarà a discrezione del docente; in ogni caso dovranno limitarsi ad ascoltare e non potranno effettuare interventi o richieste.

---

giorno, ora: martedì 15,30-16,30

frequenza: settimanale

# Lingua Tedesca

docente: Pierantonio Beluffi

## TEDESCO BASE UTILE PER LE TUE VACANZE E PER VIAGGIARE

5000 parole, con preposizioni, declinazioni, verbi principali e modi di dire, onde poter affrontare una piccola conversazione nei confronti di uno straniero.

giorno, ora: mercoledì 9,30-10,30

frequenza: settimanale

# Medicina e Salute A e B

docente: Gabriele Cambielli

## APPARATO URINARIO – APPARATO OSSEO – APPARATO MUSCOLARE

### 1) Patologie dell'apparato maschile e femminile

Lo studio dell'urologia ha fatto passi da gigante: aumentando l'età dei pazienti, certe patologie si sono fatte più evidenti e connaturate al progressivo invecchiamento.

La libertà sessuale ha facilitato l'insediarsi di patologie batteriche e virali che hanno peggiorato situazioni fisiologicamente già presenti. La conoscenza è utile per evitare l'insorgenza di questi fenomeni. Importante anche per la vita di coppia in età avanzata onde evitare la perdita di autostima in una fase così delicata.

### 2) Apparato osseo

Traumi ossei e malattie di tipo degenerativo compatibili con l'età dei pazienti: artrosi, osteoporosi e artrite reumatoide.

### 3) Apparato muscolare volontario e involontario

giorno, ora: corso A – mercoledì 10,30-11,45

corso B – venerdì 10,15 – 11,30

frequenza: settimanale

## Milanese: Lingua e Teatro

docente: Annamaria Riboldi

### “Salott de conversazion Milanesa e teater”

Ciaoo, quest'anno sicuramente “cicciaremo on ciccinin” e sarà un anno esplosivo con tanti traguardi da raggiungere dove saremo tutti protagonisti:

- parleremo scriveremo leggeremo in milanese quindi, un po' di grammatica
- chi sono i grandi scrittori Milanesi che hanno fatto sì che la nostra sia una “lingua” riconosciuta, dal Porta al Maggi,
- e cantiamo in lingua: cantare fa bene alla salute e porta allegria
- “i medegozz”, i vecchi rimedi, antichi decotti che fanno stare bene” pinoll de cusina e decott de cantina te rivet alla centina”
- proverbi e modi di dire legati al tempo...di un tempo
- faremo “parlare le pietre”, che ci racconteranno “tanti stori tanti banban”, pietre che fanno Milano bella, particolare e “misteriusa”
- e andarem in gir a curiusà ...a ficcà el nas per savè, per vidè, tutti insieme in pullman o... e sarà tropp bell
- giornalino una volta al mese, ci scriveremo curiosità, consigli e altro a disposizione di tutti, quasi un promemoria
- e arriva il Santo Natale, quest'anno speciale, gireremo un film e poi tutti insieme a dire auguri e...
- a gennaio tutti pronti a preparare il teatro per una spettacolare esibizione a maggio, dove daremo il meglio di noi...la nostra allegria
- e poi?... Tanto altro ancora che ad ogni lezione si rivelerà.

Vi aspetto con tanta voglia di stare insieme condividendo e volendoci bene.

Ciao, Annamaria

giorno, ora: lunedì 14,30-16,00

frequenza: settimanale

## Osteopatia, Emozioni e Salute

docente: Diego Lanaro

Attraverso le chiavi di lettura offerte dalla medicina osteopatica, si studierà il rapporto tra il corpo, la mente e lo stress. Oltre alla parte teorica, le lezioni prevedono semplici esperienze di movimento come percorso educativo verso la consapevolezza corporea.

