

PROGRAMMA AUSER INSIEME ROVATO " PRIMAVERA 2022"

AUSER INSIEME DI ROVATO-UNIVERSITA' DELLA LIBERETA'
 VIA ETTORE SPALENZA 8 - ROVATO cell. 335-6309678 - fisso: 030-7722680
 "SOSTIENI IL FILO D'ARGENTO COL 5%° codice: "97321610582"



città di Rovato

LUNEDI'

Presso sede Auser via Ettore Spalenza 8

CUCITO SERALE – FRANCA RIZZO

10 INCONTRI 55€ MASSIMO 9 ISCRITTI
 Dalle 20,30 alle 22,30 sala Cai
 Dal 14/03/ al 30/05

Giacca primaverile con eventuali variazioni

INFORMATICA BASE – LUCA BELOTTI

10 INCONTRI 55€ MAX 10 ISCRITTI
 DALLE 14 ALLE 15,50 DAL
 14/03/ AL 30/05

Impariamo a conoscere ed usare il nostro PC, gestione dei file, elaborazione dei testi, internet E-mail, E' possibile portare il proprio portatile

LO SMARTPHONE NELL'USO QUOTIDIANO LUNEDI'- LUCA BELOTTI

10 incontri 40 € max 10 iscritti
 DALLE 16 ALLE 17
 DAL 14/03/ AL 30/05

Impariamo a conoscere e gestire meglio il nostro cellulare

PALAZZO SONZOGNI CORSO BONOMELLI 22

BALLI DI GRUPPO PRINCIPIANTI – IRIS MORATTI

DALLE 14,30 ALLE - 16 SALA 1
 DAL 14/03/ AL 30/05

Tutti i balli di gruppo e le ultime novità per trascorrere un piacevole pomeriggio in compagnia; perché ballare fa bene al corpo e alla mente

BALLI DI GRUPPO INTERMEDIO LUNEDI' - IRIS MORATTI

10 INCONTRI 50€ MAX 10 ISCRITTI
 DALLE 16 ALLE 17,30 SALA 1
 DAL 14/03/AL 30/05

Tutti i balli di gruppo e le ultime novità per trascorrere un piacevole pomeriggio in compagnia; perché ballare fa bene al corpo e alla mente

DANZA DEL VENTRE – IRENE AGAZZANI

10 INCONTRI 40€ MAX 10 ISCRITTI
 DALLE 17,40 ALLE 18,40 SALA 2
 DAL 14/03/ AL 30/05

Questa danza è fonte di benefici fisici in quanto armonizza e rafforza la muscolatura complessiva del corpo della donna. rilassa la mente, esalta la femminilità, procura autostima e fiducia in se stesse.

MARTEDI

SEDE AUUSER VIA ETTORE SPALENZA 8

CUCITO DEL MATTINO . FRANCA RIZZO

10 INCONTRI 60€ MAX 9 ISCRITTI
 DALLE 9 ALLE 12 SALA CAI
 DAL 15/03/ AL 17/05

Calzoni di vario tipo

INGLESE BASE DEL MARTEDI' - BEATRICE DE CARLI

10 INCONTRI 50€ + ACQ. LIBRO MAX 10 ISCRITTI
 DALLE ORE 14,30 ALLE 16 SALA CAI
 DAL 15/03 AL 17/05

Il corso si rivolge a chi pur volendo acquisire una base di conoscenza grammaticale di lingua inglese, desidera apprendere semplici frasi utili per la conversazione quotidiana

PSICOLOGIA – MICHELE VENNI

10 INCONTRI 50 € MAX 10 ISCRITTI
 DALLE 16,30 ALLE 18
 DAL 15/03 AL 17/05

Come si forma la nostra personalità? Parleremo delle varie fasi dello sviluppo, dei meccanismi dell'apprendimento dei fenomeni che contribuiscono alla formazione della nostra intelligenza

INCONTRO CON LA NUTRIZIONISTA – CRISTINA RAPIZZA

10 INCONTRI 50€
 ALLE 20 ALLE 21,30
 DAL 15/03/ AL 17/05

Curiosità, miti da sfatare ed approfondimenti su alimentazione, nutrizione e benessere.