### Argomenti:

- Introduzione al concetto di salute: un sottile gioco di equilibri
- L'osteopatia come professione sanitaria
- La colonna vertebrale e la respirazione
- Il cervello
- Emozioni e stress

IL CORSO SI SVOLGE CON PRESENZA ISCRITTI IN AULA MA CON DOCENTE COLLEGATO DA REMOTO IN AUDIO-VIDEO E PROIEZIONE SU SCHERMO

giorno, ora: sabato 10,00-11,30

frequenza: date

date: Ott -  
Gen 9  
Apr 17

Nov -  
Feb 20  
Mag 15

Dic -  
Mar 20

## Pittura e Disegno

referente: Narciso Laini

---

Non un vero corso, ma momento di incontro fra appassionati di ogni livello con la supervisione e i consigli degli utenti più esperti.

Attività previste:

- Copia dal vero.
- Pittura con varie tecniche: olio, pastelli, carboncini, acquerello, tempere, acrilici.
- Soggetti di illustrazione e grafica

Il materiale occorrente è a carico dell'iscritto.

---

giorno, ora: martedì 17,30-19,30

frequenza: settimanale presso Scuola Elementare Valera

## Pittura su Ceramica

docenti: Marta De Faveri e Antonella Bertani

---

Il corso si propone l'apprendimento con l'uso della tecnica così detta "dell'olio molle".

E proprio la tecnica detta dell'olio molle, alla quale i corsisti arriveranno imparando la preparazione, la miscelazione e la stesura di splendidi colori, consentirà ai partecipanti di realizzare con facilità e da subito lavori personalissimi, dai più semplici a quelli più impegnativi.

E così piatti, piastrelle, vasi, scatole, tazze.....ed altro ancora, potranno essere decorati splendidamente per farne oggetti unici ed originali per la propria casa o da offrire in dono agli amici.

Il materiale occorrente è a carico dell'iscritto

Massimo 20 iscritti (10 in caso di restrizioni)

---

giorno, ora: mercoledì 10,00-12,00

frequenza: settimanale

## CORSO DA CONFERMARE

Il corso è costituito da incontri autogestiti con la supervisione di corsisti già esperti.

I primi incontri saranno dedicati ad esercizi vocali e letture di testi vari per verificare le attitudini dei nuovi iscritti. Il programma poi prevede la messa in scena, entro fine anno, di un testo serio tratto da un lavoro di Agatha Christie e di pezzi divertenti di autori noti, o scritti dagli stessi partecipanti al corso.

Ove necessario verrà istituito un secondo incontro settimanale

giorno, ora: lunedì 18,15-19,30

frequenza: settimanale

Per l'anno 2020/2021 sono programmate lezioni interattive relative ai seguenti argomenti:

- L'impatto degli alimenti sul sistema nervoso/endocrino/immunitario
- COVID 19, cosa ci ha insegnato e come il corpo, la mente e lo spirito hanno acquistato forza, resilienza e memoria
- Capire i sintomi collegati ad uno scorretto stile alimentare
- Il microbiota umano dopo la pandemia
- Il destino nel piatto: scelte alimentari e di vita
- Atteggiamenti mentali e scelte organiche: come il cibo influenza la psiche
- Il carattere e la risposta allo stress possono essere influenzati dalle scelte alimentari
- Le stagioni della vita e il fabbisogno alimentare. Cosa scegliere e cosa mangiare a seconda dell'età
- Alimentazione olistica: quali cibi e quali emozioni programmano la nostra giornata e l'intera esistenza
- Perché il cibo può farci del bene o, invece, il contrario?
- La forza del cibo correlato alle emozioni
- La mente mente, il corpo no. Come influenzare positivamente il cervello attraverso un corretto stile alimentare e di vita
- Variabilità e genuinità alimentare nella lotta contro le patologie autoimmuni, le allergie, le intolleranze e i tumori.

In caso di esubero di richieste rispetto alla capienza dell'aula, si valuterà la possibilità di sdoppiare il corso che da settimanale diventerà quindicinale.

giorno, ora: giovedì 16,00-17,30

frequenza: settimanale

## Riflessologia Plantare – Cos'è, a cosa serve, benefici

docente: Giancarla Marocchi

Finalità degli incontri non è l'insegnamento della disciplina, bensì spiegare come questa particolare tecnica di massaggio del piede, risalente a 5000 anni fa, abbia influenza sui disturbi del corpo con benefici effetti.

Programma degli incontri:

- PRESENTAZIONE e influenza su alcune patologie
- Nervi cranici: MAL DI TESTA
- Apparato digerente: STITICHEZZA
- Processi ormonali e fertilità

giorno, ora: giovedì 11,00-12,00

frequenza: quindicinale (4 incontri da gennaio 2021)

date: Ott -	Nov -	Dic -
Gen 14, 28	Feb 11, 25	Mar -
Apr -	Mag -	

## Risparmio Energetico A

docente: Lorenzo Fiano

Corso propedeutico a Risparmio Energetico B

Il corso affronterà il tema del RISPARMIO ENERGETICO e dell'Energia che pur essendo di natura tecnica, verrà svolto il più possibile utilizzando esempi e un linguaggio "comune" comprensibile a tutti, quindi non è richiesto un particolare livello di istruzione.

La modalità sarà del tipo divulgativo, stimolando una discussione costruttiva con esempi pratici. Verranno affrontati argomenti riguardanti il RISPARMIO di ENERGIA, le FORME e le FONTI ENERGETICHE. Per ogni argomento si porrà l'attenzione sulle caratteristiche e sui vantaggi e svantaggi di ogni tipo di energia. Vedremo come leggere e capire le bollette di luce e gas.

Il corso seguirà la seguente scaletta:

- Risparmio
- Energia
- Forme di Energia (Chimica, Termica, Elettrica, Eolica, Solare ...)
- Fonti Energetiche
  - Non Rinnovabili (Fossile, Nucleare ...)
  - Rinnovabili (Acqua, Vento, Sole, Mare ...)
- Spreco di energia
  - Nell'uso degli elettrodomestici
  - Nell'illuminazione elettrica

giorno, ora: giovedì 16,00-17,00

frequenza: quindicinale (alternato al corso B)

date: Ott -	Nov 5, 19	Dic 3, 17
Gen 21	Feb 4, 18	Mar 4, 18
Apr 15, 29	Mag 13	

# Risparmio Energetico B

docente: Lorenzo Fiano

Il corso affronterà il tema del RISPARMIO ENERGETICO nel settore dei TRASPORTI.

In particolare del consumo delle auto tradizionali e delle auto ELETTRICHE. In merito all'AUTO ELETTRICA si porrà l'accento su come è costruita, come funziona, i vari tipi di auto disponibili sul mercato ma soprattutto su cosa bisogna sapere e cosa chiedere ai venditori affinché l'auto acquistata soddisfi le proprie necessità.

Si affronterà il tema del RISPARMIO ENERGETICO nel settore EDILIZIO. Si parlerà delle soluzioni e delle tecniche usate nelle COSTRUZIONI e nelle RISTRUTTURAZIONI delle ABITAZIONI. In particolare si parlerà degli Impianti di Riscaldamento e di Raffrescamento, senza trascurare comunque gli aspetti burocratici: COSA fare e COME fare per usufruire delle detrazioni fiscali.

Il tutto con linguaggio semplice e in modo divulgativo, stimolando una discussione costruttiva con esempi e consigli pratici.

Il corso seguirà la seguente scaletta:

- Richiami al corso RISPARMIO ENERGETICO "A"
- Risparmio di Energia nei mezzi di Trasporto
  - Auto con motori a combustione interna
  - Auto ad idrogeno, auto ibrida, auto elettrica
- Risparmio di Energia nelle costruzioni edilizie
  - Nuove soluzioni costruttive, nuovi materiali innovativi
- Risparmio di Energia nel Riscaldamento/Raffrescamento Abitazioni
  - Soluzioni sull'involucro
  - Soluzioni sugli impianti
  - Detrazioni fiscali - Bonus fiscali

giorno, ora: giovedì 16,00-17,00

frequenza: quindicinale (alternato al corso A)

date: Ott -	Nov 12, 26	Dic 10
Gen 14, 28	Feb 11, 25	Mar 11, 25
Apr 8, 22	Mag 6, 20	

# Scacchi

docenti: Marco Romanazzi

Un modo per divertirsi tenendo allenata la mente.