FORO BOARIO PIAZZA GARIBALDI

PARLIAMO DI LIBRI CIRCOLO DELLA LETTURA – EBE RADICI

3 INCONTRI 10 EURO
 DALLE 14,30 ALLE 16
 IL 15/03 - 19/04 - 24/05

Commentare un libro, confrontarsi, stare insieme. Proposte di letture e di autori. Lettura collettiva di un breve racconto.

PALAZZO SONZOGNI CORSO BONOMELLI 22**BALLI DI GRUPPO INTERMEDIO - MARTEDI' - IRIS MORATTI**

10 INCONTRI 50€ MAX 10 ISCRITTI
 10 INCONTRI 50€ MAX 10 ISCRITTI
 DALLE 14,30 ALLE 16 - SALA 1
 DAL 15/03 AL 17/05

Tutti i balli di gruppo e le ultime novità per trascorrere un piacevole pomeriggio in compagnia; perché ballare fa bene al corpo e alla mente

PILATES ANTALGICO - MARTEDI' - OTTAVIO FRANZONI

10 INCONTRI
 DALLE 15 ALLE 16 - SALA 2
 DAL 15/03 AL 17/05

Con dei semplici e mirati esercizi questa tipologia di pilates riesce a risolvere dolori da stress articolari. E' una ginnastica dolce ed armonica che combatte piccoli dolori quotidiani, relativi al collo, alla schiena e alle ginocchia. Portare materassino.

CAMMINIAMO INSIEME PARTENZA DAL FORO BOARIO

DALLE 8,30 ALLE 9,30
 SOCI AUSER - CON NERELLA RADICI

Partiamo dal piazzale del Foro Boario, camminiamo, Chiacchieriamo e stiamo bene insieme

PRESSO SCUOLA RICCHINO V. ETTORE SPALENZA 27**RESTAURO BASE - GIANPIETRO COSTA**

10 INCONTRI 60€ MAX 10 ISCRITTI + ACQUISTO MATERIALI
 DALLE 20 ALLE 23
 Daò 15/03/ AL 17/05

Apprendimento di base e applicazione pratica per la conoscenza dei materiali e delle tecniche base per il restauro conservativo di manufatti lignei. Esecuzione materiale.

MERCOLEDI'**PRESSO FORO BOARIO PIAZZA GARIBALDI****STORIA DELL'ARTE - ERICA SIRANI**

10 INCONTRI 50€
 DALLE 15 ALLE 16,30
 DAL 16/03 AL 18/05

Le correnti post impressioniste

SEDE AUSER VIA ETTORE SPALENZA 8**INGLESE BASE DEL MERCOLEDI' - BEATRICE DE CARLI**

10 INCONTRI 50€ + ACQUISTO LIBRO MX 10 ISCRITTI
 DALLE 10 ALLE 11,30
 DAL 15/03 AL 18/05

Il corso si rivolge a chi pur volendo acquisire una base di conoscenza grammaticale di lingua inglese, desidera apprendere semplici frasi utili per la conversazione quotidiana.

DECORAZIONE SU PORCELLANA – ALBINA VEZZOLI

10 INCONTRI 60€ + ACQUISTO MATERIALE MAX 6 ISCRITTI
DALLE 15 ALLE 17,30 SALA CAI
DAL 16/03 AL 18/05

Le tecniche impiegate sono: tradizionali con olio molle, Americano con pennello piatto e Marmorizzazioni.

SPAGNOLO BASE – BEATRICE DE CARLI

10 INCONTRI 50 EURO + ACQUISTO LIBRO MAX 10 ISCRITTI
DALLE 18,30 ALLE 20
DAL 16/03 AL 18/05

Dopo un rapido ripasso, continueremo nella conoscenza della grammatica di base arricchendo il vocabolario arricchito soprattutto attraverso lettura e conversazione.