Nozioni generali :

- breve storia
- principali regole
- movimento e valore dei pezzi
- sviluppo dei pezzi
- 1<sup>a</sup> partita del dilettante

Nozioni avanzate :

- attacco e difesa
- principali tipi di finali
- esempi di partite significative commentate

Gioco "vivo" alla scacchiera con analisi post-partita

Minimo 8 iscritti

giorno, ora: venerdì 14,30-16,00

frequenza: settimanale

# Storia dell'Arte A

docente: Laura Valleri

---

## Argomenti del corso:

- I caffè storici di Milano: Botteghe di sapore e tradizione
- I vecchi mestieri di Milano
- Basilica di San Marco
- Museo Verri - Biassono
- I Giardini Pubblici di Porta Venezia
- Curiosità dal passato: le réclame di inizio '900
- Vimercate

---

giorno, ora: lunedì 10,30-12,00

frequenza: mensile

date: Ott -                      Nov 9                      Dic 7  
          Gen 11                    Feb 8                    Mar 8  
          Apr 19                    Mag 17

# Storia dell'Arte C

docente: Veronica Benetello

---

## Arte Perduta

Dalle sette meraviglie del mondo antico ai Buddha di Bamiyan, dalle ondate iconoclaste all'arte degenerata, dai Barberini ai bombardamenti della Seconda Guerra Mondiale. L'arte che fu e che non esiste più. Una storia dell'arte impossibile, costellata di tragici eventi naturali, razzie o semplice incuria, di architetture fatte a pezzi, opere bruciate, sculture mitragliate, metalli fusi.

Il corso si terrà a cadenza mensile e seguirà un andamento cronologico, da epoche remote al nuovo millennio.

---

giorno, ora: lunedì 9,30-10,30

frequenza: mensile

date: Ott -                      Nov 9                      Dic 7  
          Gen 11                    Feb 8                    Mar 8  
          Apr 19                    Mag 17

# Storia Moderna

docente: Pier Luigi Castagni

## L'ITALIA DAL 1815 AL 1870

Il Congresso di Vienna e la Restaurazione

I moti del 1820-1821 e del 1830-1831

Le correnti politiche del Risorgimento italiano

Il 1848 in Europa e in Italia

La II guerra d'indipendenza

La spedizione dei Mille

Terza guerra d'indipendenza

Roma capitale

I problemi dell'Italia unita

giorno, ora: giovedì 9,45-11,00

frequenza: quindicinale

date: Ott -

Gen 14, 28

Apr 8, 22

Nov 12, 26

Feb 11, 25

Mag 6, 20

Dic 10

Mar 11, 25

# Storia Romana

docente: Silvana Bellagente

A causa degli avvenimenti occorsi, il programma dell'anno 2019-'20 ha subito delle variazioni. Ripartiamo da qui per il nostro Hobby di "storici provetti":

Durante il principato di Commodo abbiamo assistito ad una lunga tregua dai conflitti armati anche se i rapporti all'interno del senato erano tesi. La morte di Commodo segna una cesura nella evoluzione storica dell'Impero. Con l'Età dei Severi esso entra in una fase di trasformazioni e lo Stato Romano si avvia a diventare un enorme complesso burocratico militare: epoca di generali e delle loro donne che dettano ordini silenziosi. Presto si arriverà all'anarchia militare con uomini ambiziosi ed un Impero che verrà addirittura messo all'asta. Sono anni decisivi in cui trovano spazio la rivoluzione spirituale del Cristianesimo e le nuove minacce esterne. Inizia un nuovo periodo: L'ETA' TARDO-ANTICA, preludio della divisione e del disfacimento dell'Impero Romano.

giorno, ora: giovedì 14,30-15,45

frequenza: settimanale

# Tai Chi Chuan

docente: Gaia Crippa

---

Il TAI CHI CHUAN è un'antica disciplina psicofisica cinese basata sui principi della filosofia taoista.

E' un'arte marziale interna che con movimenti morbidi e rilassati, associati alla respirazione, sono in grado di sviluppare il "chi" o "qi" (energia interna) senza usare la forza muscolare.

Può essere praticato a qualsiasi età dato che sono movimenti lenti e non richiedono sforzi.

L'anno sarà dedicato a esercizi taoisti, qi gong, yi gong e forma lunga 108 movimenti (prima parte).

**Non potrà partecipare chi ha già frequentato lo scorso anno.**

**IL CORSO INIZIERA' LUNEDÌ 11 GENNAIO 2021**

Massimo 15 iscritti

---

giorno, ora: lunedì 16,45-17,45

frequenza: settimanale presso palestra Scuola Media Agnesi

# Tecnologie multimediali digitali

docente: Liviano Valesin

---

Il corso è diviso in due parti :

1) Introduzione ai concetti fondamentali della informatica digitale e multimedialità. Acquisizione, rappresentazione, elaborazione, compressione del suono, delle immagini e dei video mediante strumenti informatici. Verranno fornite anche nozioni di base sulla teoria e la pratica dei media digitali per la fruizione di ambienti multimediali interattivi e pubblicazione dei media nei social (Youtube, Facebook, WhatsApp).

2) Introduzione al Video Editing e produzione di filmati tramite il sistema operativo Windows 10 e PowerPoint.

Sono previste delle sessioni di lavoro sui computer dell'aula informatica e dimostrazioni da parte del docente.

Al corso potranno partecipare le persone che hanno frequentato il corso base di informatica negli anni precedenti o che abbiano dimestichezza con il sistema operativo Windows.

---

giorno, ora: mercoledì 16,00-17,00

frequenza: settimanale

# Training Autogeno

docente: Tiziano Maria Galli

Scopo del corso: attivare le potenzialità del Training Autogeno nei corsisti al fine di aumentare le loro capacità di resistenza allo stress quotidiano.

Contenuti del corso con relativa dispensa:

esercizi pratici di Training Autogeno in base al metodo di J. H. Schultz: il Training Autogeno è una tecnica di rilassamento psicofisiologico adatta nella gestione dell'ansia, delle emozioni e dei disturbi psicosomatici.

Lezioni teoriche con proiezioni di DIA e filmati:

introduzione e dibattito di argomenti relativi al corpo e ai suoi linguaggi, alla percezione di sé, alle problematiche esistenziali e al benessere.

Il corso non si effettua nelle date riservate a Storia dell'Arte A.

giorno, ora: lunedì 10,30-11,30

frequenza: settimanale

# Una Certa Idea del Mondo A

docente: Roberto Romanò

Anche quest'anno voglio proporvi delle destinazioni (paesi o città) presentandovele con l'occhio del "visitatore", non del "turista"; cercando di avvicinarvi allo spirito, alla cultura ed alle peculiarità delle destinazioni che prenderemo in esame.

Un antico proverbio indiano recita: "Viaggiando alla scoperta dei paesi troverai il continente che è in te stesso".

E' questo lo scopo che mi prefiggo: sollecitare in voi il piacere del viaggiare, di conoscere e di provare nuove esperienze.

giorno, ora: martedì 10,00-12,00

frequenza: quindicinale

date: Ott -

Gen 12 - 26

Apr -

Nov 3 - 17

Feb 9 - 23

Mag -

Dic 1 - 15

Mar 9 - 23

## Una Certa Idea del Mondo B

docente: Roberto Romanò

Medesimo programma del corso A ma con date diverse.

\* Giovedì 10 dicembre 2020 recupero di martedì 8 dicembre 2020 (festivo)

\*\*Martedì 22 dicembre 2020 si effettua la lezione nonostante la chiusura natalizia

giorno, ora: martedì 10,00-12,00

frequenza: quindicinale

date: Ott -	Nov 10 - 24	Dic 10* - 22**
Gen 19	Feb 2 - 16	Mar 2 - 16 - 30
Apr -	Mag -	

## Uncinetto e Maglia

Il corso è costituito da incontri autogestiti con la supervisione di corsisti già esperti.