INGLESE INTERMEDIO 2 DEL MERCOLEDI' - BEATRICE DE CARLI

10 INCONTRI 50€ + ACQUISTO LIBRO MAX 10 ISCRITTI
DALLE 20,10 ALLE 21,40
DAL 16/03 AL 18/05

Il corso si rivolge a chi ha già frequentato Inglese intermedio 1 e in generale a chi ha già una solida conoscenza della grammatica e del vocabolario di base della lingua inglese. Approfondiremo le nozioni di grammatica già trattate nei corsi precedenti inserendone di nuove, cercando di ampliare il vocabolario attraverso esercizi di ascolto e di conversazione.

PALAZZO SONZOGNI CORSO BONOMELLI 22

GINNASTICA POSTURALE – OTTAVIO FRANZONI

10 INCONTRI 40€
DALLE 9 ALLE 10
DAL 16/03 AL 18/05

Andiamo a migliorare la muscolatura del corpo e la sua postura e a trattare problemi neuromuscolari con il semplice gesto motorio. Portare materassino

PILATES POSTURALE – OTTAVIO FRANZONI

10 INCONTRI 40 €
DALLE 14,30 ALLE 15,30
DAL 16/03 AL 18/05

Ginnastica semplice e per tutti: tonifica la schiena, le gambe e le articolazioni. Stimola la circolazione favorendo il metabolismo e la digestione. Portare materassino.

GIOVEDI'

SEDE AUUSER VIA ETTORE SPALENZA 8

DAL DISEGNO ALLA PITTURA – GIULIANA SALVINI

10 INCONTRI 55€ MASSIMO 10 ISCRITTI
DALLE 15 ALLE 17 SALA CAI
DAL 17/03/ AL 19/05

Insegnamenti di base attraverso un percorso che va dalla tecnica del disegno artistico alla pittura. 10 incontri aperti a tutti: principianti ed appassionati. Materiali non inclusi.

INGLESE AVANZATO 2 – ROBERTA MARANESI

10 INCONTRI 50€ + ACQUISTO LIBRO MAX 10 ISCRITTI
DALLE 20 ALLE 21,30
DAL 17/03/ AL 19/05

Il corso si rivolge a chi ha una buona conoscenza della lingua inglese e basi grammaticali solide. Ampio spazio viene dedicato a conversazione e approfondimento di argomenti legati alla cultura anglofona.

PRESSO AUDITORIUM SCUOLA MEDIA

GINNASTICA DOLCE – NADIA ZELASCHI

10 INCONTRI 50€ MAX 15 ISCRITTI
DALLE 15,20 ALLE 16,50
DAL 17/03 AL 19/05

Avere cura del proprio corpo con tecniche di rilassamento e attività motoria adatta alle persone che vogliono fare ginnastica dolce. Portare materassino.

PRESSO FORO BOARIO PIAZZA GARIBALDI

FILOSOFIA – IONE BELOTTI

6 INCONTRI 40€
DALLE 14,30 ALLE 16
DAL 14/04 AL 19/05

Eros negli straordinari dialoghi platonici sull'amore: Il Simposio e Il Fedro. Degli amici godono l'uno con l'altro e nel conversare e nel bere, discutendo di amore. Platone, attraverso Diotima, una sacerdotessa, una donna, depositaria della conoscenza di Amore, vuol dimostrare come l'amore sia l'energia che muove la ricerca filo/sofica (amore per la sapienza) e come, attraverso Eros possiamo scoprire che tutto il cosmo è irradiazione del Bene.