Catenella, punto alto, punto basso oppure anche diritto e rovescio: siamo ai "ferri corti", ma non è un litigio. E' invece un riscoprire antiche tradizioni di quando le massaie sferruzzavano di fronte al caminetto raccontandosi storie. Ma è anche un modo estremamente efficace per rilassarsi e proteggersi dallo stress della vita moderna: provare per credere!

E poi vuoi mettere indossare capi esclusivi e unici?

Il materiale occorrente è a carico dell'iscritto

giorno, ora: giovedì 14,30 -16,00

frequenza: settimanale

# Viaggio nella Storia

docente: Eleonora Benetello

## Argomenti

- La fine dell'era dei DINOSAURI: la teoria di Alvarez
- La Tavola di NARMER: come l'Egitto divenne un solo Regno
- L'introduzione della MONETA in Grecia
- Qin Shi Huangdi: l'uomo che creò la CINA
- Dall'IMPERO MONGOLO all'IMPERO MOGHUL
- Gli IMPERI PRECOLOMBIANI soccombono
- Nativi Americani e Schiavi
- I campi di sterminio

giorno, ora: venerdì 9,00-10,00

frequenza: date

date: Ott -

Gen 22

Apr -

Nov 6, 20

Feb 19

Mag -

Dic 4

Mar 5, 19

# Volare, Oh Oh!

docente: Roberto Romanò

## Quei temerari sulle macchine volanti

Il fascino del volo, tra teoria e "pratica".

Perché gli aerei volano; la navigazione aerea; i segreti del volo; il mondo aeroportuale.

Questo ed altro imparerete in questo corso, affascinante e stimolante.

Inoltre sono previste sessioni al simulatore di volo con "missioni" da compiere. Davvero divertente!

giorno, ora: mercoledì 9,00-12,00

frequenza: settimanale - ultima lezione 4 marzo 2021

## Settembre 2020

Lun	Mar	Mer	Gio	Ven	Sab	Dom
	1	2	3	4	5	6
	7	8	9	10	11	12
	13	14	15	16	17	18
	19	20	21	22	23	24
	25	26	27	28	29	30

## Ottobre 2020

Lun	Mar	Mer	Gio	Ven	Sab	Dom
			1	2	3	4
	5	6	7	8	9	10
	11	12	13	14	15	16
	17	18	19	20	21	22
	23	24	25	26	27	28
	29	30	31			

## Novembre 2020

Lun	Mar	Mer	Gio	Ven	Sab	Dom
						1
	2	3	4	5	6	7
	8	9	10	11	12	13
	14	15	16	17	18	19
	20	21	22	23	24	25
	26	27	28	29	30	

## Dicembre 2020

Lun	Mar	Mer	Gio	Ven	Sab	Dom
	1	2	3	4	5	6
	7	8	9	10	11	12
	13	14	15	16	17	18
	19	20	21	22	23	24
	25	26	27	28	29	30
	31					

## Gennaio 2021

Lun	Mar	Mer	Gio	Ven	Sab	Dom
				1	2	3
	4	5	6	7	8	9
	10	11	12	13	14	15
	16	17	18	19	20	21
	22	23	24	25	26	27
	28	29	30	31		

## Febbraio 2021

Lun	Mar	Mer	Gio	Ven	Sab	Dom
	1	2	3	4	5	6
	7	8	9	10	11	12
	13	14	15	16	17	18
	19	20	21	22	23	24
	25	26	27	28	29	30

## Marzo 2021

Lun	Mar	Mer	Gio	Ven	Sab	Dom
	1	2	3	4	5	6
	7	8	9	10	11	12
	13	14	15	16	17	18
	19	20	21	22	23	24
	25	26	27	28	29	30
	31					

## Aprile 2021

Lun	Mar	Mer	Gio	Ven	Sab	Dom
				1	2	3
	4	5	6	7	8	9
	10	11	12	13	14	15
	16	17	18	19	20	21
	22	23	24	25	26	27
	28	29	30			

## Maggio 2021

Lun	Mar	Mer	Gio	Ven	Sab	Dom
						1
	2	3	4	5	6	7
	8	9	10	11	12	13
	14	15	16	17	18	19
	20	21	22	23	24	25
	26	27	28	29	30	31

### DATE CORSI QUINDICINALI, MENSILI E A DATE SPECIFICHE

<b>Archeologia</b>	D	16-nov	30-nov	7-dic	18-gen	1-feb	8-feb	15-feb	22-feb
<b>Astronomia</b>	Q	13-nov	27-nov	11-dic	15-gen	29-gen	12-feb	26-feb	12-mar
<b>Biologia Qui e Altrove</b>	Q	6-nov	20-nov	4-dic	18-dic	22-gen	5-feb	19-feb	5-mar
<b>Chiacchiere di Cucina</b>	Q	2-nov	16-nov	30-nov	18-gen	1-feb	15-feb	1-mar	15-mar
<b>Conoscere il Vino</b>	Q	14-gen	28-gen	11-feb	25-feb	11-mar	25-mar	8-apr	22-apr
<b>Diritto</b>	Q	4-nov	18-nov	2-dic	16-dic	20-gen	3-feb	17-feb	3-mar
<b>Divina Commedia</b>	Q	5-nov	19-nov	3-dic	17-dic	21-gen	4-feb	18-feb	4-mar
<b>Educazione Finanziaria</b>	Q	5-nov	19-nov	3-dic	17-dic				
<b>Geologia</b>	M	19-nov	17-dic	14-gen	18-feb	18-mar	15-apr	13-mag	
<b>Grafologia</b>	Q	11-gen	25-gen	8-feb	22-feb	8-mar	22-mar	19-apr	3-mag
<b>Invito alla Lettura</b>	Q	2-nov	16-nov	30-nov	14-dic	18-gen	1-feb	15-feb	1-mar
<b>Osteopatia</b>	D	9-gen	20-feb	20-mar	17-apr	15-mag			
<b>Ritlessologia Plantare</b>	Q	14-gen	28-gen	11-feb	25-feb				
<b>Risparmio Energetico A</b>	Q	5-nov	19-nov	3-dic	17-dic	21-gen	4-feb	18-feb	4-mar
<b>Risparmio Energetico B</b>	Q	12-nov	26-nov	10-dic	14-gen	28-gen	11-feb	25-feb	11-mar
<b>Storia dell'Arte A</b>	M	9-nov	7-dic	11-gen	8-feb	8-mar	19-apr	17-mag	
<b>Storia dell'Arte C</b>	M	9-nov	7-dic	11-gen	8-feb	8-mar	19-apr	17-mag	
<b>Storia Moderna</b>	Q	12-nov	26-nov	10-dic	14-gen	28-gen	11-feb	25-feb	11-mar
<b>Una Carta Idea del Mondo A</b>	Q	3-nov	17-nov	1-dic	15-dic	12-gen	26-gen	9-feb	23-feb
<b>Una Carta Idea del Mondo B</b>	Q	10-nov	24-nov	10-dic	22-dic	19-gen	2-feb	16-feb	2-mar
<b>Viaggio nella Storia</b>	D	6-nov	20-nov	4-dic	22-gen	19-feb	5-mar	19-mar	

Progetto grafico copertina: Orazio Mariani / Roberto Romanò



**Sede: via San Giuseppe, 15 - Varedo (MB)**

**Tel. 03621780557 - Cell. 3664431878**

**[www.unitrevaredo.it](http://www.unitrevaredo.it)**

**Email: [unitrevaredo@libero.it](mailto:unitrevaredo@libero.it)**

**Segreteria: lunedì, mercoledì, venerdì dalle 15,00 alle 17,00**