LAB. DI TEATRO E USO ESPRESSIVO DELLA VOCE – SIMONA ROSA

8 INCONTRI 50 EURO MAX 15 ISCRITTI
Dalle 20,30 alle 22,30
DAL 31(03 AL 19/05

8 giornate per incontrarsi, divertirsi e giocare con le potenti immagini della nostra creatività. (Sia per principianti, sia per coloro che hanno già esperienza) * vestiti comodi e tappetino

<p>CAMMINIAMO INSIEME SOLO TESSERA (SI PARTE DAL FORO BOARIO) SOCI AUSER .- CON NERELLA RADICI DALLE 8,30 ALLE 9,30 CONTINUATO</p>	<p>Partiamo dal piazzale del Foro Boario, camminiamo, Chiacchieriamo, ci tonifichiamo nel fisico e nello spirito e stiamo bene insieme</p>
<p>PALAZZO SONZOGNI CORSO BONOMELLI 22</p>	
<p>PILATES ANTALGICO DEL GIOVEDI' - OTTAVIO FRANZONI 10 INCONTRI 40 £ DALLE 9 ALLE 10 DAL 17/03 AL 19/05</p>	<p>Con dei semplici e miratoi esercizi questa tipologia di pilates riesce a risolvere dolori da stress articolari. E' una ginnastica dolce ed armonica che combatte piccoli dolori quotidiani, relativi al collo, alla schiena e alle ginocchia. Portare materassino.</p>
<p>SCUOLA RICCHINO VIA E. SPALENZA 27 ROVATO</p>	
<p>RESTAURO AVANZATO – GIANPIETRO COSTA 10 INCONTRI 60 EURO + ACQUISTO MATERIALE MAX 12 ISCRITTI DALLE 20 ALLE 23 DAL 17/03 AL 19/05</p>	<p>Continua l'apprendimento e l'applicazione pratica per la conoscenza dei materiali e delle tecniche base per il restauro conservativo di manufatti lignei. Esecuzione materiale.</p>
<p>VENERDI'</p>	
<p>SEDE AUSER VIA ETTORE SPALENZA 8</p>	
<p>CUCITO BASE – FRANCA RIZZO 10 INCONTRI 60 £ MAX 9 ISCRITTI DALLE 9 ALLE 12 SALA CAI DAL 18/03 AL 20/05</p>	<p>L'ABC del cucito</p>
<p>SCRITTURA DI SE' - MARIOLINA CADEDU 10 INCONTRI 50 £ DALLE 17 ALLE 18,30 - SALA CAI DAL 18/03 AL 20/05</p>	<p>Scrivere significa dare forma a emozioni, sentimenti e personaggi. Proviamo a tessere una trama dove "un filo" unirà le nostre storie.</p>
<p>INFORMATICA INTERMEDIA – LUCA BELOTTI 10 INCONTRI 55£ MAX 10 ISCRITTI DALLE 14 ALLE 16 DAL 18/03 AL 20/05</p>	<p>Continuiamo a conoscere ed usare il nostro PC approfondendo gli argomenti già trattati al corso base, integrandoli con altri. E' possibile portare il proprio portatile.</p>

LO SMARTPHONE NELL'USO QUOTIDIANO – VENERDI' - LUCA BELOTT Continuiamo a conoscere e a gestire al meglio il nostro cellulare .
 10 INCONTRI 55€ MAX 10 ISCRITTI
 DALLE 16,15 ALLE 18,15
 DAL 18/03 AL 20/05

ACQUARE' PISCINA DI VIA FRANCIACORTA 1

10 INCONTRI 70€
 DALLE 15 ALLE 15,50
 DAL 18/03 AL 20/05

Per nuotare e fare ginnastica in modo dolce.

PRESSO PALAZZO SONZOGNI CORSO BONOMELLI 52

PILATES – OTTAVIO FRANZONI

10 INCONTRI 40€
 DALLE 14,30 ALLE 15,30
 DAL 18/03 AL 20/05

Ginnastica che tonifica la schiena nella sua globalità per attenuare fino alla scomparsa i dolori.
 Rafforza i muscoli addominali e del collo, favorisce la mobilità e il tono muscolare a qualsiasi età. Portare materassino

FORO BOARIO PIAZZA GARIBALDI

CAMMINIAMO INSIEME – SOCI AUSER CON NERELLA RADICI

SOLO TESSERA
 DALLE 8,30 ALLE 9,30

Partiamo dal piazzale del Foro Boario, camminiamo, Chiacchieriamo, ci tonifichiamo nel fisico e nello spirito ... e stiamo bene insieme.

SABATO

SEDE AUSER VIA ETTORE SPALENZA 8

INGLESE BASE 2 – BEATRICE DE CARLI

10 INCONTRI 50 € + ACQUISTO LIBRO MAX 10 ISCRITTI
 DALLE 8,45 ALLE 10,15
 DAL 19/03/ AL 21/05

Corso adatto per coloro che già posseggono un minimo di vocabolario di base , conoscono l'uso dei verbi "essere e avere" nelle forme affermativa, negativa ed interrogativa; oltre ad una conoscenza elementare del simple present e dell'uso degli aggettivi, del plurale e dei numeri cardinali fino a 100.

INGLESE INTERMEDIO 2 DEL SABATO – BEATRICE DE CARLI

10 INCONTRI 50 € + ACQUISTO LIBRO MAX 10 ISCRITTI
 DALLE 10,30 ALLE 12
 DaL 19/03 AL 21/05

Per coloro che già conoscono i principali tempi verbali e regole grammaticali corrispondenti circa ad un livello A2-B1.
 Durante le lezioni si alternano momenti di conversazione, letture e ripasso con approfondimenti grammaticali.

INIZIATIVE ED EVENTI	MODALITA' DI ISCRIZIONE
DOMENICA 13 MARZO ORE 17,30 TEATRO MONSIGNOR ZENUCCHINI VILLA DEGLI OLEANDRI (FESTA DELLA DONNA) LABORATORIO TEATRALE AUSER CON LA REGIA DI SIMONA ROSA	L'iscrizione ai corsi, assieme al tesseramento, si effettua presso la Sede: AUSER INSIEME ROVATO, via Ettore Spalenza, 8 ROVATO a partire da lunedì 21 febbraio, fino a sabato 5 marzo 2022 con i seguenti orari: Lunedì, Venerdì e Sabato dalle 10 alle 12 Martedì, Mercoledì e Giovedì dalle 15 alle 17 NB. la partecipazione ai corsi non potrà essere attuata da chi non si sarà iscritto entro la data del 5 Marzo Il Direttivo si riserva di far partire il corso solamente al raggiungimento di un numero minimo di iscritti. La tessera annuale di € 15 è necessaria per partecipare, oltre ai corsi, a tutte le altre iniziative di Auser (gite, incontri, conferenze) e non è rimborsabile. Tutte le attività saranno attuate rispettando i protocolli sanitari vigenti.
GIOVEDI' 24 MARZO GITA A PADOVA: UNA CITTA' UN MUSEO. MOSTRA: DAI ROMANTICI A SEGANTINI - VISITA GUIDATA DELLA CITTA' CON CAPPELLA DEGLI SCROVEGNI + PRANZO	
DOMENICA 27 MARZO ORE 17,30 PALAZZO SONZOGNI a tutte le altre iniziative POESIA E MUSICA CON APERITIVO CON LE "DANZATRICI SCALZE" FRANCESCA STASSI (POETESSA)	
GITA TUSCIA DAL 7 ALL'11 APRILE	Per comunicare con l'Associazione: Sede: AUSER INSIEME ROVATO, via Ettore Spalenza, 8 ROVATO e.mail auserinsieme@libero.it sito: Auser Rovato
08/05/22 MOSTRA CHAGALL - MUDEC DI MILANO VISITA AI SETTE PALAZZI CELESTI DI ANSELM KIEFER HANGAR PIRELLI BICOCCA	
TOUR DELLA SARDEGNA DAL 31 MAGGIO AL 7 GIUGNO CON VOLO AEREO	
TUTTE LE INIZIATIVE E I RELATIVI PROGRAMMI SONO VISIBILI SUL SITO AUSER ROVATO	